



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МОСКОВСКИЙ АВИАЦИОННЫЙ ИНСТИТУТ  
(национальный исследовательский университет)»**

---

**Кафедра «Экономика и управление»**

**Материалы для подготовки к лекционным, семинарским занятиям по дисциплине  
«Основы психологии» для студентов технического вуза**

Направление подготовки:

38.03.02 «Менеджмент»

22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов»

15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств»

24.03.05 «Двигатели летательных аппаратов»

09.03.01 «Информатика и вычислительная техника»

Разработчик: Г.Б. Мощенок

2021

Материалы для подготовки к лекционным, семинарским занятиям по дисциплине «Основы психологии» для студентов технического вуза рассмотрены и утверждены на заседании кафедры «Экономика и управление» протокол № 2/2021-22 от 22.10.2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Программа курса «Основы психологии».....	6
1.1. Лекционный курс.....	7
1.2. Темы семинарских занятий и рекомендации по подготовке к ним.....	67
Вопросы к зачету.....	83
Тесты по курсу «Основы психологии».....	85
Основные понятия курса.....	94
Литература.....	98

## ВВЕДЕНИЕ

Изучение дисциплины «Основы психологии» является одной из важнейших составных частей социально-гуманитарной подготовки студентов. Знакомство с вопросами психологии предполагает лучшее понимание себя и других, установление четких классификаций человеческого поведения и устойчивых разновидностей типов личности. Целью преподавания «Основ психологии» является развитие навыков анализа психологических явлений, процессов и состояний для их применения в практической деятельности.

Изучение «Основ психологии» предусматривает решение следующих задач:

- формирование представления о сущности сознания, его взаимоотношении с бессознательным, роли сознания и самосознания в поведении, общении и деятельности людей формировании личности;
- приобретение теоретических знаний, необходимых для понимания природы психики, основных психических функций;
- формирование навыков использования психологических методов в профессиональной деятельности;
- формирование целостной системы представлений о психике человека, движущих силах формирования личности и способах ее развития;
- понимание значения воли и эмоций, потребностей и мотивов, а также бессознательных механизмов в поведении человека;
- умение давать психологическую характеристику личности (ее темперамента, способностей), интерпретировать собственное психическое состояние;
- понимание соотношения наследственности и социальной среды, роли культурно-исторических факторов в образовании и воспитании;
- ознакомление с возможностями использования рекомендаций психологии в повышении студентами личной культуры, освоение учебных программ, повышение профессионального мастерства;

Целью освоения дисциплины Основы психологии является достижение следующих результатов освоения (РО):

### ***Знать:***

- Знать условия и проблематику формирования личности, ее свободы, ответственности за сохранение жизни, природы, культуры (3-4).
- Знать типологию, основные источники возникновения и развития массовых социальных движений, формы социального взаимодействия и факторы социального развития (3-8).

**Уметь:**

- Уметь моделировать сценарии развития ситуации в зависимости от принимаемых решений (У-9).

Уметь расставлять приоритеты, ставить личные цели, учиться на собственном опыте и опыте других, стремиться к личностному и профессиональному саморазвитию (Р 17).

**Владеть:**

- Владеть способностью к самообразованию и к социальной адаптации (В-2).

- Владеть навыками общения с людьми, психологическими и информационными подходами к ним (В-9).

Перечисленные РО являются основой для формирования следующих компетенций: (в соответствии с ФГОС ВО и требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (ООП)):

**ОК-7** Готовность к саморазвитию и самообразованию в сфере профессиональной деятельности, к адаптации в различных ситуациях, к применению творческого подхода, инициативы и настойчивости в достижении социальных и профессиональных целей

**ОК-8** Готовность самостоятельно критически оценивать достоинства и недостатки своей деятельности и собственной личности, выстраивать перспективную линию саморазвития

**ОК-9** Готовность к работе в коллективе, кооперации с коллегами при решении социальных и профессиональных задач

**ПК-2** Владеть различными способами разрешения конфликтных ситуаций при проектировании межличностных, групповых и организационных коммуникаций на основе современных технологий управления персоналом, в том числе, в межкультурной среде;

## **Программа курса «Основы психологии»**

Изучение курса «Основы психологии» осуществляется на лекциях, семинарских занятиях, в процессе самостоятельной работы студентов, с помощью консультаций. Для успешного решения поставленных задач используются методы активного обучения: анализ конкретных ситуаций, проблемные задания и вопросы, семинары - дискуссии.

В результате изучения дисциплины студент должен получить знания, которые позволят:

- разобраться в таких основополагающих категориях психологии, как психика, сознание, психические процессы и психические свойства;
- самостоятельно анализировать и оценивать личностные свойства человека;
- иметь целостное представление о внутренних механизмах поведения людей;
- разбираться в основных проблемах воспитания и обучения.

Трудоемкость курса 72 час (2 зачетные единицы), из них 16 часов- лекции, 16 часов – семинарские занятия, 40 часов отводится на самостоятельную работу студентов. Форма контроля – зачет.

## ЛЕКЦИОННЫЙ КУРС

### Лекция 1. Предмет, методы, задачи, прикладное значение психологии.

#### История становления и развития психологии

##### План лекции

1. Психология как наука.
2. Методы исследования психологии.
3. Отрасли развития психологии.

#### Психология как наука

Все мы живем среди людей и должны понимать, учитывать как собственные индивидуальные особенности психики, так и психологию окружающих. Важно понять, что хотят, что могут сделать окружающие нас люди, как ориентироваться в особенностях личности, мотивах поведения, памяти и мышления, характера и темперамента. Не менее важно понять и свои возможности, достоинства и недостатки, одним словом, уметь психологически достоверно охарактеризовать самого себя как личность. Этим задачам как раз и отвечает система знаний, именуемая психологией. Она необходима человеку не только для самопознания, своевременной корректировки своего поведения, но и для эффективного взаимодействия с окружающими людьми, учета их психологического состояния.

Психология как наука прошла длинный путь развития, в процессе которого происходило изменение понимания объекта, предмета и целей психологии. Отметим основные этапы ее развития.

1. Этап — психология как наука о душе. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.
2. Этап — психология как наука о сознании. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать называли сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.
3. Этап — психология как наука о поведении. Возникает в XX веке. Задача психологии — ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно: поведение, поступки, реакции человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались).
4. Этап — психология как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики.

Какими бы сложными путями ни продвигалась на протяжении столетий психологическая мысль, осваивая свой предмет, как бы ни изменялись и обогащались знания о нем, какими бы терминами его (предмет) ни обозначали («душа», «сознание», «психика», «деятельность» и так далее), в настоящее время можно выделить признаки, которые характеризуют собственный предмет психологии, отличающий ее от других наук. Предметом психологии, под которым подразумевается система понятий, объясняющих закономерности развития и функционирования психики как формы психического отражения действительности, является собственно психические процессы, а также психические свойства и состояния личности. Это общий предмет для всех психологических наук и

отраслей, уточняющийся в каждом из направлений психологии. Объектом психологического познания выступает психика человека, то есть, внутренний мир личности, который возникает в процессе взаимодействия человека с окружающим внешним миром, в процессе активного отражения этого мира.

Традиционно психика определяется как свойство живой высокоорганизованной материи, заключающееся в способности отражать своими состояниями окружающий объективный мир в его связях и отношениях. Психическое отражение не является зеркальным, механически пассивным копированием мира (как зеркало или фотоаппарат), оно сопряжено с поиском, выбором; в психическом отражении поступающая информация подвергается специфической обработке, так как психическое отражение — это активное отражение мира в связи с какой-то необходимостью, с потребностями, это субъективное избирательное отражение объективного мира, поскольку принадлежит всегда субъекту, вне субъекта не существует, зависит от субъективных особенностей. Психика — это «субъективный образ объективного мира», это совокупность субъективных переживаний и элементов внутреннего опыта субъекта.

Человеческая психика не дана в готовом виде человеку с момента рождения и не развивается сама по себе. Только в процессе общения и взаимодействия ребенка с другими людьми у него формируется человеческая психика, в противном случае, при отсутствии общения с людьми, у ребенка ничего человеческого ни в поведении, ни в психике не появляется. Человеческая психика формируется у человека только прижизненно в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями. Таким образом, психика человека включает в себя по меньшей мере 3 составляющих: внешний мир, природа, ее отражение — полноценная деятельность мозга — взаимодействие с людьми, активная передача новым поколениям человеческой культуры, человеческих способностей. Психическое отражение характеризуется рядом особенностей:

- оно дает возможность правильно отражать окружающую действительность,
- правильность отражения подтверждается практикой;
- сам психический образ формируется в процессе активной деятельности человека;
- психическое отражение углубляется и совершенствуется;
- обеспечивает целесообразность поведения и деятельности; преломляется через индивидуальность человека;
- носит опережающий характер.

Психику и поведение человека невозможно понять без знания его природной и социальной сущности. Поэтому изучение психологии предполагает знакомство с биологией человека, знание строения и функционирования его центральной нервной системы. Конкретно связь между психическими явлениями и деятельностью ЦНС рассматривается физиологией высшей нервной деятельности. Психология тесно связана с историей общества и его культуры, поскольку в формировании высших психических функций человека решающую роль сыграли главные исторические достижения цивилизации — орудия труда и знаковые системы. Человек — биосоциальное существо, только живя в обществе, формируется человеческая психика, поэтому специфика конкретного общества, в котором живет человек, взаимопределяет особенности его психики, поведения, мировосприятия, социальных взаимодействий с другими людьми. В связи с этим, на наш взгляд, углубленному пониманию психики человека способствует знание основ социологии. Об этом красноречиво свидетельствует бурное развитие социальной психологии, помогающей понять, каким образом человек приобретает психические свойства социально-ориентировочного поведения.

Сознание, мышление и многие другие психические явления не даны человеческому индивиду от рождения, а формируются в онтогенезе (индивидуальном развитии), в процессе его воспитания и образования. Отсюда понятна связь психологии человека с педагогикой. Наконец, психология



находится в родственных отношениях с философией, поскольку зародилась как особая научная дисциплина в ее недрах. Во всяком случае, психологическое «измерение» личности трудно было бы выделить и изучить, не ориентируясь на философское учение о человеке, специфике его бытия (индивидуального и общественного), о природе человеческого сознания и деятельности.

## Методы психологии

Основными методами получения фактов в психологии являются наблюдение, беседа и эксперимент. Каждый из этих общих методов имеет ряд модификаций, которые уточняют, но не изменяют их сущность. Наблюдение — древнейший метод познания. Его примитивной формой — житейскими наблюдениями — пользуется каждый человек в своей повседневной практике. Различают следующие виды наблюдения: срез (кратковременное наблюдение), лонгитюдное (длинное, иногда в течение ряда лет), выборочное, сплошное и особый вид — включенное наблюдение (когда наблюдатель становится членом исследуемой группы). Общая процедура наблюдения складывается из следующих процессов:

1. Определение задачи и цели (для чего, с какой целью?);
2. Выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?);
3. Выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходимой информации (как наблюдать?);
4. Выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?);
5. Обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).

Одна из разновидностей наблюдения — самонаблюдение, непосредственное либо отсроченное (в воспоминаниях, дневниках, мемуарах человек анализирует, что он думал, чувствовал, переживал). Наблюдение входит составной частью и в два других метода — беседу и эксперимент. Беседа как психологический метод предусматривает прямое или косвенное, устное или письменное получение от изучаемого сведений о его деятельности, в которых объективируются свойственные ему психологические явления. Виды бесед: непринужденная беседа, интервью, вопросники и психологические анкеты. Интервью — вид беседы, при которой ставится задача получить ответы опрашиваемого на определенные (обычно заранее подготовленные) вопросы. В этом случае, когда вопросы и ответы представляются в письменной форме, имеет место анкетирование. Существует ряд требований к беседе как методу. Первое — непринужденность. Нельзя превращать беседу в опрос. Наибольший результат приносит беседа в случае установления личного контакта исследователя с обследуемым человеком. Важно при этом тщательно продумать беседу, представить ее в форме конкретного плана, задач, проблем, подлежащих выяснению. Метод беседы предполагает наряду с ответами и постановку вопросов обследуемыми. Такая двусторонняя беседа дает больше информации по исследуемой проблеме, чем только ответы испытуемых на поставленные вопросы. В рамках медицинской психологии может применяться такой вид беседы, как сбор анамнеза. Анамнез (от лат. «по памяти») — сведения о прошлом изучаемого, получаемые от него самого или — при объективном анамнезе — от хорошо знающих его лиц.

Однако главным методом психологического исследования является эксперимент — активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания условий, в которых выявляется психологический факт. Бывает лабораторный эксперимент, он протекает в специальных условиях, используется специальная аппаратура, действия испытуемого определяются инструкцией, испытуемый знает, что проводится эксперимент, хотя до конца истинного смысла эксперимента может не знать. Эксперимент многократно проводится с большим количеством испытуемых, что

позволяет устанавливать общие математико-статистически достоверные закономерности развития психических явлений.

Естественный эксперимент проводят в естественных условиях жизни, учебы, труда людей, причем люди не подозревают, что над ними проводится эксперимент (но его результаты должны быть зафиксированы, например, скрытой фотокамерой). Естественные эксперименты позволяют выявлять более достоверную информацию, но не могут проводиться многократно, поскольку теряют свою естественность и скрытность от испытуемых. В настоящее время проблема этичности проведения психологических экспериментов широко обсуждается, так, использование скрытой аппаратуры (фотокамер, видеокамер, диктофонов) считается неэтичным и недопустимым, поскольку записывающая техника может быть использована только с согласия испытуемого. Широту исследования это, конечно, ограничивает, зато снижается риск нанесения душевной травмы испытуемым. Метод экспертных оценок широко применяют в психологии личности. В качестве экспертов могут выступать компетентные лица, хорошо знающие испытуемых: воспитатели детских садов и школ-интернатов, классные руководители, мастера на производстве и прочие. Экспертные оценки наиболее целесообразно проводить не в виде описания качественных проявлений свойств (это гораздо эффективнее сделать в последующей беседе с экспертами), а в виде количественной оценки степени того или иного свойства или элемента поведения. Эксперты должны фиксировать выраженность более или менее мелких элементов поведения, не связанных с обобщениями. Обобщения - дело исследователя, а не эксперта.

Метод тестов — метод испытаний, установления определенных психических качеств человека. Тест — кратковременное, одинаковое для всех испытуемых задание, по результатам которого определяется наличие и уровень развития определенных психических качеств человека. Тесты могут быть прогностические и диагностирующие. Тесты должны быть научно обоснованны, надежны, валидны и выявлять устойчивые психологические характеристики.

## **Отрасли психологии**

Современная психология представляет собой широко развернутую область знаний, включающую ряд отдельных дисциплин и научных направлений. Традиционно в качестве отраслей психологии выделяют социальную, педагогическую, возрастную, инженерную психологию, психологию труда, клиническую психологию и психофизиологию, дифференциальную психологию. Социальная психология изучает социально-психологические проявления личности человека, его взаимоотношения с людьми, с группой, психологическую совместимость людей, социально-психологические проявления в больших группах (действие радио, прессы, моды, слухов на различные общности людей). Педагогическая психология изучает закономерности развития личности в процессе обучения, воспитания. Возрастная психология изучает закономерности развития нормального здорового человека, психологические особенности и закономерности, присущие каждому возрастному периоду: от младенчества до старости, и в связи с этим делится на детскую психологию, психологию юности и зрелого возраста, геронтопсихологию (психология старости). Детская психология изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека, условия ускорения развития. Можно выделить ряд отраслей психологии, изучающих психологические проблемы конкретных видов человеческой деятельности. Представим некоторые из них:

- Психология труда рассматривает психологические особенности трудовой деятельности человека, закономерности развития трудовых навыков; инженерная психология изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техники с целью использования их в практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники.
- Авиационная, космическая психология как специфичные области инженерной психологии

анализируют психологические особенности деятельности летчика, космонавта. медицинская психология изучает психологические особенности деятельности врача и поведения больного, разрабатывает психологические методы лечения и психотерапии.

- В рамки клинической психологии, изучающей проявления и причины разнообразных нарушений в психике и поведении человека, а также происходящие во время различных болезней психические изменения, как более частное входит патопсихология, которая изучает отклонения в развитии психики, распад психики при различных формах мозговой патологии.
- Психофизиология изучает физиологические основы психической деятельности, а дифференциальная психология — индивидуальные различия в психике людей.
- Юридическая психология изучает психологические особенности поведения участников уголовного процесса (психология свидетельских показаний, психологические требования к допросу и т. п.), психологические проблемы поведения и формирования личности преступника. -Военная психология изучает поведение человека в условиях боевых действий.
- Психология рекламы занимается оценкой нужд или ожиданий потребителей, разработкой психологических средств воздействия на людей с целью создания спроса на подлежащий сбыту продукт, будь то зубная паста или избирательная программа политического деятеля.
- Психология религии пытается понять и объяснить поведение верующих в целом или представителей различных сект.
- Экологическая психология занимается изучением наиболее эффективных способов улучшения условий в населенных пунктах, где протекает деятельность человека. Особое внимание она уделяет проблемам шума, загрязнения среды токсичными веществами и отбросами и их влияния на психику человека, проблемам взаимовлияния природы и человека.

Таким образом, для современной психологии характерен процесс дифференциации, порождающий значительную разветвленность психологии на отдельные отрасли, которые нередко весьма далеко расходятся и существенно отличаются друг от друга, хотя и сохраняют общий предмет исследования — факты, закономерности, механизмы психики. Дифференциация психологии дополняется встречным процессом интеграции, в результате которой происходит стыковка психологии со всеми науками.

## **Лекция 2. Психика и ее развитие**

### **План лекции**

1. Развитие психики в филогенезе.
2. Основные функции психики.
3. Структура психики.

### **Развитие психики в филогенезе.**

Филогенез (от греч. «филэ» племя, род; «генезис» - происхождение) - развитие психики у

позвоночных, имеющих, усложняющуюся кору головного мозга (от рыб до человека). Критерием появления зачатков психики у живых организмов является наличие чувствительности, т.е. способности реагировать на жизненно незначимые раздражители среды (звук, запах и т. п.), которые являются сигналами для жизненно важных раздражителей (пища, опасность) благодаря их объективно устойчивой связи. Критерием чувствительности является способность образовывать условные рефлексы — закономерная связь внешнего или внутреннего раздражителя с той или иной деятельностью через посредство нервной системы.

Эволюционная теория утверждает, что наиболее приспособленные к данной среде особи оставляют больше потомства, чем менее приспособленные, потомки которых постепенно будут уменьшаться и исчезать. Эта теория позволяет понять, как происходила эволюция поведения и психики со времени появления жизни на Земле до наших дней. Психика возникает и развивается у животных именно потому, что иначе они не могли бы ориентироваться в среде и существовать.

Самые простые формы поведения появились вместе с первыми одноклеточными существами — это таксисы, которые проявляются в общей механической реакции организма на тот или иной источник раздражения. С развитием нервной системы появились рефлексы, определяемые как более специфичные и более точные реакции на раздражение тех или иных рецепторов или органов чувств. Инстинктивное поведение гораздо сложнее и специфично для каждого данного вида; структура и цели каждой его формы закреплены генетически. Инстинкт — это врожденные, неизменяемые формы поведения, одинаковые у особей определенного вида, это врожденная последовательность, алгоритм реакций в ответ на строго определенные раздражители. То или иное инстинктивное поведение может проявиться только в том случае, если связанный с ним определяет, что для этого создались адекватные внутренние и внешние условия. Импринтинг

- особое явление, присущее некоторым видам животных, неисглаживаемое залечатлевание первой встреченной информации после рождения. В результате импринтинга у детенышей (птенцов) с первых часов жизни возникает глубокая привязанность к первому движущемуся объекту, с которым они встречаются. С развитием способности к научению, животные получают возможность изменять свое поведение в зависимости от обстоятельств и адаптироваться таким образом к изменяющейся среде.

Рост сложности поведения обусловлен развитием психики животных. Развитие психики у животных проходит ряд этапов. На стадии элементарной чувствительности животное реагирует только на отдельные свойства предметов внешнего мира и его поведение определяется врожденными инстинктами (питания, самосохранения, размножения и т. п.). На стадии предметного восприятия отражение действительности осуществляется в виде целостных образов предметов и животное способно обучаться, появление интеллектуальной психики характеризуется способностью животного отражать индивидуально приобретенные навыки поведения. Стадия интеллектуальной психики характеризуется способностью животного отражать межпредметные связи, отражать ситуацию в целом, в результате животное способно обходить препятствия, «изобретать» новые способы решения двухфазных задач, требующих предварительных подготовительных действий для своего решения. Интеллектуальный характер носят действия многих хищников, но в особенности человекообразных обезьян и дельфинов. Интеллектуальное поведение животных не выходит за рамки биологической потребности, действует только в пределах наглядной ситуации.

Психика человека — качественно более высокий уровень, чем психика животных. Сознание, разум человека развивались в процессе трудовой деятельности, которая возникает в силу необходимости осуществления совместных действий для добывания пищи при резком изменении условий жизни первобытного человека. И хотя видовые биологически морфологические особенности человека устойчивы уже в течение тысячелетий, развитие психики человека происходило в процессе трудовой деятельности. Трудовая деятельность имеет продуктивный характер; труд, осуществляя процесс производства, запечатлевается в своем продукте, т. е. происходит процесс воплощения, опредмечивания в продуктах деятельности людей их духовных сил и способностей. Таким образом, материальная, духовная культура человечества — это объективная форма воплощения достижений

психического развития человечества. Изготовление, употребление и сохранение орудий труда, разделение труда способствовали развитию абстрактного мышления, речи, языка, развитию общественно- исторических отношений между людьми.

В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции в «высшие психические функции» — специфически человеческие, общественно исторически обусловленные формы памяти, мышления, восприятия (логическая память, абстрактно-логическое мышление), опосредованные применением вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития. Единство высших психических функций образует сознание человека.

### **Основные функции психики.**

Видимо, для того, чтобы определить все функции психики, необходимо перечислить все формы и характер ее проявления. Сделать это в настоящее время вряд ли удастся. Более точно мы можем определить функции психики, пожалуй, только в одной издфе. ою сфера взаимодействия живых организмов и окружающей среды. С этой точки зрения мы можем выделить три основные функции психики: отражение окружающей действительности, сохранение целостности организма, регуляции поведения. Данные функции взаимосвязаны между собой и по сути являются элементами интегративной функции психики, которая заключается в обеспечении адаптации живого организма к условиям окружающей среды.

По отношению к поведению и деятельности человека и других людей следует, вслед за Б.Ф.Ломовым, выделить три основные функции психики: познавательную, когнитивную, регулятивную и коммуникативную; адаптация и творчество возможны только посредством реализации этих функций.

**Главная функция психики - регуляция индивидуального поведения на основе отражения внешней реальности и соотнесения ее с потребностями человека.** Психика существует для того, чтобы объединить и интерпретировать информацию о мире, соотнести ее с нашими потребностями и регулировать поведение в процессе адаптации - приспособления к реальности. Еще в конце XIX В.У. Джемс считал, что основной функцией психики является регуляция целенаправленного поведения.

В повседневной жизни мы не отличаем субъективную реальность от объективной. Только в особых ситуациях и при особых состояниях она дает о себе знать. Когда образы неадекватны и приводят нас к ошибкам восприятия и неверной оценке сигналов, например, удаленности до объекта, мы говорим об иллюзиях. Нам дана лишь собственная психическая реальность, но мы считаем, судя по поведению и высказываниям других людей, что они тоже испытывают чувства, думают, планируют действия и осуществляют свои намерения как и мы. Но их поведение иногда очень отличается от нашего. Очевидно, у каждого из них есть собственный внутренний мир, в чем-то не похожий на наш.

Психика служит человеку для построения «внутренней модели мира», включающей индивида в его взаимодействие со средой. Обеспечивают построение внутренней модели мира познавательные психические процессы. Вторая важнейшая функция психики - регуляция поведения и деятельности. Психические процессы, обеспечивающие регуляцию поведения, очень разнообразны и разнородны. Мотивационные процессы обеспечивают направленность поведения и уровень его активности. Процессы планирования и целеполагания обеспечивают создание способов и стратегий поведения, выдвижения целей на основе мотивов и потребностей. Процессы принятия решений определяют выбор целей деятельности и средств их достижения. Эмоции обеспечивают отражение наших отношений к реальности, механизм «обратной связи» и регуляцию внутреннего состояния.

Третья функция человеческой психики - коммуникативная. Коммуникативные процессы обеспечивают передачу информации от одного человека к другому, координацию совместной деятельности, установление отношений между людьми. Речь и невербальное общение - основные процессы, обеспечивающие коммуникацию. При этом главным процессом, несомненно, следует считать речь, которая развита только у людей.

## Структура психики.

Психика представляет собой весьма сложную систему, состоящую из отдельных подсистем, ее элементы иерархически организованы и очень изменчивы. Обычно выделяют три крупные группы психических явлений, а именно:

1. психические процессы;
2. психические состояния;
3. психические свойства.

Психические процессы - это динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений, течение психического явления, имеющего начало, развитие и конец, проявляющиеся в виде реакции. При этом нужно иметь в виду, что конец психического процесса тесно связан с началом нового процесса. Отсюда непрерывность психической деятельности в состоянии бодрствования человека.

Психические процессы вызываются как внешними воздействиями, так и раздражениями нервной системы, идущими от внутренней среды организма. Все психические процессы подразделяются на познавательные — к ним относятся ощущения и восприятия, представления и память, мышление и воображение, эмоциональные — активные и пассивные переживания, волевые — решение, исполнение, волевое усиление и т. д. Психические процессы обеспечивают формирование знаний и первичную регуляцию поведения и деятельности человека.

В сложной психической деятельности различные процессы связаны и составляют единый поток сознания, обеспечивающий адекватное отражение действительности и осуществление различных видов деятельности. Психические процессы протекают с различной быстротой и интенсивностью в зависимости от особенностей внешних воздействий и состояний личности.

Под **психическим состоянием** следует понимать определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности. Каждый человек ежедневно испытывает различные психические состояния. При одном психическом состоянии умственная или физическая работа протекает легко и продуктивно, при другом — трудно и неэффективно. Психические состояния имеют рефлекторную природу: они возникают под влиянием обстановки, физиологических факторов, хода работы, времени и словесных воздействий (похвала, порицание и т. п.). Наиболее изученными являются:

1. общее психическое состояние, например, внимание, проявляющееся на уровне активной сосредоточенности или рассеянности,
2. эмоциональные состояния, или настроения (жизнерадостное, восторженное, грустное, печальное, гневное, раздраженное и др.). Интересные исследования имеются об особом, творческом состоянии личности, которое называют вдохновением.

**Психические свойства.** Высшими и устойчивыми регуляторами психической деятельности являются свойства личности. Под **психическими свойствами** человека следует понимать устойчивые образования, обеспечивающий определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичный для данного человека. Каждое психическое свойство формируется постепенно в процессе отражения и закрепляется в практике. Свойства личности многообразны, и их нужно классифицировать в соответствии с группировкой психических процессов, на основе которых они формируются. Отсюда можно выделить свойства интеллектуальной деятельности человека. Для примера приведем некоторые интеллектуальные свойства

— наблюдательность, гибкость ума, волевые - решительность, настойчивость, эмоциональные — чуткость, нежность, страстность, эффективность и т. п. Психические свойства не сосуществуют вместе, они синтезируются и образуют сложные структурные образования личности, к которым необходимо отнести:

1. жизненную позицию личности (систему потребностей, интересов, убеждений, идеалов, определяющую избирательность и уровень активности человека);
2. темперамент (систему природных свойств личности — подвижность, уравновешенность поведения и тонус активности — характеризующую
3. способности (систему интеллектуально-волевых и эмоциональных свойств, определяющую творческие возможности личности) и, наконец,
4. характер как систему отношений и способов поведения.

### **Лекция 3. Психология личности**

#### **План лекции**

1. Индивидуальность и личность
2. Темперамент и его типология
3. Характер и типы его акцентуации

#### **Индивидуальность и личность.**

Понятие «личность» многопланово, личность является объектом изучения многих наук: философии, социологии, психологии, этики, эстетики, педагогики и т. д. Каждая из этих наук изучает личность в своем специфическом аспекте.

Для социально-психологического анализа личности следует четко разграничить понятия «личность», «индивид», «индивидуальность», «человек». Наиболее общим является понятие «человек» — биосоциальное существо, обладающее членораздельной речью, сознанием, высшими психическими функциями (абстрактно-логическое мышление, логическая память и т. д.), способное создавать орудия, пользоваться ими в процессе общественного труда. Эти специфические человеческие способности и свойства (речь, сознание, трудовая деятельность и пр.) не передаются людям в порядке биологической наследственности, а формируются у них прижизненно, в процессе усвоения ими культуры, созданной предшествующими поколениями. Существуют достоверные факты, которые свидетельствуют о том, что если дети с самого раннего возраста развиваются вне общества, то они остаются на уровне развития животных, у них не формируются речь, сознание, мышление, нет вертикальной походки. Никакой личный опыт человека не может привести к тому, что у него самостоятельно сформируется логическое мышление, самостоятельно сложатся системы понятий. Для этого потребовалась бы не одна, а тысяча жизней. Люди каждого последующего поколения начинают свою жизнь в мире предметов и явлений, созданных предшествующими поколениями. Участвуя в труде и различных формах общественной деятельности, они развивают в себе те специфические человеческие способности, которые уже сформировались у человечества.

Жизнь и деятельность человека обусловлены единством и взаимодействием биологического и социального факторов при ведущей роли социального фактора. Поскольку сознание, речь и пр. не передаются людям в порядке биологической наследственности, а формируются у них прижизненно, используют понятие «индивид» — как биологический организм, носитель общих генотипических наследственных свойств биологического вида (индивидом мы рождаемся) и понятие «личность» — как социально-психологическая сущность человека, формирующаяся в результате усвоения человеком общественных форм сознания и поведения, общественноисторического опыта

человечества (личностью мы становимся под влиянием жизни в обществе, воспитания, обучения, общения, взаимодействия). Социология рассматривает личность как представителя определенной социальной «группы», как социальный тип, как продукт общественных отношений. Но психология учитывает, что в то же время личность не только является объектом общественных отношений, не только испытывает социальные воздействия, но преломляет, преобразует их, поскольку постепенно личность начинает выступать как совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия общества. Эти внутренние условия представляют собой сплав наследственно-индивидуальное в психике человека биологических свойств и социально обусловленных качеств, которые сформировались под влиянием предшествующих социальных воздействий. По мере формирования личности внутренние условия становятся более глубокими, в результате одно и то же внешнее воздействие может оказывать на разных людей разное влияние. Таким образом, личность — не только

объект и продукт общественных отношений, но и активный субъект деятельности, общения, сознания, самосознания.

Личность есть понятие социальное, она выражает все, что есть в человеке надприродного, исторического. Личность не врожденна, но возникает в результате культурного и социального развития. Личность не только целеустремленная, но и самоорганизующаяся система. Объектом ее внимания и деятельности служит не только внешний мир, но и она сама, что проявляется в ее чувстве «Я», которое включает в себя представление о себе и самооценку, программы самосовершенствования, привычные реакции на проявление некоторых своих качеств, способности к самонаблюдению, самоанализу и саморегуляции. Что значит быть личностью? Быть личностью — это значит иметь активную жизненную позицию, о которой можно сказать так: на том стою и не могу иначе. Быть личностью — значит осуществлять выбор, возникающий в силу внутренней необходимости, оценивать последствия принятого решения и держать ответ за них перед собой и обществом, в котором живешь. Быть личностью — это значит постоянно строить самого себя и других, владеть арсеналом приемов и средств, с помощью которых можно овладеть собственным поведением, подчинить его своей власти. Быть личностью — это значит обладать свободой выбора и нести ее бремя. Особенная и непохожая на других личность в полноте ее духовных и физических свойств характеризуется понятием «индивидуальность». Индивидуальность выражается в наличии разного опыта, знаний, мнений, убеждений, в различиях характера и темперамента, индивидуальность свою мы доказываем, утверждаем. Мотивация, темперамент, способности, характер — основные параметры индивидуальности. Эмоциональность, активность выступают как вторичные функции темперамента. Активность, саморегуляция проявляются как характеристики способностей. А в характере выделим важнейшие компоненты: саморегуляция (воля) и побуждения. Примем следующие определения:

**Направленность** — важнейшее свойство личности, в котором выражается динамика развития человека как общественного существа, главные тенденции его поведения. Потребность — испытываемая человеком нужда в определенных условиях жизни и развития.

**Мотивы** — связанные с удовлетворением определенных потребностей побуждения к деятельности, отвечающие на вопрос: «Ради чего она совершается?» Мотив предполагает знание о тех материальных или идеальных объектах, которые способны удовлетворить потребность, и тех действиях, которые способны привести к ее удовлетворению.

**Мотивация** — относительно устойчивая и индивидуально неповторимая система мотивов.

**Темперамент** — характеристика индивида со стороны нервно-динамических особенностей его психической деятельности.

**Способности** — психические свойства, являющиеся условиями успешного выполнения какой-либо одной или нескольких видов деятельности.

**Характер** — совокупность стержневых прижизненно формируемых свойств — отношений человека к миру, накладывающих отпечаток на все его действия и поступки.

**Эмоциональность** — совокупность качеств, описывающих динамику возникновения, про-



текания и прекращения эмоциональных состояний; чувствительность к эмоциогенным ситуациям.

**Активность** — мера взаимодействия субъекта с окружающей действительностью; интенсивность, продолжительность и частота выполняемых действий или деятельности любого рода.

**Саморегуляция** — регуляция субъектом своего поведения и деятельности. Побуждения — мотивационный компонент характера.

**Воля** — потребность в преодолении препятствий, сознательная мобилизация личностью своих психических и физических возможностей для преодоления трудностей и препятствий, для совершения целенаправленных действий и поступков.

**Личность** — это активно осваивающий и целенаправленно преобразующий природу, общество и самого себя человек, обладающий уникальным, динамичным соотношением пространственно-временных ориентации, потребностно-волевых переживаний, содержательных направленностей, уровней освоения и форм реализации деятельности, которая обеспечивает свободу самоопределения в поступках и меру ответственности за их последствия перед природой.

Элементами психологической структуры личности являются ее психологические свойства и особенности, обычно называемые «чертами личности». Их очень много. Но все это труднообозримое число свойств личности психологи пытаются условно уложить в некоторое количество подструктур. Согласно концепции К. К. Платонова, низшим уровнем личности является биологически обусловленная подструктура, в которую входят возрастные, половые свойства психики, врожденные свойства типа нервной системы и темперамента. Следующая подструктура включает в себя индивидуальные особенности психических процессов человека, т. е. индивидуальные проявления памяти, восприятия, ощущений, мышления, способностей, зависящих как от врожденных факторов, так и от тренировки, развития, совершенствования этих качеств. Далее, уровнем личности является также ее индивидуальный социальный опыт, в который входят приобретенные человеком знания, навыки, умения и привычки. Эта подструктура формируется преимущественно в процессе обучения, имеет социальный характер. Высшим уровнем личности является ее направленность, включающая влечения, желания, интересы, склонности, идеалы, взгляды, убеждения человека, его мировоззрение, особенности характера, самооценки. Подструктура направленности личности наиболее социально обусловлена, формируется под влиянием воспитания в обществе, наиболее полно отражает идеологию общности, в которую человек включен.

Различие людей между собой значительно: на каждой из подструктур имеются различия убеждений и интересов, опыта и знаний, способностей и умений, темперамента и характера. Именно поэтому непросто понять другого человека, непросто избегать несовпадений, противоречий, даже конфликтов с другими людьми. Чтобы более глубоко понять себя и других, нужны определенные психологические знания в сочетании с наблюдательностью. Выдающийся отечественный психолог С. Л. Рубинштейн различал в личности направленность, способности, темперамент, характер, самосознание. Но А. Н. Леонтьев считал, что личность — это социальная сущность человека, и поэтому темперамент, характер, способности и знания человека не входят в состав личности в качестве ее подструктур, они лишь условия формирования этого образования, социального по своей сущности.

Направленность и воля принадлежат личности, ибо волевой поступок невозможно рассматривать вне иерархии мотивов, так и направленность есть непосредственное выражение мотивационных структур, т. е. ядра личности. Индивидуальные (индивидуально-психологические) различия это особенности психических явлений (процессов, состояний и свойств), отличающих людей друг от друга. Индивидуальные различия, природной предпосылкой которых выступают особенности нервной системы, мозга, создаются и развиваются в ходе жизни, в деятельности и общении, под влиянием воспитания и обучения, в процессе взаимодействия человека с окружающим миром в самом широком значении этого слова. Индивидуальные особенности человека обуславливают индивидуальный стиль деятельности (Е. А. Климов), который представляет

собой:

1. устойчивую систему приемов и способов деятельности;
2. эта система обусловлена определенными индивидуальными личными качествами;
3. эта система является средством эффективного приспособления к объективным требованиям;
4. это те особенности стиля деятельности, которые обусловлены типологическими свойствами нервной системы человека.

Краткое название подструктуры	К данной подструктуре относятся:	Соотношение биологического и социального
Направленности	Убеждения, мировоззрение, личностные смыслы, интересы	Социальный уровень (биологического почти нет)
Опыта	Умения, знания, навыки, привычки	Социально-биологический уровень (значительно больше социального, чем биологического)
Форм отражения	Особенности познавательных процессов (мышления, памяти, восприятия, ощущения, внимания)	Биосоциальный уровень (биологического больше, чем социального)
Биологических, конституциональных свойств	Скорость протекания нервных процессов, баланс процессов возбуждения и торможения и т.п.; половые, возрастные свойства	Биологический уровень (социальное практически отсутствует)

### Темперамент и его типология.

Издавна делались попытки свести практически бесконечное множество индивидуальностей к небольшому числу типичных портретов. Гиппократовские четыре типа темперамента — наиболее древний и наиболее известный пример типизации, выделения общих закономерностей среди индивидуальных вариаций психики.

Темперамент — это те врожденные особенности человека, которые обуславливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде.

Прежде чем перейти к рассмотрению различных видов темперамента, сразу подчеркнем, что нет лучших или худших темпераментов — каждый из них имеет свои положительные стороны, поэтому главные усилия должны быть направлены не на переделку темперамента (что невозможно вследствие врожденности темперамента), а на разумное использование его достоинств и нивелирование его отрицательных граней. Человечество издавна пыталось выделить типичные особенности психического склада различных людей, свести их к малому числу обобщенных портретов — типов темперамента. Такого рода типологии были практически полезными, так как с их помощью можно было предсказать поведение людей с определенным темпераментом в конкретных жизненных ситуациях.

Темперамент в переводе с латинского — смесь, соразмерность. Древнейшее описание тем-

пераментов принадлежит «отцу» медицины Гиппократу. Он считал, что темперамент человека определяется тем, какая из четырех жидкостей организма преобладает; если преобладает кровь («сангвис» по-латыни), то темперамент будет сангвинический, т. е. энергичный, быстрый, жизнерадостный, общительный, легко переносит жизненные трудности и неудачи. Если преобладает желчь («холе»), то человек будет холериком — желчный, раздражительный, возбудимый, несдержанный, очень подвижный человек, с быстрой сменой настроения. Если преобладает слизь («флегма»), то темперамент флегматичный — спокойный, медлительный, уравновешенный человек, медленно, с трудом переключаящийся с одного вида деятельности на другой, плохо приспособляющийся к новым условиям. Если преобладает черная желчь («мелана-холе»), то получается меланхолик — несколько болезненно застенчивый и впечатлительный человек, склонный к грусти, робости, замкнутости, он быстро утомляется, чрезмерно чувствителен к невзгодам. Эту теорию темперамента можно назвать гуморальной теорией (от латинского «тумор» — жидкость). Некоторые современные приверженцы гуморальной теории показывают, что соотношение и баланс гормонов внутри организма определяют проявления темперамента, например, избыток гормонов щитовидной железы обуславливает повышенную раздражимость и возбудимость человека, проявления холерического темперамента.

В начале XX в. возникла конституционная теория темперамента (Кречмер, Шелдон), главная идея которой заключалась в установлении связи темперамента с врожденной конституцией человека. Академик И. П. Павлов изучил физиологические основы темперамента, обратив внимание на зависимость темперамента от типа нервной системы. Он показал, что два основных нервных процесса — возбуждение и торможение — отражают деятельность головного мозга. От рождения они у всех разные: по силе, взаимной уравновешенности, подвижности. В зависимости от соотношения этих свойств нервной системы Павлов выделил 4 основных типа высшей нервной деятельности:

1. «безудержный» (сильный, подвижный, неуравновешенный тип нервной системы (н/с) — соответствует темпераменту холерика);
2. «живой» (сильный, подвижный, уравновешенный тип н/с соответствует темпераменту сангвиника);
3. «спокойный» (сильный, уравновешенный, инертный тип н/с соответствует темпераменту флегматика);
4. «слабый» (слабый, неуравновешенный, малоподвижный тип н/с обуславливает темперамент меланхолика).

**Холерик** — это человек, нервная система которого определяется преобладанием возбуждения над торможением, вследствие чего он реагирует очень быстро, часто необдуманно, не успевает себя затормозить, сдержать, проявляет нетерпение, порывистость, резкость движений, вспыльчивость, необузданность, несдержанность. Неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости: увлекшись каким-нибудь делом, он страстно, с полной отдачей работает, но сил ему хватает ненадолго, и, как только они истощаются, он дорабатывается до того, что ему все неважно. Появляется раздраженное состояние, плохое настроение, упадок сил и вялость («все валится из рук»). Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с отрицательными циклами спада, депрессии обуславливают неровность поведения и самочувствия, его повышенную подверженность к появлению невротических срывов и конфликтов с людьми.

**Сангвиник** — человек с сильной, уравновешенной, подвижной н/с, обладает быстрой реакцией, его поступки обдуманны; жизнерадостен, благодаря чему его характеризует высокая сопротивляемость трудностям жизни. Подвижность его н/с обуславливает изменчивость чувств,

привязанностей, интересов, взглядов, высокую приспособляемость к новым условиям. Это общительный человек, легко сходится с новыми людьми, и поэтому у него широкий круг знакомств, хотя он и не отличается постоянством в общении и привязанности. Он продуктивный деятель, но лишь тогда, когда много интересных дел, т. е. при постоянном возбуждении, в противном случае он становится скучным, вялым, отвлекается. В стрессовой ситуации проявляет «реакцию льва», т. е. активно, обдуманно защищает себя, борется за нормализацию обстановки.

**Флегматик** — человек с сильной, уравновешенной, но инертной н/с, вследствие чего реагирует медленно; неразговорчив, эмоции проявляются замедленно (трудно рассердить, развеселить); обладает высокой работоспособностью, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям, трудностям, но не способен быстро реагировать в неожиданных, новых ситуациях. Прочно запоминает все усвоенное, не способен отказаться от выработанных навыков и стереотипов, не любит менять привычки, распорядок жизни, работу, друзей, трудно и замедленно приспосабливается к новым условиям. Настроение стабильное, ровное. При серьезных неприятностях флегматик остается внешне спокойным.

**Меланхолик** — человек со слабой н/с, обладающий повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям, а сильный раздражитель уже может вызвать «срыв», «стой», растерянность, «стресс кролика», поэтому в стрессовых ситуациях (экзамен, соревнования, опасность и т. п.) могут ухудшиться результаты деятельности меланхолика по сравнению со спокойной привычной ситуацией. Повышенная чувствительность приводит к быстрому утомлению и падению работоспособности (требуется более длительный отдых). Незначительный повод может вызвать обиду, слезы. Настроение очень изменчиво, но обычно меланхолик старается скрыть, не проявлять внешне свои чувства, не рассказывает о своих переживаниях, хотя очень склонен отдаваться переживаниям, часто грустен, подавлен, неуверен в себе, тревожен, у него могут возникнуть невротические расстройства. Однако, обладая высокой чувствительностью н/с, меланхолики часто имеют выраженные художественные и интеллектуальные способности.

Трудно точно ответить, какой тип темперамента у того или иного взрослого человека. Тип нервной системы хотя и определяется наследственностью, но не является абсолютно неизменным. С возрастом, а также под действием систематических тренировок, воспитания, жизненных обстоятельств нервные процессы могут ослабеть или усилиться, может ускориться или замедлиться их переключаемость. Например, среди детей преобладают холерики и сангвиники (они энергичны, веселы, легко и сильно возбуждаются; заплавав, через минуту могут отвлечься и радостно хохотать, т. е. присутствует высокая подвижность нервных процессов). Среди пожилых людей, наоборот, много флегматиков и меланхоликов.

Темперамент — это внешнее проявление типа высшей нервной деятельности человека, и поэтому в результате воспитания, самовоспитания это внешнее проявление может искажаться, изменяться, происходит «маскировка» истинного темперамента. Поэтому и редко встречаются «чистые» типы темперамента, но тем не менее преобладание той или иной тенденции всегда проявляется в поведении человека.

Таким образом, темперамент — это характеристика человека со стороны динамических особенностей его психической деятельности, т. е. темпа, быстроты, ритма, интенсивности деятельности психических процессов и состояний, степени эмоциональности. Можно выделить следующие признаки свойств темперамента: обусловленность свойствами нервной системы, психологические признаки: постоянные индивидуальные особенности эмоциональной сферы

1. сила, скорость эмоций, эмоциональная возбудимость,
2. устойчивость или изменчивость, плавность или резкость изменения эмоций;
3. регуляция динамики психических процессов и психической деятельности в целом (скорость, темп реагирования).

Поскольку каждая деятельность предъявляет к психике человека и ее динамическим особенностям определенные требования, нет темпераментов, идеально пригодных для всех видов деятельности. Можно образно описать, что люди холерического темперамента более пригодны для активной рискованной деятельности («воины»), сангвиники — для организаторской деятельности («политики»), меланхолики — для творческой деятельности в науке и искусстве («мыслители»), флегматики — для планомерной и плодотворной деятельности («созидатели»). Для некоторых видов деятельности, профессий противопоказаны определенные свойства человека, например, для деятельности летчика-истребителя противопоказаны медлительность, инертность, слабость нервной системы. Следовательно, флегматики и меланхолики психологически мало пригодны для подобной деятельности.

Роль темперамента в труде и учебе заключается в том, что от него зависит влияние на деятельность различных психических состояний, вызываемых неприятной обстановкой, эмоциональными факторами, педагогическими воздействиями. От темперамента зависит влияние различных факторов, определяющих уровень нервно-психического напряжения (например, оценка деятельности, ожидание контроля деятельности, ускорение темпа работы, дисциплинарные воздействия и т. п.).

Существуют четыре пути приспособления темперамента к требованиям деятельности.

**Первый путь** — профессиональный отбор, одна из задач которого — не допустить к данной деятельности лиц, которые не обладают необходимыми свойствами темперамента. Данный путь реализуют лишь при отборе на профессии, предъявляющие повышенные требования к свойствам личности.

**Второй путь** приспособления темперамента к деятельности заключается в индивидуализации предъявляемых к человеку требований, условий и способов работы (индивидуальный подход).

**Третий путь** заключается в преодолении отрицательного влияния темперамента посредством формирования положительного отношения к деятельности и соответствующих мотивов.

**Четвертый**, основной и наиболее универсальный путь приспособления темперамента к требованиям деятельности, — формирование ее индивидуального стиля. Под индивидуальным стилем деятельности понимают такую индивидуальную систему приемов и способов действия, которая характерна для данного человека и обеспечивает достижение успешных результатов деятельности.

Темперамент накладывает отпечаток на способы поведения и общения, например, сангвиник почти всегда инициатор в общении, он чувствует себя в компании незнакомых людей непринужденно, новая необычная ситуация его только возбуждает, а меланхолик, напротив, пугает, смущает, он теряется в новой ситуации, среди новых людей. Флегматик также с трудом сходится с новыми людьми, свои чувства проявляет мало и долго не замечает, что кто-то ищет повода познакомиться с ним. Он склонен любовные отношения начинать с дружбы и в конце концов влюбляется, но без молниеносных метаморфоз, поскольку у него замедлен ритм чувств, а устойчивость чувств делает его однолюбом. У холериков, сангвиников, напротив, любовь возникает чаще с взрыва, первого взгляда, но не столь устойчива.

Продуктивность работы человека тесно связана с особенностями его темперамента. Так, особая подвижность сангвиника может принести дополнительный эффект, если работа требует от него частого перехода от одного рода занятий к другому, оперативности в принятии решений, а однообразие, регламентированность деятельности, приводит его к быстрому утомлению. Флегматики и меланхолики, наоборот, в условиях строгой регламентации и монотонного труда обнаруживают большую продуктивность и сопротивляемость утомлению, чем холерики и сангвиники. В поведенческом общении можно и нужно предвидеть особенности реакции лиц с разным типом темперамента и адекватно на них реагировать.

Подчеркнем, темперамент определяет лишь динамические, но не содержательные характеристики поведения. На основе одного и того же темперамента возможна и «великая» и социально ничтожная личность.

## Характер и типы его акцентуации.

Черту личности понимают как устойчивую предрасположенность к определенному поведению, сложившуюся либо в силу наличия определенных потребностей, мотивов или интересов (мотивационные черты), либо в силу наличия определенных привычек, установок (стилевых особенностей поведения).

Первая попытка классификации характеров, принадлежит Платону, который создал типологию характеров основанных на этических принципах. В древнегреческой литературе типологию характеров, распространенных в афинском обществе, описал Теофраст. Затем лишь в первой половине XIX в. стала возникать наука о характерах. Создатель френологии Галль перечисляет 27 элементарных психических способностей, из которых складывается человеческий характер, среди них инстинкт размножения, любовь к потомству, привязанность, дружба, разрушительный инстинкт, склонность к борьбе и самозащите.

В конце XIX в. появляются две интересные работы по проблеме характера: книга Ф. Джордано «Характер с точки зрения тела и генеалогии человека» и книга Ф. Полана «Психология характера». Джордано открыл, что существуют два фундаментально различных характера: «у одного тенденция к активности сильна, а тенденция к рефлексии слаба; у другого же склонность к рефлексии преобладает, тогда как влечение к деятельности оказывается более слабым» (по сути, Джордано описал экстраверта и интроверта). Ф. Полан отмечает, что строение характера определяется стремлениями человека, которые комбинируются по строгим законам: 1) закон систематической задержки заключается в способности одних стремлений подавлять другие, прямо противоположные; 2) закон систематической ассоциации состоит в том, что отдельные стремления способны вызывать к деятельности другие стремления, находящиеся с ними в зависимости.

В начале XX в. П. Лосский предлагает свою классификацию характеров в зависимости от уровня воли и преобладания стремлений. Он делит людей на типы: чувственный, эгоцентричный и сверхличный. Сверхличный тип отличается преобладанием сверхличных стремлений, источник которых лежит не в потребностях организма, а в факторах высшего порядка: религиозных, научных, эстетических. Эти люди действуют как бы не от себя, а от лица высшей воли.

В начале XX в. А. Ф. Лазурский впервые предложил создать психосоциальную классификацию характеров, которая учитывает не только субъективные особенности людей, но и их мировоззрение, их «социальный аспект».

Дальнейшие исследования приводили к обогащению понимания характера:

1. Возникло понятие «социального характера». «В социальный характер входит лишь та совокупность черт характера, которая присутствует у большинства членов данной социальной группы и возникла в результате общих для них переживаний и общего образа жизни» (Э. Фромм). «Если характер индивида более или менее совпадает с социальным характером, то доминантные стремления индивида побуждают его делать именно то, что необходимо и желательно в специфических социальных условиях его культуры». В отечественной психологической литературе используются такие определения характера:
  - «Характер — общая стилистика в привычках, навыках, усвоенных тактиках, эго общий рисунок, манера поведения, сформированная в результате особого, индивидуально приобретенного опыта в конкретном социальном окружении» (А. Г. Шмелев).
  - Характер — содержательный и общественнозначимый компонент личности, проявление направленности, мировоззрения в его поведении (Н. Д. Левитов).
  - Характер — индивидуальное сочетание приобретенных в течение жизни, наиболее устойчивых, существенных особенностей личности, проявляющихся в поведении человека, в определенном отношении к себе, к другим людям, к порученному делу, к различным труд-

ностям.

- «Характер — это сплав врожденных свойств высшей нервной деятельности с приобретенными в течение жизни индивидуальными чертами».
- «Характер — это индивидуально ярко выраженные и относительно устойчивые психологические черты человека, влияющие на его поведение и поступки» (К. К. Платонов, Н. Д. Левитов).
- «Характер — психологический склад личности, выраженный в ее направленности (отношение к людям, к себе, деятельности, вещам и воле» (Н. Д. Левитов).

Характер — это каркас личности, в который входят только наиболее выраженные и тесно взаимосвязанные свойства личности, отчетливо проявляющиеся в различных видах деятельности. Характер — индивидуальное сочетание наиболее устойчивых, существенных приобретенных особенностей личности, проявляющихся в поведении человека, в определенном отношении:

1. к себе (степень требовательности, критичности, самооценки);
2. к другим людям (индивидуализм или коллективизм, эгоизм или альтруизм, жестокость или доброта, безразличие или чуткость, грубость или вежливость, лживость или правдивость и т. п.);
3. к порученному делу (лень или трудолюбие, аккуратность или неряшливость, инициативность или пассивность, усидчивость или нетерпеливость, ответственность или безответственность, организованность и т. п.); 4) в характере отражаются волевые качества: готовность преодолевать препятствия, душевную и физическую боль, степень настойчивости, самостоятельности, решительности, дисциплинированности.

Какова связь темперамента с характером? Существуют различные подходы к оценке взаимоотношения темперамента и характера:

1. отождествление темперамента и характера (Кречмер).,
2. противопоставление, установление антагонистических отношений между ними, указание на то, что характер может входить в конфликт с темпераментом (Вирениус, Викторов, Левитов);
3. признание темперамента элементом характера; 4) признание темперамента основой формирования характера, как врожденную основу характера (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев).

Характер человека — это сплав врожденных свойств высшей нервной деятельности с приобретенными в течение жизни индивидуальными чертами. Правдивыми, добрыми, тактичными или, наоборот, лживыми, злыми, грубыми бывают люди с любым типом темперамента. Однако при определенном темпераменте одни черты приобретаются легче, другие труднее. Например, организованность, дисциплинированность легче выработать флегматику, чем холерику; доброту, отзывчивость меланхолику. Быть хорошим организатором, общительным человеком проще сангвинику и холерику. Однако недопустимо оправдывать дефекты своего характера врожденными свойствами, темпераментом. Отзывчивым, добрым, тактичным, выдержанным можно быть при любом темпераменте.

Отдельные свойства характера зависят друг от друга, связаны друг с другом и образуют целостную организацию, которую называют структурой характера. В структуре характера выделяют две группы черт. Под чертой характера понимают те или иные особенности личности человека, которые систематически проявляются в различных видах его деятельности и по которым можно судить о его возможных поступках в определенных условиях. К первой группе черт

относятся черты, выражающие направленность личности (устойчивые потребности, установки, интересы, склонности, идеалы, цели), систему отношений к окружающей действительности и представляющие собой индивидуально-своеобразные способы осуществления этих отношений. Ко второй группе относятся интеллектуальные, волевые и эмоциональные черты характера. Среди свойств характера принято различать общие (глобальные) и частные. Глобальные свойства характера оказывают свое действие на широкую сферу поведенческих проявлений. Принято выделять пять глобальных черт характера (А. Г. Шмелев, М. В. Бодунов, У. Норман и др.):

1. самоуверенность — неуверенность;
2. согласие, дружелюбие — враждебность;
3. сознательность — импульсивность;
4. эмоциональная стабильность — тревожность;
5. интеллектуальная гибкость — ригидность.

Такие черты, как экстраверсия — интроверсия, сопоставляются с такими глобальными чертами характера, как уверенность и неуверенность; так, общительность, экстравертированность склонны проявлять уверенные в себе люди, а неуверенные в себе проявляют замкнутость, интровертированность.

Среди локальных, частных свойств характера, которые влияют на частные, узкие ситуации, можно выделить следующие:

1. общительность замкнутость;
2. доминантность (лидерство) — подчиненность;
3. оптимизм уныние;
4. совестливость — бессовестность;
5. смелость — осторожность;
6. впечатлительность — «толстокожесть»;
7. доверчивость — подозрительность;
8. мечтательность — практицизм;
9. тревожная ранимость — спокойная безмятежность;
10. деликатность — грубость;
11. самостоятельность — конформизм (зависимость от группы);
12. самоконтроль — импульсивность;
13. страстная увлеченность — апатичная вялость;
14. миролюбивость — агрессивность;
15. деятельная активность — пассивность;
16. гибкость — ригидность;
17. демонстративность — скромность;



18. честолюбие — неприязнительность;

19. оригинальность — стереотипность.

Как считает известный немецкий психиатр К. Леонгард, у 20—50 % людей некоторые черты характера столь заострены (акцентированы), что это при определенных обстоятельствах приводит к однотипным конфликтам и нервным срывам. Акцентуация характера — преувеличенное развитие отдельных свойств характера в ущерб другим, в результате чего ухудшается взаимодействие с окружающими людьми. Леонгард выделяет 12 типов акцентуации, каждый из которых предопределяет избирательную устойчивость человека к одним жизненным невзгодам при повышенной чувствительности к другим, к частым однотипным конфликтам, к определенным нервным срывам. В благоприятных условиях, когда не попадают под удар именно слабые звенья личности, такой человек может стать и незаурядным; например, акцентуация характера по так называемому экзальтированному типу может способствовать расцвету таланта артиста, художника. Приведем краткую характеристику особенностей поведения в зависимости от типов акцентуации:

1. гипертимический (гиперактивный) - чрезмерно приподнятое настроение, всегда весел, разговорчив, очень энергичен, самостоятелен, стремится к лидерству, риску, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания, теряет грань недозволенного, отсутствует самокритичность;
2. дистимичный — постоянно пониженное настроение, грусть, замкнутость, немногословность, пессимичность, тяготеет к шумному обществу, с сослуживцами близко не сходится, в конфликты вступает редко, чаще является в них пассивной стороной;
3. циклоидный — общительность циклически меняется (высокая в период повышенного настроения и низкая в период подавленности);
4. эмотивный (эмоциональный) — чрезмерная чувствительность, ранимость, глубоко переживает малейшие неприятности, излишне чувствителен к замечаниям, неудачам, поэтому у него чаще печальное настроение;
5. демонстративный — выражено стремление быть в центре внимания и добиваться своих целей любой ценой (слезы, обмороки, скандалы, болезни, хвастовство, наряды, необычные увлечения, ложь). Легко забывает о своих неблагоприятных поступках;
6. возбудимый — повышенная раздражительность, несдержанность, агрессивность, угрюмость, «занудливость», но возможны лстивость, услужливость (как маскировка). Склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленности в беседе. Активно и часто конфликтует;
7. застревающий — «застревает» на своих чувствах, мыслях, не может забыть обид, «сводит счеты», служебная и бытовая несговорчивость, склонность к затяжным склокам, в конфликтах чаще бывает активной стороной;
8. педантичный — выраженная занудливость в виде «переживания» подробностей, на службе способен замучить посетителей формальными требованиями, изнуряет домашних чрезмерной аккуратностью;
9. тревожный (психастенический) — пониженный фон настроения, опасения за себя, близких, робость, неуверенность в себе, крайняя нерешительность, долго переживает неудачу, сомневается в своих действиях;

10. экзальтированный (лабильный) — очень изменчивое настроение, эмоции ярко выражены, повышенная отвлекаемость на внешние события, словоохотливость, влюбчивость;
11. интровертирован (шизоидный, аутистический) — малая общительность, замкнут, в стороне от всех, общение по необходимости, погружен в себя, о себе ничего не рассказывает, свои переживания не раскрывает, хотя свойственна повышенная ранимость. Сдержанно, холодно относится к другим людям, даже к близким;
12. экстравертированный (конформный) — высокая общительность, словоохотливость до болтливости, своего мнения не имеет, очень несамостоятелен, стремится быть как все, не организован, предпочитает подчиняться.

Характер проявляется отношением не только к другим людям, но и к самому себе. Каждый из нас, намеренно или сам того не осознавая, нередко сравнивает себя с окружающими и в итоге вырабатывает довольно устойчивое мнение о своем интеллекте, внешности, здоровье, положении в обществе, т.е. формирует «набор самооценок», от которого зависит: скромны мы или высокомерны, требовательны к себе или самоуспокоены, застенчивы или кичливы.

Невозможно понять истоки некоторых межличностных столкновений без анализа самооценки конфликтующих людей. У большинства людей проявляется тенденция оценивать себя чуть выше среднего. Это позволяет сделать вывод, что человеку свойственна потребность в достаточно высокой самооценке, т.е. каждому хочется уважать себя. Самоуважение — один из истоков психологической устойчивости, хорошего настроения. Допустим, человек совершил ошибку, сделал что-то не так. Если этот человек обладает достаточно высоким уровнем самооценки, он может успокоить себя: «Ничего страшного, ведь в целом я отнюдь не глупец и подобное для меня не характерно», — т.е. срабатывает психологическая защита, и человек успокаивается.

У людей, страдающих неврозами, самооценка чаще бывает завышенной или заниженной, а иногда даже крайней (самый добрый, самый стеснительный, самый честный). Люди с истерическими проявлениями высказывают такие суждения: «Я гораздо умнее, красивее, добрее большинства людей, но я самый несчастный и самый больной».

Какие же трудности общения возникают у людей с завышенной самооценкой? Человек, считающий себя намного умнее других и тем более намеренно это подчеркивающий, неминуемо вызывает раздражение окружающих. Это естественно — ведь мысль «видите, какой я умный», подразумевает пренебрежительное отношение к окружающим. А кому приятно, чтобы его кто-то считал глупым. Неадекватное самомнение, подчеркивание своих достоинств, надменность, пренебрежение к другим — неиссякаемый источник негативизма окружающих. Нередко приходится общаться с людьми, которые из-за неадекватно высокой самооценки ревниво-завистливо относятся к успехам сослуживцев. «Самый худший и злобный вид зависти: зависть к умственному превосходству», — утверждал Г. Филдинг. Когда чьи-то способности и успехи не сопровождаются скромностью, они провоцируют зависть и негативное отношение окружающих. Завышенная самооценка способствует и такой черте характера, как чрезмерная обидчивость. Обида, как правило, — это чувство, возникающее в ответ на несправедливое отношение окружающих. Но что значит для человека «несправедливое»? А то, что чье-то мнение о нем ниже его собственного мнения о себе. Отсюда ясно, что завышенная самооценка способствует обидчивости, нетерпимости к малейшим замечаниям (правда, бывает и другая крайность: с высоты своего «Я» даже серьезную критику не принимают близко к сердцу). Человек с неадекватно высокой самооценкой потенциально конфликтен в ситуациях, когда речь заходит о вознаграждениях и поощрениях за труд. Несовпадение ожидаемой и реальной наград закономерно выливается в обиду и зависть, которые накапливаются и, наконец, прорываются резким обвинением в чей-либо адрес. С какими же трудностями в общении сталкивается человек с заниженной самооценкой? Представления о себе как о менее способном, некрасивом, невезучем, несчастном, больном присущи, в основном, людям с тревожным, застревающим и педантичным типами акцентуации характера, создают пониженный фон настроения, закрепляют

«комплекс неполноценности». Стойкая излишне низкая самооценка влечет за собой чрезмерную зависимость от других, несамостоятельность и даже заискивание, проявляется робость, замкнутость, даже искаженное восприятие окружающих. Как обычно человек реагирует на попытки окружающих снизить его самооценку упреками, критикой? Понятно, что удовольствия при этом он не испытывает, но эмоции его зависят от того, кто критикует, за что критикует, с какой целью и, главное, насколько высказанная оценка случившегося расходится с собственной. Редко обижаются на критику со стороны людей, мнением которых очень дорожат (их замечания не для того, чтобы унизить, а чтобы помочь). Подчас не принимают во внимание упреки со стороны случайных посторонних людей. Но у каждого есть какие-то особенно уязвимые стороны, критика которых вызывает резкие негативные эмоции.

Для женщин почти всегда обидна негативная оценка их внешности, хозяйственности, опрятности, для мужчин — профессиональных качеств и традиционно мужских достоинств (силы, смелости, выдержки). Есть слова, которые, прозвучав, наносят такой ущерб взаимоотношениям, что все последующие «компенсирующие» действия не могут их исправить. Например, в пылу семейной ссоры человек заявил жене: «Я разлюбил тебя. Ты мне неприятна». И хотя это не так, что подтверждают дальнейшие поступки, подобные необдуманные слова уносят с собой тепло супружеских отношений. Следует учесть, что нельзя по конкретному поводу давать общую отрицательную оценку личности и в то же время нельзя изводить человека постоянными мелочными упреками. Иначе такая критика вызывает обиду, неприязнь, озлобление, желание оправдать себя и обвинить, напасть на надоевшего критика.

Как реагирует человек на попытки окружающих зависеть его самооценку лестью, комплиментами, похвалой? Многие чувствуют себя неуютно, сталкиваясь с человеком, источающим непрерывные восторги в их честь. Дело в том, что в ситуации, когда один человек хвалит другого, они находятся в неравных отношениях: первый осознает свою цель и истинные чувства и четко понимает, что кроется за его словами: лесть, комплимент или заслуженная похвала. Тот же, кто слушает, оказывается в более трудном положении, поскольку не всегда может уловить цель собеседника. Поэтому не удивительна настороженность и негативизм, с которым встречают хвалебный поток, особенно со стороны неспециалиста. Лесть — это явно преувеличенная похвала, произносимая с целью завоевать чье-либо расположение. Если она усваивается тем, кому адресуется, то наносит ему вред — делает его надменным, самодовольным и самоуспокоенным, а в последующем закономерно рождает неприязнь и насмешки окружающих. Комплимент в отличие от лести не преследует выгоду и является следствием искреннего сиюминутного восторга или привычной вежливости. Своевременно сказанный комплимент, хоть и ненадолго, но повышает нас троение человека.

Заслуженная похвала поддерживает и адекватно повышает уровень притязаний человека и тем самым побуждает его браться за более трудные задачи — вот в чем польза похвалы. Она произносится и реже, и убежденнее, без патетических восторгов, а если к тому же исходит от человека, чьим мнением дорожат, то доставляет удовольствие. На формирование самоуважения и самооценки влияют многие факторы, действующие уже в раннем детстве — отношение родителей, положение среди сверстников, отношение педагогов. Сопоставляя мнение о себе окружающих людей, человек формирует самооценку, причем любопытно, что человек вначале учится оценивать других, а потом уже — себя. И лишь к 14—15 годам подросток овладевает умением самоанализа, самонаблюдения и рефлексии, анализирует достигнутые собственные результаты и тем самым оценивает себя («Если я не спасовал в трудной ситуации, значит я не трус», «Если смог осилить трудную задачу, значит я способный» и т. п.). Сложившаяся у человека самооценка может быть адекватной (человек правильно, объективно оценивает себя), либо неадекватно завышенной или неадекватно заниженной. А это, в свою очередь, будет влиять на уровень притязаний личности, который характеризует, степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется человеку привлекательным и возможным. Уровень притязаний — тот уровень трудности задания, который человек обязуется

достигнуть, зная уровень своего предыдущего выполнения. На уровень притязаний оказывает влияние динамика неудач и удач на жизненном пути, динамика успеха и неуспеха в конкретной деятельности. Уровень притязаний может быть адекватным (человек выбирает цели, которые реально может достичь, которые соответствуют его способностям, умениям, возможностям) либо неадекватно завышенным, заниженным. Чем адекватнее самооценка, тем адекватнее уровень притязаний.

Заниженный уровень притязаний, когда человек выбирает слишком простые, легкие цели (хотя он мог бы достичь значительно более высоких целей), возможен при низкой самооценке (человек не верит в себя, низко оценивает свои способности, возможности, чувствует себя «неполноценным»), но также возможен и при высокой самооценке (когда человек знает, что он умный, способный, но цели выбирает попроще, чтобы не «перетруждаться», «не высовываться», проявляя своеобразную «социальную хитрость»). Завышенный уровень притязаний, когда человек ставит перед собой слишком сложные, нереальные цели, объективно может приводить к частым неудачам, к разочарованию, фрустрациям. В юности часто выдвигаются завышенные, нереалистические притязания, переоценивают свои способности, в результате эта беспочвенная самоуверенность часто раздражает окружающих, вызывает конфликты, неудачи, разочарования. Только путем многочисленных проб и ошибок человек постигает меру своих реальных возможностей. Но, как ни неприятна бывает юношеская самоуверенность, психологически гораздо опаснее пониженное самоуважение, заниженный уровень социальных притязаний человека, побуждающий его уклоняться от всякой деятельности, отказываться от достижения поставленных целей, избегать людей (т. к. не верит в себя, боится критики, насмешки) либо быть послушным орудием в руках других людей. Для таких ребят нужно постараться создавать ситуации, в которых они получали бы ощутимое доказательство своей социальной и человеческой ценности, «поверили в себя», чтобы блокировать этот опасный для личности процесс.

**Самоуважение** — обобщенное отношение личности к самой себе — прямо пропорционально количеству достигнутых успехов и обратно пропорционально уровню притязаний (самоуважение = успех/притязание), т. е. чем выше притязание, тем большими должны быть достижения человека, чтобы он мог себя уважать.

Низкое самоуважение означает острую неудовлетворенность собой, отрицательную оценку своей личности, склонность к неврозу, депрессии, когда признание и гипертрофия собственных недостатков служат для невротика не стартовой площадкой для их преодоления, а средством самооправдания, отказа от деятельности.

Но неудовлетворенность собой и высокая самокритичность далеко не всегда свидетельствуют о пониженном самоуважении; так, у интеллектуально развитых и творческих людей остро осознается расхождение между теми свойствами, которые есть, и теми, которыми бы он хотел обладать. Отсюда недовольство собой, которое побуждает человека ставить себе более сложные задачи, стремиться к усовершенствованию, к самоактуализации. Если человек выдвигает нереалистические притязания, он часто сталкивается с непреодолимыми препятствиями на пути к достижению цели, терпит неудачи, испытывает фрустрацию.

## Лекция 4. Сознание как высшая ступень развития психики

### План лекции

1. Сознание и его свойства.
2. Структура сознания.
3. Сознательное и бессознательное.

#### Сознание и его свойства.

Социальные роли и поведение личности. Каждый человек, живущий в обществе, включен во множество различных социальных групп (семья, учебная группа, дружеская компания и т. д.). В каждой из этих групп он занимает определенное положение, обладает неким статусом, к нему предъявляются определенные ожидания. Таким образом, один и тот же человек должен вести себя в одной ситуации как отец, в другой — как друг, в третьей — как начальник, т. е. выступать в разных ролях.

**Социальная роль** — соответствующий принятым нормам способ поведения людей в зависимости от их статуса или позиции в обществе, в системе межличностных отношений. Освоение социальных ролей — часть процесса социализации личности, непереносимое условие «врастания» человека в общество себе подобных. Социализацией называется процесс и результат усвоения и активного воспроизведения индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности.

Примерами социальных ролей являются также половые роли (мужское или женское поведение), профессиональные роли. Усваивая социальные роли, человек усваивает социальные стандарты поведения, учится оценивать себя со стороны и осуществлять самоконтроль. Однако поскольку в реальной жизни человек включен во многие виды деятельности и отношения, вынужден исполнять разные роли, требования к которым могут быть противоречивыми, возникает необходимость в некотором механизме, который позволил бы человеку сохранить целостность своего «Я» в условиях множественных связей с миром (т. е. оставаться самим собой, исполняя различные роли). Личность (а точнее сформированная подструктура направленности) как раз и является тем механизмом, функциональным органом, который позволяет интегрировать свое «Я» и собственную жизнедеятельность, осуществлять нравственную оценку своих поступков, находить свое место не только в отдельной социальной группе, но и в жизни в целом, вырабатывать смысл своего существования, отказываться от одного в пользу другого. Таким образом, развитая личность может использовать ролевое поведение как инструмент адаптации к определенным социальным ситуациям, в то же время не сливаясь, не идентифицируя себя с ролью.

Основные компоненты социальной роли составляют иерархическую систему, в которой можно выделить три уровня. Первый — это периферийные атрибуты, т. е. такие, наличие или отсутствие которых не влияет ни на восприятие роли окружением, ни на ее эффективность (например, гражданское состояние поэта или врача). Второй уровень предполагает такие атрибуты роли, которые влияют как на восприятие, так и на ее эффективность (например, длинные волосы у хиппи или слабое здоровье у спортсмена). На вершине трехуровневой градации — атрибуты роли, которые являются решающими для формирования идентичности личности. Ролевая концепция личности возникла в американской социальной психологии в 30-х гг. XX в. (Ч. Кули, Дж. Мид) и получила распространение в различных социологических течениях, прежде всего в структурно-функциональном анализе. Т. Парсонс и его последователи рассматривают личность как функцию от того множества социальных ролей, которые присущи любому индивиду в том или ином обществе.

Чарлз Кули считал, что личность формируется на основе множества взаимодействий людей с окружающим миром. В процессе этих интеракций люди создают свое «зеркальное Я». «Зеркальное Я» состоит из трех элементов:

1. того, как, по нашему мнению, нас воспринимают другие (Я уверена, что люди обращают внимание на мою новую прическу);
2. того, как, по нашему мнению, они реагируют на то, что видят (Я уверена, что им нравится моя новая прическа);
3. того, как мы отвечаем на воспринятую нами реакцию других (Видимо, я буду всегда так причесываться).

Эта теория придает важное значение нашей интерпретации мыслей и чувств других людей. Американский психолог Джордж Герберт Мид пошел дальше в своем анализе процесса развития нашего «Я». Как и Кули, он считал, что «Я» — продукт социальный, формирующийся на основе взаимоотношений с другими людьми. Вначале, будучи маленькими детьми, мы не способны объяснять себе мотивы поведения других. Научившись осмысливать свое поведение, дети делают тем самым первый шаг в жизнь. Научившись думать о себе, они могут думать и о других; ребенок начинает приобретать чувство своего «Я». По мнению Мида, процесс формирования личности включает различные стадии. Первая — имитация. На этой стадии дети копируют поведение взрослых, не понимая его. Затем следует игровая стадия, когда дети понимают поведение как исполнение определенных ролей: врача, пожарного, автогонщика и т. д.; в процессе игры они воспроизводят эти роли.

### **Структура сознания.**

Выделяют два слоя сознания: бытийное сознание (сознание для бытия), включающее в себя:

1. Биодинамические свойства движений, опыт действий; 2) чувственные образы, и рефлексивное сознание (сознание для сознания), включающее в себя:
2. Значение;
3. Смысл.

**Значение** — содержание общественного сознания, усваиваемое человеком; это могут быть операционные значения, предметные, вербальные значения, житейские и научные значения — понятия.

**Смысл** — субъективное понимание и отношение к ситуации, информации. Непонимание связано с трудностями осмысления значений. Процессы взаимной трансформации значений и смыслов (осмысление значений и означение смыслов) выступают средством диалога и взаимопонимания. На бытийном слое сознания решаются очень сложные задачи, т. к. для эффективного в той или иной ситуации поведения необходима актуализация нужного в данный момент образа и нужной двигательной программы, т. е. образ действия должен вписываться в образ мира. Мир идей, понятий, житейских и научных знаний соотносится со значением (рефлексивного сознания). Мир человеческих ценностей, переживаний, эмоций соотносится со смыслом (рефлексивного сознания).

Мир производственной, предметно-практической деятельности соотносится с биодинамической тканью движения и действия (бытийного слоя сознания). Мир представлений, воображений, культурных символов и знаков соотносится с чувственной тканью (бытийного сознания). Сознание рождается и присутствует во всех этих мирах. Эпицентром сознания является сознание собственного «Я». Сознание:

1. Рождается в бытии;

2. Отражает бытие;
3. Творит бытие.

Отсюда вытекают функции сознания:

1. Отражательная,
2. Порождающая (творчески-креативная);
3. Регулятивно-оценочная;
4. Рефлексивная.

В качестве объекта рефлексии может выступать:

1. Отражение мира;
2. Мышление о нем;
3. Способы регуляции человеком своего поведения;
4. Сами процессы рефлексии;
5. Свое личное сознание.

Венцом развития сознания является формирование самосознания, которое позволяет человеку не только отражать внешний мир, но, выделив себя в этом мире, познавать свой внутренний мир, переживать его и определенным образом относиться к себе. Мерилом для человека в его отношении к себе являются, прежде всего, другие люди. Каждый новый социальный контакт меняет представление человека о себе, делает его более многогранным. Сознательное поведение является не столько проявлением того, каков человек на самом деле, сколько результатом представлений человека о себе, сложившихся на основе общения с ним окружающих.

Осознание себя в качестве устойчивого объекта предполагает внутреннюю целостность, постоянство личности, которая, независимо от-меняющихся ситуаций, способна при этом оставаться сама собой. Ощущение человеком своей единственности поддерживается непрерывностью его переживаний во времени: помнит о прошлом, переживает настоящее, обладает надеждами на будущее. Непрерывность таких переживаний и дает человеку возможность интегрировать себя в единое целое. Главная функция самосознания — сделать доступными для человека мотивы и результаты его поступков и дать возможность понять, каков он есть на самом деле, оценить себя; если оценка окажется неудовлетворительной, то человек может либо заняться самоусовершенствованием, саморазвитием, либо, включив защитные механизмы, вытеснить эти неприятные сведения, избегая травмирующего влияния внутреннего конфликта.

Только благодаря осознанию своей индивидуальности возникает особая функция — защитная: стремление защитить свою индивидуальность от угрозы ее нивелирования. Для самосознания наиболее значимо стать самим собой (сформировать себя как личность), остаться самим собой (невзирая на мешающие воздействия) и уметь поддерживать себя в трудных состояниях.

### **Сознательное и бессознательное.**

Представление о сознании возникло в философии, является одним из ее основных понятий и означает высший уровень психической активности человека как социального существа. По замечанию Д. Деннетта, человеческое сознание — одна из последних тайн.

Вплоть до Нового времени сознание отождествляли с психикой в целом; Р. Декартом оно

трактовалось как созерцание субъектом содержания собственного внутреннего мира. Такое понимание обусловило первые (конец XIX в.) собственно психологические определения сознания как потока феноменально данных переживаний и мыслей (У. Джемс, Э. Б. Титченер), а также метод его изучения — систематическое самонаблюдение (интроспекцию), направленное на выделение элементов сознания — ощущений, образов и аффектов.

Представление о бессознательном как совокупности психических процессов, операций и состояний, не представленных в сознании субъекта, в философии было впервые сформулировано в XVIII в. Г. В. Лейбницем. В XIX в. бессознательное становится предметом психологических исследований (И. Ф. Герберт, Г. Т. Фехнер, В. Вундт). Новый стимул для его изучения дали работы З. Фрейда в области психопатологии в конце XIX в. Согласно его концепции, бессознательное как психическое содержание, не присутствующее в сознании, оказывает на последнее значительное влияние. Таким образом, к началу XX в. сложилось представление о двух уровнях психического, сознательном и бессознательном, а их изучение получило различное развитие в отдельных направлениях психологии.

Критериями самосознания являются:

1. выделение себя из среды, сознание себя как субъекта, автономного от среды (физической среды, социальной среды);
2. осознание своей активности — «Я, управляю собой»;
3. осознание себя «через другого».

В современной терминологии соотношение сознания и бессознательного их можно описать следующим образом:

- бессознательное - принципиально не доступное сознанию содержание, включающее ценностные установки, ориентации, мотивы и составляющее энергетическое ядро личности;
- подсознательное - эмоционально нагруженные воспоминания, которые могут быть осознаны с помощью техники психоанализа;
- досознательное - содержание, которое при необходимости может легко стать осознанным, например подпороговое восприятие и схема реализации автоматических действий;
- сознание - рефлексивное содержание сознания, поддающееся произвольной регуляции.

К началу XX в. сложилось представление о двух уровнях психического, сознательном и бессознательном, а их изучение получило различное развитие в отдельных направлениях психологии. Таким образом, не вся получаемая информация об окружающей действительности и собственном состоянии осознается человеком. Значительная часть информации оказывается вне нашего сознания. Это происходит вследствие ее низкой значимости для человека или «автоматического» реагирования организма в ответ на привычный раздражитель. Низший уровень психики образует бессознательное (подсознательное). Оставаясь психическим (отсюда ясно, что понятие психики шире, чем понятие «сознание» «сознательное»), бессознательное представляет собой такую форму отражения действительности, при которой не отдается отчет в совершаемых действиях, утрачивается полнота ориентировки во времени и месте действия, нарушается речевое регулирование поведения.

В область бессознательного входят психические явления, возникающие во сне (сновидения); ответные реакции, которые вызываются неощущаемыми, но реально воздействующими раздражителями («субсензорные», или «субъективные», реакции); движения, бывшие в прошлом сознательными, но благодаря повторению автоматизировавшиеся и поэтому более неосознаваемые; некоторые побуждения к деятельности, в которых отсутствует сознание цели, и др.

К бессознательным явлениям относятся и некоторые патологические явления, возникающие в



психике больного человека: бред, галлюцинации и т. д. Было бы неверно на том основании, что бессознательное - это противоположное сознанию, приравнивать его к животной психике. Бессознательное - это столь же специфически человеческое психическое проявление, как и сознание, оно детерминировано общественными условиями существования человека, выступая как частичное, недостаточно адекватное отражение мира в мозгу человека.

К особой группе относятся так называемые измененные состояния сознания (ИСС), которые понимаются как способ приспособления сознания к изменению внешних и внутренних условий, качественный сдвиг в характере психологического функционирования. ИСС подразделяются на спонтанно возникающие, искусственно вызываемые и психотехнически обусловленные. Спонтанно возникающие ИСС появляются при обычных для данного человека условиях (например, при засыпании, либо при значительном перенапряжении) или в необычных, но естественных обстоятельствах (в частности, при нормальных родах), а также в необычных или экстремальных условиях жизни и работы здорового человека. Искусственно вызываемые ИСС возникают под воздействием психоактивных средств (алкоголя, наркотиков) либо психоактивных процедур (сенсорная изоляция или сенсорная перегрузка). Психотехнически обусловленные ИСС сопровождают процессы психической регуляции или саморегуляции в современной психотерапии, а также в религиозных обрядах традиционных культур и субкультурах.

## **Лекция 5. Социальное проявление личности в группе**

### **План лекции**

1. Социальные роли и поведение личности.
2. Статус личности.
3. Конфликт ролей.
4. Социальные роли и поведение личности.

Каждый человек, живущий в обществе, включен во множество различных социальных групп (семья, учебная группа, дружеская компания и т. д.). В каждой из этих групп он занимает определенное положение, обладает неким статусом, к нему предъявляются определенные ожидания. Таким образом, один и тот же человек должен вести себя в одной ситуации как отец, в другой — как друг, в третьей — как начальник, т. е. выступать в разных ролях.

Социальная роль — соответствующий принятым нормам способ поведения людей в зависимости от их статуса или позиции в обществе, в системе межличностных отношений. Освоение социальных ролей — часть процесса социализации личности, неременное условие «вращения» человека в общество себе подобных. Социализацией называется процесс и результат усвоения и активного воспроизведения индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности.

Примерами социальных ролей являются также половые роли (мужское или женское поведение), профессиональные роли. Усваивая социальные роли, человек усваивает социальные стандарты поведения, учится оценивать себя со стороны и осуществлять самоконтроль. Однако поскольку в реальной жизни человек включен во многие виды деятельности и отношения, вынужден исполнять разные роли, требования к которым могут быть противоречивыми, возникает необходимость в некотором механизме, который позволил бы человеку сохранить целостность своего «Я» в условиях множественных связей с миром (т. е. оставаться самим собой, исполняя различные роли). Личность (а точнее сформированная подструктура направленности) как раз и является тем механизмом, функциональным органом, который позволяет интегрировать свое «Я» и собственную жизнедеятельность, осуществлять нравственную оценку своих поступков, находить свое место не

только в отдельной социальной группе, но и в жизни в целом, вырабатывать смысл своего существования, отказываться от одного в пользу другого. Таким образом, развитая личность может использовать ролевое поведение как инструмент адаптации к определенным социальным ситуациям, в то же время не сливаясь, не идентифицируя себя с ролью.

Основные компоненты социальной роли составляют иерархическую систему, в которой можно выделить три уровня. Первый — это периферийные атрибуты, т. е. такие, наличие или отсутствие которых не влияет ни на восприятие роли окружением, ни на ее эффективность (например, гражданское состояние поэта или врача). Второй уровень предполагает такие атрибуты роли, которые влияют как на восприятие, так и на ее эффективность (например, длинные волосы у хиппи или слабое здоровье у спортсмена). На вершине трехуровневой градации — атрибуты роли, которые являются решающими для формирования идентичности личности.

Ролевая концепция личности возникла в американской социальной психологии в 30-х гг. XX в. (Ч. Кули, Дж. Мид) и получила распространение в различных социологических течениях, прежде всего в структурно функциональном анализе. Т. Парсонс и его последователи рассматривают личность как функцию от того множества социальных ролей, которые присущи любому индивиду в том или ином обществе. Чарльз Кули считал, что личность формируется на основе множества взаимодействий людей с окружающим миром. В процессе этих интеракций люди создают свое «зеркальное Я». «Зеркальное Я» состоит из трех элементов:

1. того, как, по нашему мнению, нас воспринимают другие (Я уверена, что люди обращают внимание на мою новую прическу);
2. того, как, по нашему мнению, они реагируют на то, что видят (Я уверена, что им нравится моя новая прическа);
3. того, как мы отвечаем на воспринятую нами реакцию других (Видимо, я буду всегда так причесываться).

Эта теория придает важное значение нашей интерпретации мыслей и чувств других людей.

Американский психолог Джордж Герберт Мид пошел дальше в своем анализе процесса развития нашего «Я». Как и Кули, он считал, что «Я» — продукт социальный, формирующийся на основе взаимоотношений с другими людьми. Вначале, будучи маленькими детьми, мы не способны объяснять себе мотивы поведения других. Научившись осмысливать свое поведение, дети делают тем самым первый шаг в жизнь. Научившись думать о себе, они могут думать и о других; ребенок начинает приобретать чувство своего «Я». По мнению Мида, процесс формирования личности включает различные стадии. Первая — имитация. На этой стадии дети копируют поведение взрослых, не понимая его. Затем следует игровая стадия, когда дети понимают поведение как исполнение определенных ролей: врача, пожарного, автогонщика и т. д.; в процессе игры они воспроизводят эти роли.

## Статус личности

Каждый человек в социальной системе занимает несколько позиций. Каждая из этих позиций, предполагающая определенные права и обязанности, называется статусом. Человек может иметь несколько статусов, но чаще всего только один определяет его положение в обществе.

Этот статус называется главным, или интегральным. Часто бывает так, что главный, или интегральный, статус обусловлен его должностью (например, директор, профессор). Социальный статус отражается как во внешнем поведении и облике (одежде, жаргоне и иных знаках социальной и профессиональной принадлежности), так и во внутренней позиции (в установках, ценностных ориентациях, мотивациях и т. д.).

Отличают предписанные и приобретенные статусы. Предписанный это значит навязанный обществом вне зависимости от усилий и заслуг личности. Он обуславливается этническим происхождением, местом рождения, семьей и т. д. Приобретенный (достигнутый) статус определяется усилиями самого человека (например, писатель, ученый, директор и т. д.). Выделяются также естественный и профессионально-должностной статусы. Естественный статус личности предполагает существенные и относительно устойчивые характеристики человека (мужчины и женщины, детство, юность,

зрелость, старость и т. д.). Профессионально-должностной это базисный статус личности, для взрослого человека чаще всего являющийся основой интегрального статуса. В нем фиксируется социальное, экономическое и производственно-техническое положение (банкир, инженер, адвокат и т. д.). Социальный статус обозначает конкретное место, которое занимает индивид в данной социальной системе. Совокупность требований, предъявляемых индивиду обществом, образует содержание социальной роли.

**Социальная роль** — это совокупность действий, которые должен выполнить человек, занимающий данный статус в социальной системе. Каждый статус обычно включает ряд ролей.

Совокупность ролей, вытекающих из данного статуса, называется ролевым набором.

Социальная роль распадается на ролевые ожидания — то, чего согласно «правилам игры» ждут от той или иной роли, и на ролевое поведение — то, что человек реально выполняет в рамках своей роли. Всякий раз, беря на себя ту или иную роль, человек более или менее четко представляет связанные с ней права и обязанности, приблизительно знает схему и последовательность действий и строит свое поведение в соответствии с ожиданиями окружающих.

Общество при этом следит, чтобы все делалось «как надо». Для этого существует целая система социального контроля: от общественного мнения до правоохранительных органов — и соответствующая ей система социальных санкций: от порицания, осуждения до насильственного пресечения. Социальные роли попытался систематизировать Толкотт Парсонс. Он считал, что любая роль может быть описана с помощью пяти основных характеристик:

1. Эмоциональность. Некоторые роли (например, медицинской сестры, врача или полицейского) требуют эмоциональной сдержанности в ситуациях, обычно сопровождающихся бурным проявлением чувств (речь идет о болезни, страдании, смерти). От членов семьи и друзей ожидается менее сдержанное выражение чувств.

2. Способ получения. Некоторые роли обусловлены предписанными статусами — например, ребенка, юноши или взрослого гражданина; они определяются возрастом человека, исполняющего роль. Другие роли завоевываются; когда мы говорим о профессоре, мы имеем в виду такую роль, которая достигается не автоматически, а в результате усилий личности.

3. Масштаб. Некоторые роли ограничены строго определенными аспектами взаимодействия людей. Например, роли врача и пациента ограничены вопросами, которые непосредственно относятся к здоровью пациента. Между маленьким ребенком и его матерью или отцом устанавливаются отношения более широкого плана; каждого из родителей волнуют многие стороны жизни малыша.

4. Формализация. Некоторые роли предусматривают взаимодействие с людьми в соответствии с установленными правилами. Например, библиотекарь обязан выдать книги на определенный срок и потребовать штраф за каждый просроченный день, с тех, кто задерживает книги. При исполнении других ролей допускается особое обращение с теми, с кем у вас сложились личные отношения. Например, мы не ожидаем, что брат или сестра заплатят нам за оказанную им услугу, хотя мы могли бы взять плату у незнакомого человека.

5. Мотивация. Разные роли обусловлены различными мотивами. Ожидается, скажем, что предприимчивый человек поглощен собственными интересами — его поступки определяются стремлением получить максимальную прибыль. Но предполагается, что священник трудится главным образом ради общественного блага, а не личной выгоды. Как считает Парсонс, любая роль включает некоторое сочетание этих характеристик.

Человек выполняет много разных ролей, и каждый раз ему требуется быть каким-то иным, чтобы получить одобрение и признание. Однако роли эти не должны быть противоречивыми, несовместимыми. Если одному и тому же человеку предъявляют противоположные социальные требования, может возникнуть конфликт ролей. В этом случае формируется противоречивая личность — либо человек выбирает лишь одни какие-то требования, игнорируя все другие требования и роли, другие группы людей; при этом человек отходит от лиц, которые его недооценивают, и стремится сблизиться с теми, кто его ценит.

### **Конфликт ролей**

В разных ситуациях человек исполняет разные роли, однако в чем-то постоянно остается самим собой, т. е. ролевое поведение (11) — своеобразное сочетание ролей (Р) и индивидуальности (Я)

личности исполнителя. Каждая роль накладывает известный отпечаток на личность, на самосознание человека, т. к. человек мобилизует ресурсы своего организма и психики для исполнения той или иной роли. Иногда возникает внутри личностный конфликт, когда человек вынужден исполнять роль, представления о которой не соответствуют его представлению о себе, его индивидуальному «Я». Возможны следующие виды внутриличностных конфликтов:

1. если «роль» выше возможностей «Я», то человеку грозит переутомление, появление неуверенности в себе;
2. если «роль» ниже возможностей «Я», является недостойной, унижительной для человека, то разрешение этого конфликта может принять разные формы:
  - объективное изменение ситуации (например, человек неудовлетворен своей профессией, начинает учиться и своими практическими делами доказывает то, что ему по плечу более трудные и интересные дела);
  - не имея возможности изменить ситуацию, человек изменяет ее «только для себя», отказываясь от исполнения противоречащей его «Я» роли;
  - конфликт между ролью и «Я» не разрешается, а устраняется из сферы сознания, подавляется, в результате в поступках, чувствах, сознании человека явно не проявляется существование конфликта между «Я» и ролью, но внутреннее напряжение нарастает и «прорывается» на «козлах отпущения» (человек «срывает зло» на своих подчиненных и близких);
  - «рационализацией» называется случай, когда человек, вынужденный выполнять не соответствующую его «Я» роль, уверяет себя и других, что он это делает исключительно по собственному желанию;
  - «неадекватное поведение» проявляется в замене влечения к недоступной человеку роли стремлением исполнить роль противоположную: так, ребенок, нуждающийся в нежности и ласке, но не надеющийся получить роль любимого, начинает вести себя подчеркнуто грубо и нахально;
  - человек, оказавшийся в несоответствующей для его «Я» роли, обращает свой гнев против себя, обвиняет себя или считает себя неудачником. Что побуждает человека освоить ту или иную социальную роль? Во-первых, внешние требования, своеобразное психологическое давление значимых для человека людей но все-таки более существенно влияют внутренние мотивы:

1. если выполнение каких-либо желаний человека возможно через овладение им определенной ролью и для него заманчивы те права, те льготы, которые доступны исполнению определенной роли;
2. если овладение ролью позволяет человеку приобрести социально-психологическую защищенность, дает возможность иметь более приятные социальные отношения с другими людьми, получить их признание, любовь, одобрение, уважение, то человек способен приложить максимум усилий для овладения этой социальной ролью.

Таким образом, действия человека, его активность обусловлены, прежде всего, внутренними побудительными силами, его мотивами, потребностями, желаниями.

Второй вариант ролевых конфликтов — это межролевые конфликты, когда разные ролевые позиции личности (и соответственно требуемое ими ролевое поведение) оказываются несовместимыми, что превращается для человека в серьезную психологическую проблему. Например, роль руководителя предписывает человеку контроль за соблюдением дисциплинарных и иных требований членами его группы, что легко может вступать в противоречие с его позицией, если отношения между ним и его сотрудниками дружеские. Другим типичным и, возможно, наиболее распространенным межролевым конфликтом является противоречие между профессиональной и семейной ролями. Само это противоречие в известном смысле неизбежно («чем больше уделяешь внимания работе, тем больше страдает семья» и наоборот), и нахождение компромиссного варианта в этом случае достаточно типично, (хотя оно и может превратиться в острый конфликт с тяжелым выбором «или-или»). Типичными факторами, определяющими интенсивность ролевого конфликта, считаются степень совместимости—несовместимости разных ролевых ожиданий (поведения, требуемого ролью); жесткость, с которой эти требования предъявляются; личностные характеристики самого индивида, его отношение (установки, направленность) к ролевым ожиданиям и т. д. В этой плоскости и выполнено большинство исследований по проблематике ролевого конфликта.

## Лекция 5. Социальное проявление личности в группе

### План лекции

1. Социальные роли и поведение личности.
2. Статус личности.
3. Конфликт ролей.

### Социальные роли и поведение личности.

Социальные роли и поведение личности. Каждый человек, живущий в обществе, включен во множество различных социальных групп (семья, учебная группа, дружеская компания и т. д.). В каждой из этих групп он занимает определенное положение, обладает неким статусом, к нему предъявляются определенные ожидания. Таким образом, один и тот же человек должен вести себя в одной ситуации как отец, в другой — как друг, в третьей — как начальник, т. е. выступать в разных ролях.

**Социальная роль** — соответствующий принятым нормам способ поведения людей в зависимости от их статуса или позиции в обществе, в системе межличностных отношений. Освоение социальных ролей — часть процесса социализации личности, непременное условие «врастания» человека в общество себе подобных. Социализацией называется процесс и результат усвоения и активного воспроизведения индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности.

Примерами социальных ролей являются также половые роли (мужское или женское поведение), профессиональные роли. Усваивая социальные роли, человек усваивает социальные стандарты поведения, учится оценивать себя со стороны и осуществлять самоконтроль. Однако поскольку в реальной жизни человек включен во многие виды деятельности и отношения, вынужден исполнять разные роли, требования к которым могут быть противоречивыми, возникает необходимость в некотором механизме, который позволил бы человеку сохранить целостность своего «Я» в условиях множественных связей с миром (т. е. оставаться самим собой, исполняя различные роли). Личность (а точнее сформированная подструктура направленности) как раз и является тем механизмом, функциональным органом, который позволяет интегрировать свое «Я» и собственную жизнедеятельность, осуществлять нравственную оценку своих поступков, находить свое место не только в отдельной социальной группе, но и в жизни в целом, вырабатывать смысл своего существования, отказываться от одного в пользу другого. Таким образом, развитая личность может использовать ролевое поведение как инструмент адаптации к определенным социальным ситуациям, в то же время не сливаясь, не идентифицируя себя с ролью.

Основные компоненты социальной роли составляют иерархическую систему, в которой можно выделить три уровня. Первый — это периферийные атрибуты, т. е. такие, наличие или отсутствие которых не влияет ни на восприятие роли окружением, ни на ее эффективность (например, гражданское состояние поэта или врача). Второй уровень предполагает такие атрибуты роли, которые влияют как на восприятие, так и на ее эффективность (например, длинные волосы у хиппи или слабое здоровье у спортсмена). На вершине трехуровневой градации — атрибуты роли, которые являются решающими для формирования идентичности личности. Ролевая концепция личности возникла в американской социальной психологии в 30-х гг. XX в. (Ч. Кули, Дж. Мид) и получила распространение в различных социологических течениях, прежде всего в структурно функциональном анализе. Т. Парсонс и его последователи рассматривают личность как функцию от того множества социальных ролей, которые присущи любому индивиду в том или ином обществе. Чарлз Кули считал, что личность

формируется на основе множества взаимодействий людей с окружающим миром. В процессе этих интеракций люди создают свое «зеркальное Я». «Зеркальное Я» состоит из трех элементов:

1. того, как, по нашему мнению, нас воспринимают другие (Я уверена, что люди обращают внимание на мою новую прическу);
2. того, как, по нашему мнению, они реагируют на то, что видят (Я уверена, что им нравится моя новая прическа);
3. того, как мы отвечаем на воспринятую нами реакцию других (Видимо, я буду всегда так причесываться).

Эта теория придает важное значение нашей интерпретации мыслей и чувств других людей. Американский психолог Джордж Герберт Мид пошел дальше в своем анализе процесса развития нашего «Я». Как и Кули, он считал, что «Я» — продукт социальный, формирующийся на основе взаимоотношений с другими людьми. Вначале, будучи маленькими детьми, мы не способны объяснять себе мотивы поведения других. Научившись осмысливать свое поведение, дети делают тем самым первый шаг в жизнь. Научившись думать о себе, они могут думать и о других; ребенок начинает приобретать чувство своего «Я». По мнению Мида, процесс формирования личности включает различные стадии. Первая — имитация. На этой стадии дети копируют поведение взрослых, не понимая его. Затем следует игровая стадия, когда дети понимают поведение как исполнение определенных ролей: врача, пожарного, автогонщика и т. д.; в процессе игры они воспроизводят эти роли.

## **Статус личности**

Каждый человек в социальной системе занимает несколько позиций. Каждая из этих позиций, предполагающая определенные права и обязанности, называется статусом. Человек может иметь несколько статусов, но чаще всего только один определяет его положение в обществе. Этот статус называется главным, или интегральным. Часто бывает так, что главный, или интегральный, статус обусловлен его должностью (например, директор, профессор). Социальный статус отражается как во внешнем поведении и облике (одежде, жаргоне и иных знаках социальной и профессиональной принадлежности), так и во внутренней позиции (в установках, ценностных ориентациях, мотивациях и т. д.).

Отличают предписанные и приобретенные статусы. Предписанный это значит навязанный обществом вне зависимости от усилий и заслуг личности. Он обуславливается этническим происхождением, местом рождения, семьей и т. д. Приобретенный (достигнутый) статус определяется усилиями самого человека (например, писатель, ученый, директор и т. д.). Выделяются также естественный и профессионально-должностной статусы. Естественный статус личности предполагает существенные и относительно устойчивые характеристики человека (мужчины и женщины, детство, юность, зрелость, старость и т. д.). Профессионально-должностной это базисный статус личности, для взрослого человека чаще всего являющийся основой интегрального статуса. В нем фиксируется социальное, экономическое и производственно-техническое положение (банкир, инженер, адвокат и т. д.). Социальный статус обозначает конкретное место, которое занимает индивид в данной социальной системе. Совокупность требований, предъявляемых индивиду обществом, образует содержание социальной роли.

Социальная роль — это совокупность действий, которые должен выполнить человек, занимающий данный статус в социальной системе. Каждый статус обычно включает ряд ролей. Совокупность ролей, вытекающих из данного статуса, называется ролевым набором.

Социальная роль распадается на ролевые ожидания — то, чего согласно «правилам игры» ждут от той или иной роли, и на ролевое поведение — то, что человек реально выполняет в рамках своей роли.

Всякий раз, беря на себя ту или иную роль, человек более или менее четко представляет связанные с ней права и обязанности, приблизительно знает схему и последовательность действий и строит свое поведение в соответствии с ожиданиями окружающих. Общество при этом следит, чтобы все делалось «как надо». Для этого существует целая система социального контроля: от общественного мнения до правоохранительных органов — и соответствующая ей система социальных санкций: от порицания, осуждения до насильственного пресечения. Социальные роли попытка систематизировать Толкотт Парсонс. Он считал, что любая роль может быть описана с помощью пяти основных характеристик:

1. Эмоциональность. Некоторые роли (например, медицинской сестры, врача или полицейского) требуют эмоциональной сдержанности в ситуациях, обычно сопровождающихся бурным проявлением чувств (речь идет о болезни, страдании, смерти). От членов семьи и друзей ожидается менее сдержанное выражение чувств.
2. Способ получения. Некоторые роли обусловлены предписанными статусами — например, ребенка, юноши или взрослого гражданина; они определяются возрастом человека, исполняющего роль. Другие роли завоевываются; когда мы говорим о профессоре, мы имеем в виду такую роль, которая достигается не автоматически, а в результате усилий личности.
3. Масштаб. Некоторые роли ограничены строго определенными аспектами взаимодействия людей. Например, роли врача и пациента ограничены вопросами, которые непосредственно относятся к здоровью пациента. Между маленьким ребенком и его матерью или отцом устанавливаются отношения более широкого плана; каждого из родителей волнуют многие стороны жизни малыша.
4. Формализация. Некоторые роли предусматривают взаимодействие с людьми в соответствии с установленными правилами. Например, библиотекарь обязан выдать книги на определенный срок и потребовать штраф за каждый просроченный день, с тех, кто задерживает книги. При исполнении других ролей допускается особое обращение с теми, с кем у вас сложились личные отношения. Например, мы не ожидаем, что брат или сестра заплатят нам за оказанную им услугу, хотя мы могли бы взять плату у незнакомого человека.
5. Мотивация. Разные роли обусловлены различными мотивами. Ожидается, скажем, что предприимчивый человек поглощен собственными интересами — его поступки определяются стремлением получить максимальную прибыль. Но предполагается, что священник трудится главным образом ради общественного блага, а не личной выгоды. Как считает Парсонс, любая роль включает некоторое сочетание этих характеристик.

Человек выполняет много разных ролей, и каждый раз ему требуется быть каким-то иным, чтобы получить одобрение и признание. Однако роли эти не должны быть противоречивыми, несовместимыми. Если одному и тому же человеку предъявляют противоположные социальные требования, может возникнуть конфликт ролей. В этом случае формируется противоречивая личность — либо человек выбирает лишь одни какие-то требования, игнорируя все другие требования и роли, другие группы людей; при этом человек отходит от лиц, которые его недооценивают, и стремится сблизиться с теми, кто его ценит.

### **Конфликт ролей.**

В разных ситуациях человек исполняет разные роли, однако в чем-то постоянно остается самим собой, т. е. ролевое поведение (11) — своеобразное сочетание ролей (Р) и индивидуальности (Я) личности исполнителя. Каждая роль накладывает известный отпечаток на личность, на самосознание человека, т. к. человек мобилизует ресурсы своего организма и психики для исполнения той или иной роли. Иногда возникает внутри личностный конфликт, когда человек вынужден исполнять роль,

представления о которой не соответствуют его представлению о себе, его индивидуальному «Я». Возможны следующие виды внутриличностных конфликтов:

1. если «роль» выше возможностей «Я», то человеку грозит переутомление, появление неуверенности в себе;
2. если «роль» ниже возможностей «Я», является недостойной, унижительной для человека, то разрешение этого конфликта может принять разные формы:
  - объективное изменение ситуации (например, человек неудовлетворен своей профессией, начинает учиться и своими практическими делами доказывает то, что ему по плечу более трудные и интересные дела);
  - не имея возможности изменить ситуацию, человек изменяет ее «только для себя», отказываясь от исполнения противоречащей его «Я» роли;
  - конфликт между ролью и «Я» не разрешается, а устраняется из сферы сознания, подавляется, в результате в поступках, чувствах, сознании человека явно не проявляется существование конфликта между «Я» и ролью, но внутреннее напряжение нарастает и «прорывается» на «козлах отпущения» (человек «срывает зло» на своих подчиненных и близких);
  - «рационализацией» называется случай, когда человек, вынужденный выполнять не соответствующую его «Я» роль, уверяет себя и других, что он это делает исключительно по собственному желанию;
  - «неадекватное поведение» проявляется в замене влечения к недоступной человеку роли стремлением исполнить роль противоположную: так, ребенок, нуждающийся в нежности и ласке, но не надеющийся получить роль любимого, начинает вести себя подчеркнуто грубо и нахально;
  - человек, оказавшийся в несоответствующей для его «Я» роли, обращает свой гнев против себя, обвиняет себя или считает себя неудачником. Что побуждает человека освоить ту или иную социальную роль? Во-первых, внешние требования, своеобразное психологическое давление значимых для человека людей но все-таки более существенно влияют внутренние мотивы:
1. если выполнение каких-либо желаний человека возможно через овладение им определенной ролью и для него заманчивы те права, те льготы, которые доступны исполнению определенной роли;
2. если овладение ролью позволяет человеку приобрести социально-психологическую защищенность, дает возможность иметь более приятные социальные отношения с другими людьми, получить их признание, любовь, одобрение, уважение, то человек способен приложить максимум усилий для овладения этой социальной ролью. Таким образом, действия человека, его активность обусловлены, прежде всего, внутренними побудительными силами, его мотивами, потребностями, желаниями.

Второй вариант ролевых конфликтов — это межролевые конфликты, когда разные ролевые позиции личности (и соответственно требуемое ими ролевое поведение) оказываются несовместимыми, что превращается для человека в серьезную психологическую проблему. Например, роль руководителя предписывает человеку контроль за соблюдением дисциплинарных и иных требований членами его группы, что легко может вступать в противоречие с его позицией, если отношения между ним и его сотрудниками дружеские. Другим типичным и, возможно, наиболее распространенным межролевым конфликтом является противоречие между профессиональной и семейной ролями. Само это противоречие в известном смысле неизбежно («чем больше уделяешь внимания работе, тем больше



страдает семья» и наоборот), и нахождение компромиссного варианта в этом случае достаточно типично, (хотя оно и может превратиться в острый конфликт с тяжелым выбором «или-или»). Типичными факторами, определяющими интенсивность ролевого конфликта, считаются степень совместимости—несовместимости разных ролевых ожиданий (поведения, требуемого ролью); жесткость, с которой эти требования предъявляются; личностные характеристики самого индивида, его отношение (установки, направленность) к ролевым ожиданиям и т. д. В этой плоскости и выполнено большинство исследований по проблематике ролевого конфликта.

## Лекция 6. Теории личности

### План лекции

1. Психодинамическая теория личности.
2. Аналитическая теория личности.
3. Гуманистическая теория личности.
4. Когнитивная теория личности.
5. Поведенческая теория личности.
6. Деятельностная теория личности.
7. Диспозициональная теория личности.

**Теория личности** - это совокупность гипотез, или предположений о природе и механизмах развития личности. Теория личности пытается не только объяснить, но и предсказать поведение человека. Основные вопросы, на которые должна ответить теория личности, заключаются в следующем:

- Каков характер главных источников развития личности - врожденный или приобретенный?
- Какой возрастной период наиболее важен для формирования личности?
- Какие процессы являются доминирующими в структуре личности - сознательные (рациональные) или бессознательные (иррациональные)?
- Обладает ли личность свободой воли, и в какой степени человек осуществляет контроль над своим поведением?
- Является ли личный (внутренний) мир человека субъективным, или внутренний мир объективен и может быть выявлен с помощью объективных методов?

Каждый психолог придерживается определенных ответов на поставленные выше вопросы. В науке о личности сложилось семь довольно устойчивых комбинаций таких ответов, или теорий личности. Выделяют психодинамическую, аналитическую, гуманистическую, когнитивную, поведенческую, деятельностную и диспозитивную теории личности.

Каждая теория позволяет построить одну или несколько структурных моделей личности.

Большинство моделей являются умозрительными, и лишь немногие, в основном диспозиционные, построены с использованием современных математических методов.

## **Психодинамическая теория личности.**

Основоположником психодинамической теории личности, также известной под названием «классический психоанализ», является австрийский ученый Фрейд.

По мнению Фрейда, главным источником развития личности являются врожденные биологические факторы (инстинкты), а точнее, общая биологическая энергия - либидо (в переводе с латыни - влечение, желание). Эта энергия направлена на продолжение рода (сексуальное влечение) и, во-вторых, на разрушение (агрессивное влечение). Личность формируется в течение первых шести лет жизни. Доминирует в структуре личности бессознательное. Сексуальные и агрессивные влечения, составляющие основную часть либидо, человеком не осознаются.

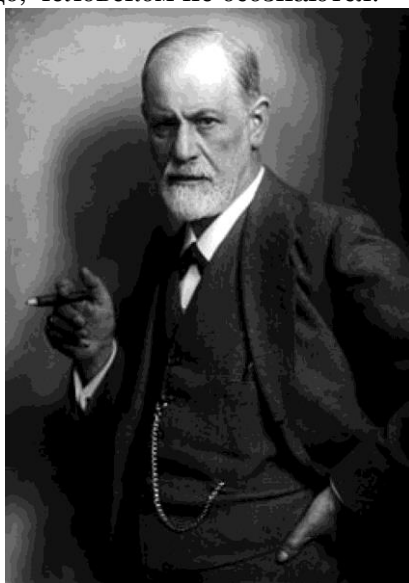


Рис. 1. Сигизмунд Шломо Фрейд.

Фрейд утверждал, что личность не обладает никакой свободой воли. Поведение человека полностью детерминировано его сексуальными и агрессивными мотивами, которые он называл «Ид» («Оно»). Что касается внутреннего мира личности, то в рамках данного подхода он полностью субъективен. Человек находится в плену собственного внутреннего мира, истинное содержание мотива скрыто за «фасадом» поведения. И только обмолвки, описки, сновидения, непроизвольные движения, а также специальные методы могут дать более или менее точную информацию о личности человека. Основные психологические свойства отдельных «элементов» личности часто называют чертами характера. Эти свойства формируются у человека в раннем детстве. Фрейд выделяет три основных концептуальных блока или инстанции личности:

- «Ид» («оно») - главная структура личности, состоящая из совокупности бессознательных (сексуальных и агрессивных) побуждений; ид функционирует в соответствии с принципом удовольствия;
- «Эго» («Я») - совокупность преимущественно осознаваемых человеком познавательных и исполнительных функций психики, представляющих, в широком смысле, все наши знания о реальном мире; эго - это структура, которая призвана обслуживать ид, функционирует в соответствии с принципом реальности и регулирует процесс взаимодействия между ид и суперэго, выступает ареной непрекращающейся борьбы между ними;

- «Суперэго» («Сверх-Я») - структура, содержащая социальные нормы, установки, моральные ценности того общества, в котором живет человек.

Ид, эго и суперэго находятся в постоянной борьбе за психическую энергию из-за ограниченного объема либидо. Сильные конфликты могут привести человека к психологическим проблемам, заболеваниям. Для снятия напряженности этих конфликтов личность вырабатывает специальные «защитные механизмы», которые функционируют бессознательно и скрывают истинное содержание мотивов поведения. Защитные механизмы являются целостными свойствами личности. Вот некоторые из них: вытеснение (перевод в подсознание мыслей и чувств, причиняющих страдания); проекция (процесс, посредством которого личность приписывает собственные неприемлемые мысли и чувства другим людям, возлагая таким образом на них вину за свои недостатки или промахи); замещение (переадресовка агрессии от более угрожающего объекта к менее угрожающему); реактивное образование (подавление неприемлемых побуждений и замена их в поведении на противоположные побуждения); сублимация (замена неприемлемых сексуальных или агрессивных побуждений на социально приемлемые формы адаптации). У каждого человека есть свой набор защитных механизмов, сформированных в детстве.

Таким образом, в рамках психодинамической теории личность - это система сексуальных и агрессивных мотивов, с одной стороны, и защитных механизмов - с другой, а структура личности представляет собой индивидуально различное соотношение отдельных свойств, отдельных блоков (инстанций) и защитных механизмов.

### **Аналитическая теория личности .**

Аналитическая теория личности близка к теории классического психоанализа, так как имеет с ней много общих корней. Многие представители этого направления были учениками З. Фрейда. Однако было бы неверным считать, что аналитическая теория является неким новым, более совершенным этапом в развитии классического психоанализа. Это - качественно другой подход, основанный на ряде новых теоретических положений. Наиболее ярким представителем этого подхода является швейцарский исследователь К. Юнг.

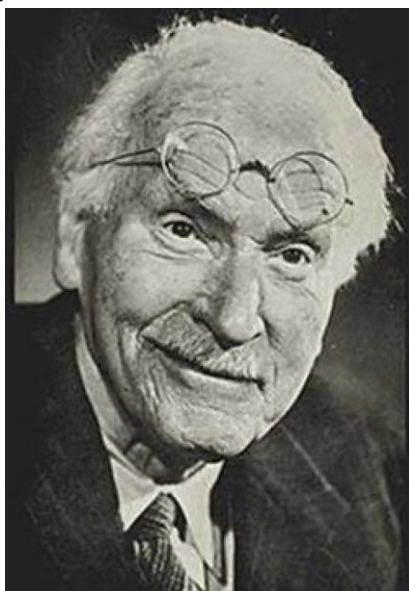


Рис. 2. Карл Густав Юнг.

Главным источником развития личности Юнг считал врожденные психологические факторы. Человек получает по наследству от родителей готовые первичные идеи - «архетипы». Некоторые архетипы универсальны (например, идеи Бога, добра и зла присущи всем народам). Но есть архетипы

культурно- и индивидуально-специфические. Юнг предполагал, что архетипы отражаются в сновидениях, фантазиях и нередко встречаются в виде символов, используемых в искусстве, литературе, архитектуре и религии. Смысл жизни каждого человека — наполнить врожденные архетипы конкретным содержанием. По мнению Юнга, личность формируется в течение всей жизни. В структуре личности доминирует бессознательное, основная часть которого составляет «коллективное бессознательное» - совокупность всех врожденных архетипов. Свобода воли личности ограничена. Поведение человека фактически подчинено его врожденным архетипам или коллективному бессознательному. Внутренний мир человека, в рамках данной теории, полностью субъективен. Раскрыть свой мир личность способна только через свои сновидения и отношения к символам культуры и искусства. Истинное содержание личности скрыто от постороннего наблюдателя. Основными элементами личности являются психологические свойства отдельных реализованных архетипов данного человека. Эти свойства также часто называют чертами характера. Например, свойства архетипа «персона» (маска) - это все наши психологические характеристики, роли, которые мы выставляем напоказ; свойства архетипа «тень» - это наши истинные психологические чувства, которые мы прячем от людей; свойства архетипа «анимус» (дух) - быть мужественным, твердым, смелым, защищать, охранять, охотиться и так далее; свойства архетипа «анима» (душа) - нежность, мягкость, заботливость. В аналитической модели выделяют три основных концептуальных блока, или сферы, личности:

- коллективное бессознательное - основная структура личности, в которой сосредоточен весь культурно-исторический опыт человечества, представленный в психике человека в виде унаследованных архетипов.
- индивидуальное бессознательное - совокупность «комплексов», или эмоционально заряженных мыслей и чувств, вытесненных из сознания. Примером комплекса может служить «комплекс власти», когда человек всю свою психическую энергию тратит на деятельность, прямо или косвенно связанную со стремлением к власти, не осознавая этого.
- индивидуальное сознательное - структура, служащая основой самопознания и включающая те мысли, чувства, воспоминания и ощущения, благодаря которым мы осознаем себя, регулируем свою сознательную деятельность.

Целостность личности достигается за счет действия архетипа «самость». Главная цель этого архетипа - выход из коллективного бессознательного. Это достигается благодаря тому, что «самость» организует, координирует, интегрирует все структуры психики человека в единое целое и создает уникальность, неповторимость жизни каждого отдельного человека. У самости существует два способа, две установки такой интеграции:

- экстраверсия - установка, заключающаяся в том, чтобы наполнить врожденные архетипы внешней информацией (ориентация на объект);
- интроверсия - ориентация на внутренний мир, на собственные переживания (на субъект).

В каждом человеке существует одновременно и экстраверт и интроверт. Однако степень их выраженности может быть совершенно различной. Кроме того, Юнг выделил четыре подтипа переработки информации: мыслительный, чувственный, ощущающий и интуитивный, доминирование одного из которых придает своеобразие экстравертной или интровертной установке человека. Таким образом, в типологии Юнга можно выделить восемь подтипов личности. В качестве примера приведем характеристики двух типов личности:

- экстраверт - мыслительный - сфокусирован на изучении внешнего мира, практичен, заинтересован в получении фактов, логичен, хороший ученый;

- интроверт - мыслительный - заинтересован в понимании собственных идей, рассудителен, бьется над философскими проблемами, ищет смысл собственной жизни, держится на расстоянии от людей.

Согласно аналитической теории, личность - это совокупность врожденных и реализованных архетипов, а структура личности определяется как индивидуальное своеобразие соотношения отдельных свойств архетипов, отдельных блоков бессознательного и сознательного, а также экстравертированной или интровертированной установок личности

### **Гуманистическая теория личности.**

Сторонники гуманистической теории личности в психологии (К. Роджерс и А. Маслоу) главным источником развития личности считают врожденные тенденции к самоактуализации. Развитие личности есть разворачивание этих врожденных тенденций. В психике человека существуют две врожденные тенденции. Первая, называемая им «самоактуализирующейся тенденцией», содержит изначально в свернутом виде будущие свойства личности человека. Вторая - «организмический отслеживающий процесс» - представляет собой механизм контроля за развитием личности. На основе этих тенденций у человека в процессе развития возникает особая личностная структура «Я», которая включает «идеальное Я» и «реальное Я». Эти подструктуры структуры «Я» находятся в сложных отношениях - от полной гармонии до полной дисгармонии. Цель жизни - реализовать весь свой врожденный потенциал, «быть полностью функционирующей личностью», то есть, человеком, который использует все свои способности, таланты и движется к полному познанию себя, следуя своей истинной природе.



Карл Рэнсом Роджерс



Абрахам Маслоу

А. Маслоу выделил два типа потребностей, лежащих в основе развития личности; «дефицитарные», которые прекращаются после их удовлетворения, и «ростовые», которые, напротив, только усиливаются после их реализации. Всего, по Маслоу, существует пять уровней мотивации:

- физиологический (потребности в еде, сне и так далее);
- потребности в безопасности (потребность в квартире, работе);
- потребности в принадлежности, отражающие потребности одного человека в другом человеке (например, в создании семьи);
- уровень самооценки (потребность в самоуважении, компетенции, достоинстве);
- потребность в самоактуализации (потребности в творчестве, красоте, целостности и так

далее).

Наиболее важными для человека являются потребности в самоактуализации. Самоактуализация - не конечное состояние совершенства человека. Ни один человек не становится настолько самоактуализированным, чтобы отбросить все мотивы. У каждого человека всегда остаются таланты для дальнейшего развития. Человек, достигший пятого уровня мотивации, называется «психологически здоровая личность».

По мнению представителей гуманистического направления, решающего возрастного периода не существует, личность формируется и развивается в течение всей жизни. Особую роль в развитии личности играют ранние периоды жизни (детство и юношество). В личности доминируют рациональные процессы, где бессознательное возникает лишь временно, когда по тем или иным причинам блокируется процесс самоактуализации. Гуманисты считают, что личность обладает полной свободой воли. Человек осознает себя, осознает свои поступки, строит планы, ищет смыслы жизни. Человек - творец собственной личности, своего счастья. Внутренний мир человека, его мысли, чувства и эмоции для гуманистов не есть прямое отражение действительности. Каждый человек интерпретирует реальность в соответствии со своим субъективным восприятием. Внутренний мир человека в полной мере доступен только ему самому. Основу действий человека составляют субъективное восприятие и субъективные переживания. Только субъективный опыт является ключом к пониманию поведения конкретного человека. Целостную личность характеризуют:

- эффективное восприятие реальности;
- спонтанность, простота и естественность поведения;
- ориентация на решение проблемы, на дело;
- постоянная «детскость» (то есть, чистота, свежесть) восприятия;
- частые переживания «пиковых» чувств, экстаза;
- искреннее желание помочь всему человечеству;
- глубокие межличностные отношения;
- высокие моральные стандарты.

Таким образом, в рамках гуманистического подхода, личность - это внутренний мир человеческого «Я» как результат самоактуализации, а структура личности - это индивидуальное соотношение «реального Я» и «идеального Я», а также индивидуальный уровень развития потребностей в самоактуализации.

### **Когнитивная теория личности.**

Когнитивная теория личности близка к гуманистической, однако в ней имеется ряд существенных отличий. Основателем этого подхода является американский психолог Дж. Келли. По его мнению, единственное, что человек хочет знать в жизни, - это то, что с ним произошло и что с ним произойдет в будущем.

Главным источником развития личности, согласно Келли, является среда, социальное окружение. Когнитивная теория личности подчеркивает влияние интеллектуальных процессов на поведение человека. В этой теории любой человек сравнивается с ученым, проверяющим гипотезы о природе вещей и делающим прогноз будущих событий. Любое событие открыто для многократного интерпретирования. Главным понятием в этом направлении является «конструкт» (от англ. «констракт» конструировать). Это понятие включает в себя особенности всех известных познавательных

процессов (восприятия, памяти, мышления и речи). Благодаря конструктам человек не только познает мир, но и устанавливает межличностные отношения. Конструкты, которые лежат в основе этих отношений, называют личностными конструктами. Конструкт - это своеобразный классификатор - шаблон нашего восприятия других людей и себя. Келли открыл и описал главные механизмы функционирования личностных конструктов.



Рис. 3. Джордж Александр Келли.

С точки зрения Келли, каждый из нас строит и проверяет гипотезы, решает проблемы (например, является ли данный человек спортивным или неспортивным, музыкальным или немusикальным, интеллигентным или неинтеллигентным и так далее), пользуясь соответствующими конструктами. Одни конструкты пригодны для описания лишь узкого круга событий, в то время как другие обладают широким диапазоном применимости. Например, конструкт «умный - глупый» вряд ли годится для описания погоды, а вот конструкт «хороший-плохой» пригоден фактически на все случаи жизни.

Люди отличаются не только количеством конструктов, но и их местоположением. Те конструкты, которые актуализируются в сознании быстрее, называются суперординатными, а которые медленнее - субординатными. Например, если, встретив какого-то человека, вы сразу оцениваете его с точки зрения того, является ли он умным или глупым, и только потом - добрым или злым, то ваш конструкт «умный-глупый» является суперординатным, а конструкт «добрый-злой» - субординатным.

Дружба, любовь и вообще нормальные взаимоотношения между людьми возможны только тогда, когда люди имеют сходные конструкты. Действительно, трудно предположить себе ситуацию, чтобы успешно общались два человека, у одного из которых доминирует конструкт «порядочный - непорядочный», а у другого такого конструкта нет вообще.

Конструктная система не является статическим образованием, а находится в постоянном изменении под влиянием опыта, то есть личность формируется и развивается в течение всей жизни. В личности доминирует преимущественно «сознательное». Бессознательное может относиться только к отдаленным (субординатным) конструктам, которыми при интерпретации воспринимаемых событий человек пользуется редко. Келли полагал, что личность обладает ограниченной свободой воли. Конструктная система, сложившаяся у человека в течение жизни, содержит в себе известные ограничения. Однако, он не считал, что жизнь человека полностью детерминирована. В любой ситуации человек способен сконструировать альтернативные предсказания. Внешний мир - не злой и не добрый, а такой, каким мы конструируем его в своей голове. В конечном итоге, по мнению когнитивистов, судьба человека находится в его руках. Внутренний мир человека субъективен и является его собственным порождением. Каждый человек воспринимает и интерпретирует внешнюю

реальность через собственный внутренний мир.

Основным концептуальным элементом является личностный конструкт. У каждого человека имеется своя собственная система личностных конструктов, которая делится на два уровня (блока):

- блок «ядерных» конструктов - это примерно пятьдесят основных конструктов, которые находятся на вершине конструктивной системы, то есть в постоянном фокусе оперативного сознания. Этими конструктами человек пользуется наиболее часто при взаимодействии с другими людьми;
- блок периферических конструктов - это все остальные конструкты. Количество этих конструктов сугубо индивидуально и может варьировать от сотен до нескольких тысяч.

Целостные свойства личности выступают как результат совместного функционирования обоих блоков, всех конструктов. Выделяют два типа целостной личности: когнитивно сложная личность (личность, у которой имеется большое количество конструктов) и когнитивно простая личность (личность с небольшим набором конструктов). Когнитивно сложная личность, по сравнению с когнитивно простой, отличается следующими характеристиками:

- имеет лучшее психическое здоровье;
- лучше справляется со стрессом;
- имеет более высокий уровень самооценки;
- более адаптивна к новым ситуациям.

Согласно когнитивной теории, личность - это система организованных личностных конструктов, в которых перерабатывается (воспринимается и интерпретируется) личный опыт человека. Структура личности в рамках данного подхода рассматривается как индивидуально своеобразная иерархия конструктов.

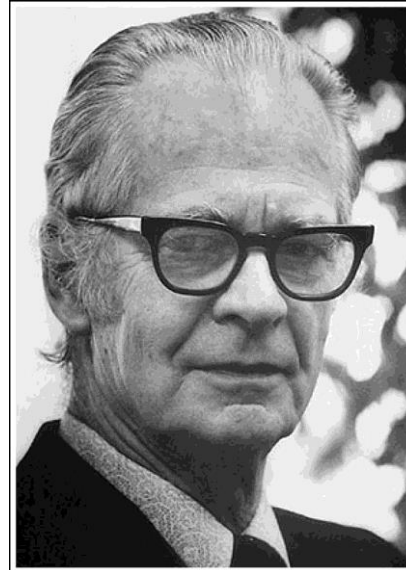
## **Поведенческая теория.**

Поведенческая теория личности имеет еще и другое название - «наученческая», поскольку главный тезис данной теории гласит: наша личность является продуктом научения.





Джон Бродес Уотсон



Беррес Фредерик Скиннер

Существуют два направления в поведенческой теории личности - рефлексорное и социальное. Рефлексорное направление представлено работами известных американских бихевиористов Дж. Уотсона и Б. Скиннера. Главным источником развития личности, согласно обоим направлениям, является среда в самом широком смысле этого слова. В личности нет ничего от генетического или психологического наследования. Личность является продуктом научения, а ее свойства - это обобщенные поведенческие рефлексы и социальные навыки. С точки зрения бихевиористов, можно по заказу сформировать любой тип личности - труженика или бандита, поэта или торговца. Бихевиористы считают, что личность формируется и развивается в течение всей жизни по мере социализации, воспитания и научения. Ранние годы жизни человека они рассматривают как более важные. Основа любых знаний, способностей, в том числе творческих и духовных, закладывается в детстве. В личности рациональные и иррациональные процессы представлены в равной мере. Их противопоставление не имеет смысла. Все зависит от типа и сложности поведения. В одних случаях человек может четко осознавать свои поступки и свое поведение, а в других - нет.

Согласно поведенческой теории, человек практически полностью лишен свободы воли. Наше поведение детерминировано внешними обстоятельствами. Мы часто ведем себя как марионетки и не осознаем последствий своего поведения, поскольку выученные нами социальные навыки и рефлексы от длительного употребления уже давно автоматизированы. Внутренний мир человека объективен. В нем все от среды. Личность полностью объективизируется в поведенческих проявлениях. Никакого «фасада» нет. Наше поведение и есть личность.

В качестве элементов личности выступают рефлексы и социальные навыки. Постулируется, что список социальных навыков (то есть, основных свойств, характеристик, черт личности) присущих конкретному человеку, определяется его социальным опытом (научением). Свойства личности и требования социального окружения человека совпадают. Если человек воспитывался в доброй, спокойной семье и его поощряли за доброту и спокойствие, то он будет добрым и спокойным. Если человек грустен, печален и отличается повышенной ранимостью, то это также не его вина: он - продукт общества и воспитания.

Таким образом, в рамках данного подхода, личность - это система социальных навыков и условных рефлексов, с одной стороны, и система внутренних факторов: самоэффективности, субъективной значимости и доступности - с другой. Согласно поведенческой теории личности, структура личности - это сложно организованная иерархия рефлексов или социальных навыков, в которой ведущую роль играют внутренние блоки самоэффективности, субъективной значимости и доступности.

### **Деятельностная теория личности.**

Деятельностная теория личности получила наибольшее распространение в отечественной

психологии. Среди исследователей, внесших наибольший вклад в ее развитие, следует назвать, прежде всего, С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульханову-Славскую, А.В. Брушлинского.



Рубинштейн Сергей  
Леонидович



Абульханова, Ксения  
Александровна

Данная теория имеет ряд общих черт с поведенческой теорией личности, особенно с ее социально-наученческим направлением, а также с гуманистической и когнитивной теориями. В этом подходе отрицается биологическое и тем более психологическое наследование личностных свойств. Главным источником развития личности, согласно этой теории, является деятельность. Деятельность понимается как сложная динамическая система взаимодействий субъекта (активного человека) с миром (с обществом), в процессе которых и формируются свойства личности. Сформированная личность (внутреннее) в дальнейшем становится опосредствующим звеном, через которое внешнее оказывает влияние на человека.

Представители деятельностного подхода к личности считают, что личность формируется и развивается в течение всей жизни в той мере, в какой человек продолжает играть социальную роль, быть включенным в социальную деятельность. Человек не является пассивным наблюдателем, он - активный участник социальных преобразований, активный субъект воспитания и обучения. Детство и юношеские годы рассматриваются как наиболее важные для формирования личности.

Основное место в личности занимает сознание, причем структуры сознания не даны человеку изначально, а формируются в раннем детстве в процессе общения и деятельности. Бессознательное имеет место только в случае автоматизированных операций. Сознание личности полностью зависит от общественного бытия, ее деятельности, от общественных отношений и конкретных условий, в которые она включена. Человек обладает свободой воли лишь в той мере, в какой это позволяют социально усвоенные свойства сознания (например, рефлексия, внутренний диалогизм). Свобода - это осознанная необходимость. Внутренний мир человека и субъективен, и объективен одновременно. Все зависит от уровня включения субъекта в конкретную деятельность. Отдельные аспекты и свойства личности могут быть объективизированы в поведенческих проявлениях и поддаются операционализации и объективному измерению.

В рамках деятельностного подхода в качестве элементов личности выступают отдельные свойства или черты личности. Принято считать, что свойства личности образуются в результате деятельности, которая осуществляется всегда в конкретном общественно-историческом контексте. В этой связи свойства личности рассматриваются как социально (нормативно) детерминированные. Например, настойчивость формируется в таких видах деятельности, где субъект проявляет самостоятельность, независимость. Настойчивый человек действует смело, активно, отстаивает свои права на самостоятельность и требует от окружающих признания этого. Спи-

сок свойств личности фактически безграничен и задается многообразием видов деятельности, в которые включен человек как субъект. В деятельностном подходе наиболее популярной является четырехкомпонентная модель личности, которая в качестве основных структурных блоков включает в себя направленность, способности, характер и самоконтроль.

**Направленность** - это система устойчивых предпочтений и мотивов (интересов, идеалов, установок) личности, задающая главные тенденции поведения личности. Человек с ярко выраженной направленностью обладает трудолюбием, целеустремленностью.

**Способности** - индивидуально-психологические свойства, которые обеспечивают успешность деятельности. Выделяют общие и специальные (музыкальные, математические) способности. Способности взаимосвязаны между собой. Одна из способностей является ведущей, в то время как другие играют вспомогательную роль. Люди отличаются не только по уровню общих способностей. Например, хороший музыкант может быть плохим математиком и наоборот.

**Характер** - совокупность морально-нравственных и волевых свойств человека. К моральным свойствам относятся чуткость или черствость в отношении к людям, ответственность по отношению к общественным обязанностям, скромность. Морально-нравственные свойства отражают представления личности об основных нормативных действиях человека, закрепленных в привычках, обычаях и традициях. Волевые качества включают решительность, настойчивость, мужество и самообладание, которые обеспечивают определенный стиль поведения и способ решения практических задач. На основании выраженности моральных и волевых свойств человека выделяют следующие разновидности характера: морально-волевой, аморально-волевой, морально-абулический (абулия - отсутствие воли), аморально-абулический.

Человек, обладающий морально-волевым характером, социально активен, постоянно соблюдает социальные нормы и для их соблюдения прикладывает волевые усилия. Про такого человека говорят, что он решительный, настойчивый, мужественный, честный. Человек с аморальноволевым характером не признает социальных норм и все свои волевые усилия направляет на удовлетворение своих собственных целей. Люди с морально-абулическим характером признают полезность и важность социальных норм, однако, будучи безвольным, часто, не желая того, в силу обстоятельств совершают антисоциальные поступки. Люди с аморально-абулическим типом характера безразличны к социальным нормам и не предпринимают никаких усилий, чтобы их выполнять.

**Самоконтроль** - это совокупность свойств саморегуляции, связанная с осознанием личностью самой себя. Данный блок надстраивается над всеми остальными блоками и осуществляет над ними контроль: усиление или ослабления деятельности, коррекцию действий и поступков, предвосхищение и планирование деятельности и прочее.

Все блоки личности действуют взаимосвязано и образуют системные, целостные свойства. Среди них основное место принадлежит экзистенциально-бытийным свойствам личности. Эти свойства связаны с целостным представлением личности о самой себе (самоотношение), о своем «Я», о смысле бытия, об ответственности, о предназначении в этом мире. Целостные свойства делают личность разумной, целенаправленной. Личность с выраженными экзистенциально-бытийными свойствами является духовно богатой, цельной и мудрой.

Таким образом, в рамках деятельностного подхода личность - это сознательный субъект, занимающий определенное положение в обществе и выполняющий социально полезную общественную роль. Структура личности - это сложно организованная иерархия отдельных свойств, блоков

(направленности, способностей, характера, самоконтроля) и системных экзистенциально-бытийных свойств личности.

## **Диспозициональная теория личности.**

Сторонники диспозициональной теории личности придерживаются трех основных направлений: «жесткого», «мягкого» и промежуточного - формально-динамического.

Они считают главным источником развития личности факторы генно-средового взаимодействия, причем одни направления подчеркивают преимущественно влияния со стороны генетики, другие - со стороны среды.

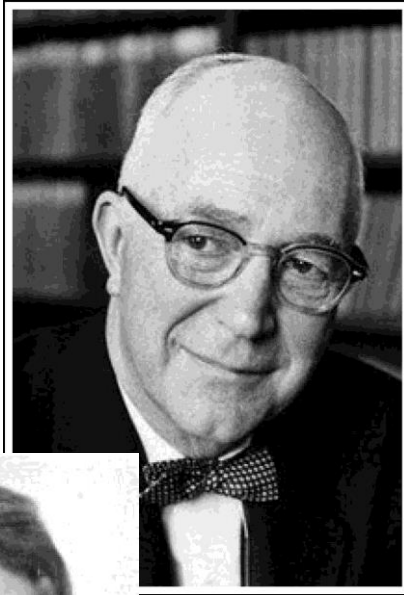
«Жесткое» направление пытается установить строгое соответствие между определенными жесткими биологическими структурами человека: свойствами телосложения, нервной системой или мозгом, с одной стороны, и определенными личностными свойствами - с другой. При этом утверждается, что как сами жесткие биологические структуры, так и связанные с ними личностные образования зависят от общих генетических факторов. Так, немецкий исследователь Э. Кречмер установил связь между телесной конституцией и типом характера, а также между телосложением и склонностью к определенному психическому заболеванию.



Рис. 4. Эрнст Кречмер

«Мягкое» направление диспозициональной теории личности утверждает, что личностные особенности зависят от биологических свойств человеческого организма, однако от каких именно и насколько не входит в круг исследовательских задач.

Среди исследователей данного направления наиболее известным является американец Г. Оллпорт - основоположник теории черт. Черта - это predisposition человека вести себя сходным образом в различное время и в различных ситуациях. Например, про человека, который постоянно разговорчив и дома, и на работе, можно сказать, что у него выражена такая черта, как общительность. Постоянство черты обусловлено, по мнению Оллпорта, определенным набором психофизиологических характеристик человека.



Гордон Олпорт



Борис Михайлович Теплов



Владимир Дмитриевич  
Небылицын

Формально-динамическое направление представлено, в основном, работами отечественных психологов Б.М. Теплова и В.Д. Небылицина. Основной отличительной особенностью данного направления является утверждение, что в личности человека существуют два уровня, два разных аспекта личностных свойств - формально-динамический и содержательный. Содержательные свойства личности являются продуктом воспитания, научения, деятельности и охватывают не только знания, умения, навыки, но и все богатство внутреннего мира человека: интеллект, характер, смыслы, установки, цели и так далее.

По мнению диспозиционалистов, личность развивается в течение всей жизни. Ранние годы жизни, включая период полового созревания, рассматриваются как наиболее важные. Данная теория предполагает, что люди, несмотря на постоянные изменения в структуре их поведения, обладают в целом определенными устойчивыми внутренними качествами (темпераментом, чертами). Диспозиционалисты считают, что в личности представлены как сознательное, так и бессознательное. При этом рациональные процессы более характерны для высших структур личности, а иррациональные для низших (темперамента).

Человек обладает ограниченной свободой воли. Поведение человека в известной степени детерминировано эволюционными и генетическими факторами, а также темпераментом и чертами.

Внутренний мир человека, в частности, темперамент и черты, преимущественно объективен и может быть зафиксирован объективными методами. Любые физиологические проявления, в том числе электроэнцефалограмма, речевые реакции и так далее, свидетельствуют о тех или иных свойствах темперамента и черт. Данное обстоятельство послужило основой создания специального научного направления дифференциальной психофизиологии, изучающей биологические основы личности и индивидуально-психологические различия.

Основным блоком личности в рамках диспозиционального подхода является темперамент. Некоторые исследователи, в частности, англичанин Г. Айзенк, отождествляют темперамент с личностью. Определенные соотношения свойств темперамента составляют типы темперамента.

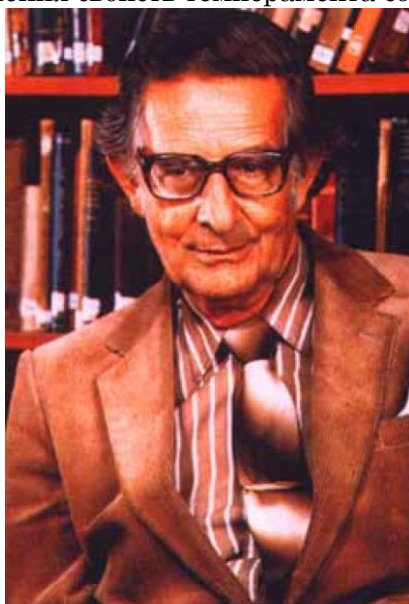


Рис. 6. Ганс Юрген Айзенк

Айзенк дает следующие характеристики типов темперамента.

**Холерик** - эмоционально неустойчивый экстраверт. Раздражительный, беспокойный, агрессивный, возбудимый, изменчивый, импульсивный, оптимистичный, активный.

**Меланхолик** - эмоционально неустойчивый интроверт. Изменчив по настроению, ригидный, трезвый, пессимистичный, молчаливый, неконтактный, спокойный.

**Сангвиник** - эмоционально стабильный экстраверт. Беззаботный, живой, легок на подъем, разговорчивый, общительный.

**Флегматик** - эмоционально стабильный интроверт. Безмятежный, уравновешенный, надежный, самоуправляемый, мирный, задумчивый, заботливый, пассивный.

Однако есть и другие точки зрения, согласно которым темперамент не является компонентом личности. Например, отечественный психолог В.С. Мерлин полагал, что темперамент представляет особый самостоятельный психодинамический уровень в структуре интегральной индивидуальности, который существенно отличается от личности. Темперамент охватывает только те характеристики психических свойств, которые представляют собой определенную динамическую систему. Олпорт также не включал темперамент в структуру личности. Он утверждал, что темперамент не является первичным материалом, из которого строится личность, но в то же время указывал на важность темперамента, который, будучи генетически наследственной структурой, влияет на развитие черт личности.

Формально-динамические свойства личности являются темпераментом в узком, истинном смысле этого слова, поскольку представляют собой обобщенные врожденные свойства функциональных систем поведения человека.

По В.Д. Небылицину, темперамент с формально-динамической точки зрения представляет собой две взаимосвязанные подструктуры: активность и эмоциональность. Определенные соотношения активности и эмоциональности образуют формально-динамические типы темперамента. Активность - мера энерго-динамической напряженности в процессе взаимодействия человека со средой, которая включает в себя пластичность и скорость поведения человека. Эмоциональность - характеристика человека со стороны чувствительности (реактивности, ранимости) к неудачам. В рамках диспозиционного подхода фактически отсутствует в качестве самостоятельного такое важнейшее понятие как характер. Данное понятие часто отождествляют с общим понятием личности, особенно в клинической практике, или с понятием характера, принятым в деятельностном подходе, сводящем его к морально-волевой сфере человека. Таким образом, в рамках диспозиционного подхода личность - это сложная система формальнодинамических свойств (темперамента), черт и социально обусловленных свойств. Структура личности - это организованная иерархия отдельных биологически детерминированных свойств, входящих в определенные соотношения и образующих определенные типы темперамента и черт, а также совокупность содержательных свойств.



## Лекция 7

### Способности как проявление индивидуального в психике человека

#### План лекции

1. Способности и их классификация.
2. Развитие способностей.
3. Уровни развития способностей.

#### Способности и их классификация

Способности и их классификация. Способности — это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими. Способности не могут быть сведены к знаниям, умениям и навыкам, имеющимся у человека, но способности обеспечивают их быстрое приобретение, фиксацию и эффективное практическое применение. Способности можно классифицировать на:

1. природные (или естественные) способности, в основе своей биологически обусловленные, связанные с врожденными задатками, формирующиеся на их базе при наличии элементарного жизненного опыта через механизмы научения типа условно-рефлекторных связей;
2. специфические человеческие способности, имеющие общественно-историческое происхождение и обеспечивающие жизнь и развитие в социальной среде.

Специфические человеческие способности, в свою очередь, подразделяются на:

- общие, которыми определяются успехи человека в самых различных видах деятельности и общения (умственные способности, развитые память и речь, точность и тонкость движений рук и т. д.), и специальные, определяющие успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие (способности математические, технические, литературно-лингвистические, художественно-творческие, спортивные и т. д.);
- теоретические, определяющие склонность человека к абстрактно логическому мышлению, и практические, лежащие в основе склонности к конкретно-практическим действиям. Сочетание этих способностей свойственно лишь разносторонне одаренным людям;
- учебные, которые влияют на успешность педагогического воздействия, усвоение человеком знаний, умений, навыков, формирования качеств личности, и творческие, связанные с успешностью в создании произведений материальной и духовной культуры, новых идей, открытий, изобретений. Высшая степень творческих проявлений личности называется гениальностью, а высшая степень способностей личности в определенной деятельности (общении) — талантом;
- способности к общению, взаимодействию с людьми и предметно-деятельностные способности, связанные с взаимодействием людей с природой, техникой, знаковой информацией, художественными образами и т. д.

Человек, способный ко многим и различным видам деятельности и общения, обладает общей одаренностью, т. е. единством общих способностей, обуславливающим диапазон его интеллектуальных возможностей, уровень и своеобразие деятельности и общения.

Таким образом, способности — индивидуально психологические особенности человека, проявляющиеся в деятельности и являющиеся условием успешности ее выполнения. От способностей зависит скорость, глубина, легкость и прочность процесса овладения знаниями, умениями и навыками, но сами способности не сводятся к знаниям и умениям.

### **Развитие способностей**

Исследованиями установлено, что способности — прижизненные образования, что их развитие идет в процессе жизни, что среда, воспитание активно формируют их. Глубокий анализ проблемы способностей был дан Б. М. Тепловым. Согласно развиваемой им концепции, врожденными могут быть анатомо-физиологические и функциональные особенности человека, создающие определенные предпосылки для развития способностей, называемые задатками.

Задатки — это некоторые генетические детерминированные (врожденные) анатомо-физиологические особенности нервной системы, составляющие индивидуально-природную основу (предпосылку) формирования и развития способностей. Развитие задатков — это социально обусловленный процесс, который связан с условиями воспитания и особенностями развития общества. Задатки развиваются и трансформируются в способности при условии, если в обществе возникла потребность в тех или иных профессиях, в частности, где нужен именно тонкий музыкальный слух. Вторым существенным фактором развития задатков являются особенности воспитания.

Исходя из этого, мы должны сделать вывод о том, что способности в значительной степени социальны и формируются в процессе конкретной деятельности человека. В зависимости от того, существуют или отсутствуют условия для развития способностей, они могут быть потенциальными и актуальными.

Под потенциальными способностями понимаются те, которые не реализуются в конкретном виде деятельности, но способны актуализироваться при изменении соответствующих социальных условий. К актуальным способностям, как правило, относят те, которые необходимы именно в данный момент и реализуются в конкретном виде деятельности. Потенциальные и актуальные способности выступают косвенным показателем характера социальных условий, в которых развиваются способности человека. Именно характер социальных условий препятствует или способствует развитию потенциальных способностей, обеспечивает или не обеспечивает превращение их в актуальные.

Способности — не статичные, а динамические образования, их формирование и развитие происходит в процессе определенным образом организованной деятельности и общения. Развитие способностей происходит поэтапно.

Задатки весьма многозначны, они — лишь предпосылки развития способностей. Способности, развивающиеся на их основе, обуславливаются, но не предопределяются ими. Характерным для задатков является то, что они сами по себе еще ни на что не направлены. Задатки влияют, но не решающим образом, на процесс формирования и развития способностей, которые формируются прижизненно в процессе деятельности и воспитания. Задатки обуславливают разные пути формирования способностей, влияют на уровень достижения, быстроту развития.

Каждая способность имеет свою структуру, в ней различают ведущие и вспомогательные свойства. Например, ведущими свойствами литературных способностей являются: особенности творческого воображения и мышления; яркие, наглядные образы памяти; чувство языка; развитие эстетических чувств. А ведущими свойствами математических способностей являются: умение обобщать; гибкость мыслительных процессов; легкий переход от прямого к обратному ходу мысли. Для педагогических способностей ведущими являются: педагогический такт, наблюдательность; любовь к детям; потребность в передаче знаний. Выделяют следующие уровни способностей: репродуктивный, который обеспечивает высокое умение усваивать готовое знание, овладевать сложившимися образцами деятельности и общения, и творческий, обеспечивающий создание нового, оригинального. Но следует учитывать, что репродуктивный уровень включает элементы творческого, и наоборот.

У одного и того же человека могут быть разные способности, но одна из них может быть более значительной, чем другие. С другой стороны, у разных людей наблюдаются одни и те же способности, но различающиеся между собой по уровню развития. С начала XX века предпринимались попытки измерить способности (зарубежные психологи Айзенк, Кемел, Спирмен, Вине и др.). Для измерения способностей использовались тесты. Но более верный путь определения способностей — это выявление динамики успехов в процессе деятельности. Успешность выполнения любой деятельности определяется не какими-то отдельными способностями самими по себе, а лишь сочетанием способностей, своеобразным у каждого человека. Успех в овладении деятельностью может достигаться различными путями. Так, недостаточное развитие той или иной отдельной способности может быть компенсировано развитием других способностей, от которых также зависит успешное выполнение той же самой деятельности.

Компоненты педагогических способностей:

- конструктивные,
- организаторские,
- коммуникативные.

**Конструктивные** способности проявляются в желании и умении развивать личность ученика, отбирать и композиционно строить учебный материал применительно к возрастным и индивидуальным особенностям детей.

**Организаторские** способности проявляются в умении включать учащихся в различные виды деятельности и умело воздействовать на личность каждого ребенка.

**Коммуникативные** способности проявляются в умении устанавливать правильные взаимоотношения с детьми, чувствовать настроение всего коллектива, понять каждого ученика.

Исследование различных видов специальных способностей проводится главным образом в связи с профессиональной ориентацией и профотбором. Все многообразие профессий было предложено (Е. А. Климов) разделить на пять основных типов в зависимости от объекта, на который они направлены: П — природа (растения, животные), Т — техника (машины, материалы), Ч — человек, группы людей, З — знаковая информация (книги, языки, коды, модели), Х — художественные образы (искусство). При решении задач профориентации целесообразно определить прежде всего склонности молодого человека к

перечисленным типам профессий.

### **Уровни развития способностей**

Различают также такие уровни развития способностей как одаренность, мастерство, талант, гениальность. Одаренностью называется своеобразное сочетание способностей, которое обеспечивает человеку возможность успешного выполнения какой-либо деятельности. В этом определении необходимо подчеркнуть то, что от одаренности зависит не успешное выполнение деятельности, а только возможность такого успешного выполнения. Для успешного выполнения всякой деятельности требуется не только наличие соответствующего сочетания способностей, но и овладение необходимыми знаниями и навыками. Какую бы феноменальную математическую одаренность ни имел человек, но если он никогда не учился математике, он не сможет успешно выполнять функции самого заурядного специалиста в этой области. Одарённость определяет только возможность достижения успеха в той или иной деятельности, реализация же этой возможности определяется тем, в какой мере будут развиты соответствующие способности и какие будут приобретены знания и навыки.

Индивидуальные различия одаренных людей обнаруживаются главным образом в направленности интересов. Одни люди, например, останавливаются на математике, другие — на истории, третьи - на общественной работе. Дальнейшее развитие способностей происходит в конкретной деятельности.

Характеризуя способности человека, часто выделяют такой уровень их развития, как мастерство, т. е. совершенство в конкретном виде деятельности. Когда говорят о мастерстве человека, в первую очередь имеют в виду его способность успешно заниматься производительной деятельностью. Однако отсюда не следует, что мастерство выражается в соответствующей сумме готовых умений и навыков. Мастерство в любой профессии предполагает психологическую готовность к творческим решениям возникающих проблем. Недаром говорят: «Мастерство — это когда "что" и "как" приходят одновременно», — подчеркивая, что для мастера нет разрыва между осознанием творческой задачи и нахождением способов ее решения.

Следующий уровень развития способностей человека — талант. Слово «талант» встречается в Библии, где имеет значение меры серебра, которую ленивый раб получил от господина на время его отсутствия и предпочел зарыть в землю, вместо того чтобы пустить в оборот и получить прибыль (отсюда и поговорка «зарыть свой талант в землю»). В настоящее время под талантом понимают высокий уровень развития специальных способностей (музыкальных, литературных и т. д.). Так же как и способности, талант проявляется и развивается в деятельности. Деятельность талантливого человека отличается принципиальной новизной, оригинальностью подхода.

Следует отметить, что талант — это определенное сочетание способностей, их совокупность. Отдельная изолированная способность, даже очень высокоразвитая, не может быть названа талантом. Например, среди выдающихся талантов можно найти много людей, как с хорошей, так и с плохой памятью. Это связано с тем, что в творческой деятельности человека память — это лишь один из факторов, от которых зависит ее успешность. Но результаты не будут достигнуты без гибкости ума, богатой фантазии, сильной воли, глубокой заинтересованности.

Высший уровень развития способностей называют гениальностью. О гениальности говорят, когда творческие достижения человека составляют, целую

эпоху в жизни общества, в развитии культуры. Гениальных людей очень мало. Принято считать, что за всю пятитысячную историю цивилизации их было не более 400 человек. Высокий уровень одаренности, который характеризует гения, неизбежно связан с незаурядностью в различных областях деятельности. Среди гениев, добившихся подобного универсализма, можно назвать Аристотеля, Леонардо да Винчи, Р. Декарта, Г. В. Лейбница, М. В. Ломоносова. Например, М. В. Ломоносов достиг выдающихся результатов в различных областях знаний: химии, астрономии, математике и в то же время был художником, литератором, языковедом, превосходно знал поэзию. Однако это не означает, что все индивидуальные качества гения развиты в одинаковой степени. Гениальность, как правило, имеет свой «профиль», какая-то сторона в ней доминирует, какие-то способности проявляются ярче.

## **Лекция 8. Ощущение и восприятие**

### **План лекции**

1. Физиологическая основа ощущений. Виды ощущений.
2. Восприятие и его свойства.
3. Ошибки восприятия.

### **Физиологическая основа ощущений. Виды ощущений**

Ощущения есть отражение конкретных, отдельных свойств, качеств, сторон предметов и явлений материальной действительности, воздействующих на органы чувств в данный момент. Для возникновения ощущений необходимы раздражители. Воздействие раздражителей на органы чувств называется раздражением. В нервной ткани процесс раздражения вызывает возбуждение. Возбуждение систем нервных клеток, наиболее совершенных по своей организации, при обязательном участии клеток коры головного мозга и дает ощущение.

Физиологическая основа ощущений — сложная деятельность органов чувств. И. П. Павлов назвал эту деятельность анализа горной, а системы клеток, наиболее сложно организованных и являющихся воспринимающими аппаратами, которые непосредственно осуществляют анализ раздражений, — анализаторами. Анатомофизиологический аппарат, специализированный для приема воздействий определенных раздражителей из внешней и внутренней среды и переработки их в ощущения называют анализатором. Каждый анализатор состоит из трех частей:

1. рецептор, или орган чувств, преобразующий энергию внешнего воздействия в нервные сигналы;

2. проводящие нервные пути, по которым нервные сигналы передаются в мозг;
3. мозговой центр в коре полушарий головного мозга. Каждый рецептор приспособлен к приему только определенных видов воздействия (свет, звук), т. е. обладает специфической возбудимостью к определенным физическим и химическим агентам.

Периферический (рецепторный) отдел анализаторов составляют все органы чувств — глаз, ухо, нос, кожа, а также специальные рецепторные аппараты, расположенные во внутренней среде организма (в органах пищеварения, дыхания, в сердечно-сосудистой системе, в мочеполовых органах). Этот отдел анализатора реагирует на конкретный вид раздражителя и перерабатывает его в определенное возбуждение. Рецепторы могут находиться на поверхности тела (экстеро- рецепторы) и во внутренних органах и тканях (интерорецепторы). Рецепторы, находящиеся на поверхности тела, реагируют на внешние раздражители. Такими рецепторами обладают зрительный, слуховой, кожный, вкусовой, обонятельный анализаторы. Рецепторы, расположенные на поверхности внутренних органов тела, реагируют на изменения, происходящие внутри организма. С деятельностью интерорецепторов связаны органические ощущения. Промежуточное положение занимают проприо-рецепторы, находящиеся в мышцах и связках, которые служат для ощущения движения и положения органов тела, а также участвуют в определении свойств, качеств объектов, в частности при осязании их рукой. Таким образом, периферический отдел анализатора выполняет роль специализированного, воспринимающего аппарата.

В зависимости от месторасположения рецептора различают внешние анализаторы (у которых рецепторы находятся на поверхности тела) и внутренние (у которых рецепторы расположены во внутренних органах и тканях). Промежуточное положение занимает двигательный анализатор, рецепторы которого находятся в мышцах и связках. Для всех анализаторов общими являются болевые ощущения, благодаря которым организм получает информацию о разрушительных для него свойствах раздражителя.

Таким образом, ощущения — объективны, так как в них всегда отражен внешний раздражитель, а с другой стороны, субъективны, поскольку зависят от состояния нервной системы и индивидуальных особенностей. Существует несколько возможных вариантов классификации тех двух десятков анализаторных систем, которыми обладает человек. Обычно используют следующие критерии:

1. по наличию или отсутствию непосредственных контактов рецептора с раздражителем, вызывающим ощущение;
2. по месту расположения рецепторов;
3. по времени возникновения в ходе эволюции;
4. по модальности (виду) раздражителя.

Наиболее используемой является систематизация, предложенная английским физиологом И. Шеррингтоном, который выделил три основных класса ощущений:

1. экстерорецептивные, возникающие при воздействии внешних стимулов на рецепторы, расположенные на поверхности тела;
2. интерорецептивные (органические), сигнализирующие о том, что происходит в организме (ощущения голода, жажды, боли и т. п.);
3. проприорецептивные, расположенные в мышцах и сухожилиях, с их помощью мозг получает информацию о движении и положении различных частей тела.

Общую массу экстерорецептивных ощущений схема Шеррингтона позволяет разделить на дистантные (зрительные, слуховые) и контактные (осязательные, вкусовые). Обонятельные ощущения занимают в этом случае промежуточное положение. Наиболее древней является органическая (прежде всего, болевая) чувствительность, затем появились контактные (прежде всего тактильная, то есть осязательная) формы. И самыми эволюционно молодыми следует считать слуховые и особенно зрительные системы рецепторов. Наиболее значительными для функционирования человеческой психики являются зрительные (85% всей информации о внешнем мире), слуховые, тактильные, органические, обонятельные и вкусовые ощущения.

По модальности раздражителя ощущения делят на зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые, тактильные, статические и кинестетические, температурные, болевые, жажды, голода. Охарактеризуем кратко каждый из названных видов ощущений.

**Зрительные ощущения.** Они возникают в результате воздействия световых лучей (электромагнитных волн) на чувствительную часть нашего глаза — сетчатку, являющуюся рецептором зрительного анализатора. Свет воздействует на находящиеся в сетчатке светочувствительные клетки двух типов — палочки и колбочки, названные так за их внешнюю форму.

**Слуховые ощущения.** Эти ощущения также относятся к дистантным ощущениям и также имеют большое значение в жизни человека. Благодаря им человек слышит речь, имеет возможность общаться с другими людьми. Раздражителями для слуховых ощущений являются звуковые волны — продольные колебания частиц воздуха, распространяющиеся во все стороны от источника звука. Орган слуха человека реагирует на звуки в пределах от 16 до 20 000 колебаний в секунду. Слуховые ощущения отражают: высоту звука, которая зависит от частоты колебания звуковых волн; громкость, которая зависит от амплитуды их колебаний; тембр звука — формы колебаний звуковых волн. Все слуховые ощущения можно свести к трем видам — речевые, музыкальные, шумы.

**Вибрационные ощущения.** К слуховым ощущениям примыкает вибрационная чувствительность. У них общая природа отражаемых физических явлений. Вибрационные ощущения отражают колебания упругой среды. Этот вид чувствительности образно называют «контактным слухом». Специальных вибрационных рецепторов у человека не обнаружено. В настоящее время считают, что отражать вибрации внешней и внутренней среды могут все ткани организма. У человека вибрационная чувствительность подчинена слуховой и зрительной.

**Обонятельные ощущения.** Они относятся к дистантным ощущениям, которые отражают запахи окружающих нас предметов. Органами обоняния являются обонятельные клетки, расположенные в верхней части носовой полости.

В группу контактных ощущений, как уже отмечалось, входят вкусовые, кожные (болевые, тактильные, температурные) ощущения.

**Вкусовые ощущения.** Вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде. Вкусовые рецепторы — вкусовые почки, расположенные на поверхности языка, глотки, нёба, — различают ощущения сладкого, кислого, соленого и горького.

**Кожные ощущения.** В кожных покровах имеется несколько анализаторных систем: тактильная (ощущения прикосновения), температурная (ощущения холода и тепла), болевая. Система тактильной чувствительности (ощущения давления, прикосновения, фактурности и вибрации) охватывает все человеческое тело. Наибольшее скопление тактильных клеток наблюдается на ладони, на кончиках пальцев и на губах. Тактильные ощущения рук вместе с мышечносуставной чувствительностью образуют осязание, благодаря которому руки могут отражать форму и пространственное положение предметов. Тактильные ощущения вместе с температурными представляют собой один из видов

кожной чувствительности, дающей информацию о положении тел, с которыми непосредственно контактирует человек (гладкое, шероховатое, липкое, жидкое и т. п.), а также информацию о температурных параметрах этих тел и всей окружающей среды.

Если прикоснуться к поверхности тела, затем надавить на него, то давление может вызвать болевое ощущение. Таким образом, тактильная чувствительность дает знания о качествах предмета, а болевые ощущения сигнализируют организму о необходимости отдалиться от раздражителя и имеет ярко выраженный эмоциональный тон.

Третий вид кожной чувствительности — **температурные ощущения** — связан с регулированием теплообмена между организмом и окружающей средой. Распределение тепловых и Холодовых рецепторов на коже неравномерно. Наиболее чувствительна к холоду спина, наименее — грудь.

О положении тела в пространстве сигнализируют статические ощущения. Рецепторы статической чувствительности расположены в вестибулярном аппарате внутреннего уха. Резкие и частые изменения положения тела относительно плоскости земли могут приводить к головокружению.

Особое место и роль в жизни и деятельности человека занимают интерорецептивные (органические) ощущения, которые возникают от рецепторов, расположенных во внутренних органах, и сигнализируют о функционировании последних. Эти ощущения образуют органическое чувство (самочувствие) человека. К органическим ощущениям относят, в первую очередь, чувства голода, жажды, насыщения, а также комплексы болевых и половых ощущений.

## Восприятие и его свойства

Восприятие — результат деятельности системы анализаторов. Восприятие предполагает выделение из комплекса воздействующих признаков основных и наиболее существенных с одновременным отвлечением от несущественных. Оно требует объединения основных существенных признаков и сопоставления воспринятого с прошлым опытом. Всякое восприятие включает активный двигательный компонент (ощупывание предметов рукой, движение глаз при рассматривании и т. п.) и сложную аналитико-синтетическую деятельность мозга по синтезу целостного образа.

Закономерность субъективности восприятия — одну и ту же информацию люди воспринимают по-разному, субъективно, в зависимости от своих интересов, потребностей, способностей и т. п. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, от особенностей его личности носит название апперцепции. Влияние прошлого опыта личности на процесс восприятия проявляется в опытах с искажающими очками: в первые дни опыта, когда испытуемые видели все окружающие предметы перевернутыми, исключение составляли те предметы, перевернутое изображение которых, как знали люди, физически невозможно. Так, незажженная свеча воспринималась перевернутой, но как только ее зажигали, она виделась нормально ориентированной по вертикали, т. е. пламя было направлено вверх.

Свойства восприятия:

1. Целостность, т. е. восприятие есть всегда целостный образ предмета. Однако способность целостного зрительного восприятия предметов не является врожденной, об этом свидетельствуют данные о восприятии людей, которые ослепли в младенчестве и которым возвратили зрение в зрелые годы. В первые дни после операции они видят не мир предметов, а лишь расплывчатые очертания, пятна различной яркости и величины, т. е. были одиночные ощущения, но не было восприятия, они не видели целостные



предметы. Постепенно через несколько недель у этих людей формируется зрительное восприятие, но оно оставалось ограничено тем, что они узнали ранее путем осязания. Таким образом, восприятие формируется в процессе практики, т. е. восприятие — система перцептивных действий, которыми надо овладеть.

2. Константность восприятия — благодаря константности мы воспринимаем окружающие предметы как относительно постоянные по форме, цвету, величине и т. п. Источником константности восприятия являются активные действия перцептивной системы (системы анализаторов, обеспечивающих акт восприятия). Многократное восприятие одних и тех же объектов при разных условиях позволяет выделить относительно постоянную инвариантную структуру воспринимаемого объекта. Константность восприятия — не врожденное свойство, а приобретенное. Нарушение константности восприятия происходит, когда человек попадает в незнакомую ситуацию, например, когда люди смотрят с верхних этажей высотного здания вниз, то им автомобили, пешеходы кажутся маленькими; в то же время строители, работающие постоянно на высоте, сообщают, что они видят объекты, расположенные внизу, без искажения их размеров.
3. Структурность восприятия — восприятие не является простой суммой ощущений. Мы воспринимаем фактически абстрагированную из этих ощущений обобщенную структуру. Например, слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию, и узнаем ее, если ее исполняет оркестр, либо один рояль, или человеческий голос, хотя отдельные звуковые ощущения различны.
4. Осмысленность восприятия — восприятие тесно связано с мышлением, с пониманием сущности предметов.
5. Избирательность восприятия — проявляется в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими. Швейцарским психологом Роршахом было установлено, что даже бессмысленные чернильные пятна всегда воспринимаются как что-то осмысленное. Мы осознаем длительность (так же как и пространство) лишь тогда, когда существует временной интервал между моментом пробуждения потребности и моментом ее удовлетворения, то есть когда время мы воспринимаем как препятствие (ждем чего-то или кого-то). В противном случае мы не обращаем внимания на переживание нами времени.

Отсюда следует основной закон восприятия времени, сформулированный Вундтом: «Всякий раз, когда мы обращаем свое внимание на течение времени, оно кажется длиннее». Никогда минута не покажется нам столь длинной, как тогда, когда мы следим за стрелкой часов, проходящей 60 делений.

Имеются большие индивидуальные различия в способности оценивать время. Эксперименты показали, что одно и то же может пройти для десятилетнего ребенка в пять раз быстрее, чем для шестидесятилетнего человека. У одного и того же испытуемого восприятие времени чрезвычайно варьирует в зависимости от душевного и физического состояния. При подавленности или фрустрации время течет медленно. Время, насыщенное в прошлом переживаниями, деятельностью, вспоминается как более продолжительное, а длительный период жизни, наполненный малоинтересными событиями, вспоминается как быстро прошедший. Протяженность времени меньше 5 минут при воспоминании обычно

кажется больше своей величины, а более длительные промежутки вспоминаются как уменьшенные.

Наша способность судить о длительности времени позволяет образовать временное измерение — ось времени, на которой мы более или менее точно размещаем события. Текущий момент (сейчас) отмечает особую точку на этой оси, события прошлого размещаются до, а события ожидаемого будущего — после этой точки. Это общее восприятие отношений настоящего и будущего носит название «временной перспективы». В случае ярко выраженного ошибочного восприятия реальных вещей мы имеем дело с иллюзиями, которые обычно разделяют на эффективные, вербальные (словесные) и парейдолические.

Аффективные (аффект — кратковременное, сильное эмоциональное возбуждение) иллюзии чаще всего обусловлены страхом или тревожным подавленным настроением. В этом состоянии даже висящая на вешалке одежда может показаться грабителем, а случайный прохожий насильником и убийцей.

Вербальные иллюзии заключаются в ложном восприятии содержания реально происходящих разговоров окружающих; человеку кажется, что эти разговоры содержат намеки на какие-то неблагоприятные поступки, издевательства, скрытые угрозы по его адресу.

Очень интересны и показательны парейдолические иллюзии, обычно вызываемые снижением тонуса психической деятельности, общей пассивностью. Обычные узоры на обоях, трещины на стенах или на потолке, различные светотени, воспринимаются как яркие картины, сказочные герои, фантастические чудовища, необыкновенные растения, красочные панорамы и только некоторые психические больные склонны воспринимать случайные чернильные пятна как таковые. Т. е. восприятие протекает как динамический процесс поиска ответа на вопрос: «что это такое?».

## **Ошибки восприятия**

Движение окружающих нас предметов мы способны воспринимать благодаря тому, что перемещение происходит обычно на каком-либо фоне, это позволяет сетчатке глаза последовательно воспроизводить происходящие изменения в положении движущихся тел по отношению к тем элементам, перед которыми или позади которых и перемещается предмет. Интересно, что в темноте неподвижно светящаяся точка кажется движущейся (автокинетический эффект).

Восприятие видимого движения определяется данными о пространственном положении объектов, то есть связано со зрительным восприятием степени удаленности предмета и оценкой направления, в котором расположен тот или иной предмет.

Восприятие пространства основывается на восприятии величины и формы предметов с помощью синтеза зрительных, мышечных и осязательных ощущений, а также на восприятии объема и удаленности предметов, что обеспечивается бинокулярным зрением.

Восприятие времени — механизм, прямо или косвенно преобразующий физические интервалы времени в соответствующие сенсорные сигналы. Самыми популярными кандидатами на роль этого механизма остаются связанные со временем физиологические процессы. Такими «биологическими часами» назывались сердечный ритм и метаболизм (то есть обменные процессы) тела. Достаточно точно установлено, что восприятие времени меняют некоторые медикаменты, влияющие, прежде всего, на ритмику нашего организма. Хинин и алкоголь заставляют время течь медленнее. Кофеин, по-видимому, ускоряет его, подобно лихорадке. С другой стороны марихуана и гашиш имеют, хотя и сильное, но непостоянное влияние на восприятие времени, они могут приводить как к ускорению, так и замедлению субъективного времени. Все воздействия, ускоряющие процессы в организме,

ускоряют для нас и течение времени, а физиологические депрессанты замедляют его.

Существует тенденция переоценивать отрезки времени менее одной секунды и недооценивать интервалы более одной секунды. Если отметить начало и конец отрезка времени двумя щелчками, а между ними оставить паузу (наполненный интервал), то он будет восприниматься как более короткий по сравнению с равным ему отрезком, заполненный серией щелчков.

Любопытно, что более коротким по времени кажется произнесение осмысленного предложения, чем набора бессмысленных слогов, произносимых столько же времени. Заполненный интенсивной деятельностью временной интервал кажется более протяженным; систематически переоцениваются (в продолжительности) интервалы, не заполненные значительными для человека событиями.

Существует группа типичных зрительных иллюзий, которые возникают практически у всех людей в случае определенной структуры расположения зрительных стимулов (например, вертикальные линии кажутся длиннее, чем горизонтальные линии, хотя фактически длина их одинакова). Возможны нарушения мотивационных компонентов восприятия: когда внутренние конфликты между потребностями человека, «психологическая защита» могут исказить восприятие. Исследования показали, что процесс восприятия одного и того объекта (например, «чернильное пятно некой формы») строится различно в зависимости от того, какие мотивы побуждают деятельность человека.

## ТЕМЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К НИМ

### Семинар 1. Психика и ее развитие

1. Предмет и объект изучения психологии.
2. Задачи и принципы современной психологии.
3. Отрасли современной психологии.
4. Методика и методология.
5. Основные методы психологии: наблюдение и эксперимент.
6. Вспомогательные методы психологии: экспертные оценки, анализ продуктов деятельности, опросы (беседа, анкетирование, интервью), самонаблюдение, тест, моделирование.

**Основные термины и понятия:** анкета, беседа, бессознательное, биографический метод, детерминизм, единство сознания и деятельности, естественный эксперимент, интроспекция, интервью, лабораторный эксперимент, личностный подход, методы психологии, наблюдение, обучающий или формирующий эксперимент, психика, системный подход, сознание, социометрия, тест, эксперимент.

**Указания к выполнению задания:** Выделите специфику предмета психологии, сравнив его с предметами анатомии, естествознания, физиологии и другими уже известными вам науками о человеке, исходя из этого, обоснуйте роль психологии в системе наук. Определите современное понимание психики, выделив отличие психического отражения действительности от зеркального. Уясните содержание психики, выделив в ней психические процессы, психические состояния и психические свойства. Рассмотрите их биологическую и социальную детерминацию. На этой основе разграничьте житейское и научное знание в психологии по параметрам: природа появления, предмет, задачи, законы, методы исследования, категории. Охарактеризуйте методологические подходы современной психологии, ее принципы и методы исследования психики. Рассмотрите методы науки и выделите отличия методов психологии от методов естественных и гуманитарных наук, научитесь устанавливать взаимосвязь методологии и методов психологии. Раскройте содержание понятия сознание и определите его особенности как высшей формы психической жизни. Уделите особое внимание современному пониманию его содержания, биологической и социально-

исторической детерминации и развития. Постройте модель вашего понимания психики изучения ее современной психологией.

**Вопросы для самопроверки:**

1. Что является предметом психологии?
2. Чем отличается житейское и научное понимание психологии?
3. Какова структура современной психологии?
4. На чем основывается научное психологическое исследование?
5. Как строится современное психологическое исследование?

**Семинар 2. Естественнаучные основы психологии. Развитие психики человека и животных**

1. Психика и мозг человека: принципы и общие механизмы связи.
2. Физиологические механизмы психики.
3. Истоки психики живых существ.
4. Развитие психики человека и животных.
5. Сравнение психики человека и животных.

**Основные термины и понятия:** анализатор, акцептор действия, афферентация, безусловный рефлекс, ориентировочный рефлекс, рефлекс, рефлексология, рецепторы, стимул, эффектор, эфферентный нерв, перцептивная психика, инстинкт, раздражимость, чувствительность, функциональная система, нейрон, онтогенез, генотип, филогенез.

**Указания к выполнению задания:** обратитесь к изображениям строения центральной нервной системы человека (головного мозга, строения нейрона, коры больших полушарий и др.) и выясните представительство психических процессов и состояний в нервной системе человека. На основе этого рассмотрите работу процессов, происходящих в головном мозге как анатомо-физиологические механизмы психической активности. Например, образование энграммы памяти, работа второй сигнальной системы действительности как основа мышления и речи, образование динамического стереотипа как основа характера, образование нервного стимула и доминанты как основа внимания и др. Изучение истоков зарождения и филогенеза психики предполагает знакомство с генотипическими, средовыми, биологическими и социальными влияниями на организм

человека с целью выяснения детерминации психического развития человека. Также необходимо рассмотреть стадии и уровни развития психики и поведения животных по А.Н.Леонтьеву и К.Э.Фабри от простейших до обезьяны. Здесь необходимо определить особенности поведения, связанные с каждой стадией и уровнем и виды живых существ, соответствующих этому уровню развития. На основе выделенных особенностей психики и поведения животных определите основные отличия от них психики человека.

### **Контрольные вопросы:**

1. Что обеспечивает на физиологическом уровне работу психики? Перечислите основные элементы и раскройте их взаимосвязанную работу на примере какого-либо психического явления.
2. Раскройте анатомо-физиологический механизм рефлекторной деятельности.
3. Раскройте связь физиологической и психической системы в поведенческом акте.
4. Что считают стимулом появления психики у животных?
5. Какие стадии и уровни выделяют в развитии психики и поведения у животных?
6. В чем специфика психики человека?

### **Список литературы:**

1. Столяренко, А. М. Психология и педагогика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / А. М. Столяренко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 527 с. - ISBN 978-5-238-01332-9. Режим доступа:<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=389413>
2. Психология и педагогика. А. М. Столяренко. Учебник для студентов вузов. - 3-е изд. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 543 с.
3. Психологический энциклопедический словарь. М.: Проспект, 2010. - 560 с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2009.
5. Петровский А.В. Психология . Учебник – М.: ИЦ «Академия», 2007 г.
6. Психология . Учебник / Отв. ред: А.А. Крылов. – М.: Проспект: КноРус, 2008.
7. Психология: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Дружинина.- СПб.: Питер, 2009.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие – Ростов н/ Д: Феникс, 2009 г.
9. Андреева Г.М. Социальная психология: Учеб. для вузов – М.: Аспект Пресс, 2004.

10. Асмолов А.Г. Психология личности.- МГУ, 1990.
11. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 1992.
12. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
13. Выготский Л.С. Психология. - М: Изд-во ЭКСКО – Пресс, 2000.
14. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – МГУ, 1987.
15. Донцов А.К. Психология коллектива. МГУ, 1984.
16. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., 1991.
17. Немов Р.С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984.
18. Петровский А.В., Ярошевский М.Т. Психология. – М: ИЦ «Академия», 2005.

### **СЕМИНАР 3. Познавательные процессы (ощущение и восприятие; внимание и память; мышление, воображение и речь)**

1. Ощущение. Виды, свойства и закономерности ощущений. Основной психофизический закон.
  2. Характеристика восприятия, его свойства, формы проявления. Теории восприятия.
  3. Процессы и виды памяти. Научение.
  4. Исследование индивидуальные различий мышления, интеллектуальных навыков, креативности.
- Внимание и его исследование.
5. Воображение и его исследование.
  6. Речь и ее функции. Язык и речь.
  7. Речевые механизмы. Виды речи.
  8. Речь и мышление.
  9. Речь и общение.

**Основные термины и понятия:** амнезия, апперцепция, восприятие, гештальт, константность, концентрация, модальность, научение, объем, ощущение, переключение, перцепция, психофизика, распределение, сенсibilизация, синестезия, устойчивость,

чувствительность, агглютинация, акцентирование, внимание, доминанта, гибкость мышления, критичность мышления, самостоятельность мышления, представление, абстракция, абстрагирование, анализ, воображение, грезы, инсайт, мечты, мышление, обобщение, опосредование, понятие, разум, проблемная ситуация, синтез, сравнение, суждение, творческое воображение, агглютинация, акцентирование, аналогия, воспроизводящее воображение, концентрация, переключаемость, произвольное внимание, непроизвольное внимание, типизация, умозаключение, внутренняя речь, диалогическая речь, знак, знаковая система, монологическая речь, семантика, речь, эгоцентрическая речь, язык, психоллингвистика, экспрессия, импрессия, сигнификация.

**Указания к выполнению задания:** Определите, почему ощущение, восприятие и память называются сенсорно-перцептивными процессами. Выясните функции сенсорно-перцептивных познавательных процессов. Рассмотрите особенности и виды ощущений как отражения действительности в ее отдельных свойствах, а восприятия как целостного образа. При этом обратите внимание на отличие их свойств: у ощущения это модальность, чувствительность и пороги чувствительности, адаптация, сенсбилизация, синестезия; а у восприятия - целостность, константность, предметность, категориальность, избирательность, структурность. В изучении феномена восприятия немаловажным является выделение апперцепции, а в ощущениях ознакомление с основным психофизическим законом. Для более лучшего понимания изучаемых феноменов познакомьтесь с различными концепциями исследования ощущения и восприятия. Исследование проблемы памяти предполагает изучение механизмов и закономерностей функционирования процессов запоминания, сохранения, воспроизведения и забывания информации. Понимание их психических феноменов дополняется анализом различных концепций памяти, раскрывающих психологический, физиологический и химические уровни ее протекания. Раскрытие проблемы памяти предполагает изучение ее зависимости от работы анализаторов, включенности сознания, видов деятельности и других детерминант. Охарактеризуйте на этой основе виды памяти и определите условия ее развития. Исследуйте особенности своего внимания. При этом помните, что не существует комплексной методики, выявляющей все ее виды и свойства одновременной. Каждая из них направлена на выделение лишь одного аспекта этого явления: преобладания и зависимости от включенности сознания, того или иного анализатора, его устойчивости, концентрации, распределения, переключения, объема. Ваша задача познакомиться с методиками диагностики этого феномена (равно как и других), научиться правильно обрабатывать, интерпретировать полученные результаты, и, исходя из этого



научиться давать рефлексивную оценку собственному личностному росту. Исследуя особенности своих видов и процессов мышления, обратите внимание на его опосредованность, обобщенность, социальную обусловленность, связь с речью, целенаправленность. При выборе методик для исследования видов мышления помните о их зависимости от возраста и взаимосвязанности. Сочетаются между собой также и индивидуальные особенности мышления, так что высокая степень проявления одного предполагает и высокий уровень другого. К ним относятся: широта и глубина ума, последовательность, гибкость, самостоятельность и критичность мышления. При изучении особенностей воображения необходимо сказать, что на современном этапе недостаточно объективных методик эмпирического исследования этого явления. Поэтому отдельно обратите внимания на виды воображения и механизмы синтеза образов: агглютинация, аналогия, гиперболизация, акцентирование, типизация. Эмпирическое исследование высших познавательных процессов обязательно должно выявить внутренние и внешние связи и отношения в этих процессах, определить факторы, их детерминирующие, определите сущности речи, ее значения в жизни человека, обратившись к ее функциям. При этом выясните различия в понимании речи и языка. Определите механизмы речевых процессов, обратившись к этапам речевого высказывания. Обратите внимание, что для всех видов речи механизмы одинаковы. Проанализируйте соотношение речи и мышления, ответив на вопрос: «Возможно ли мышление без речи?» Также проанализируйте соотношение речи и общения. Для понимания этого вопроса проследите развитие речи в онтогенезе человека. Приведите примеры из личного опыта.

### **Вопросы для самопроверки:**

1. Что относится к сенсорно-перцептивным познавательным процессам? Почему они так называются?
2. Чем они отличаются друг от друга?
3. На каком основании выделяются виды ощущений?
4. Какие свойства и закономерности ощущений вам известны? Какова их роль в жизни человека?
5. Определите специфику восприятия?
6. Из каких процессов состоит память? Как они протекают? От чего зависит их работа?

7. Что можно положить в основу деления памяти на виды? Перечислите их.
8. Что называют высшими познавательными процессами?
9. Чем они отличаются друг от друга?
10. Каковы их основные характеристики?

Каковы их виды?

11. Назовите основные мыслительные операции и формы мышления.
12. Как взаимосвязаны мышление и воображение?
13. Как взаимосвязаны мышление и речь?
14. Какова психологическая природа речи?
15. Каково соотношение речи и языка?
16. Перечислите функции речи.
17. Каковы анатомо-физиологические механизмы различных видов речи?
18. Что такое внутренняя речь? В чем ее назначение?
19. Как шло развитие речи в процессе эволюции рода человека?
20. Как развивается речь в процессе жизни человека?

### Список литературы

1. Столяренко, А. М. Психология и педагогика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / А. М. Столяренко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 527 с. - ISBN 978-5-238-01332-9. Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=389413>
2. Психология и педагогика. А. М. Столяренко. Учебник для студентов вузов. - 3-е изд. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 543 с.
3. Психологический энциклопедический словарь. М.: Проспект, 2010. - 560 с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2009.
5. Петровский А.В. Психология . Учебник – М.: ИЦ «Академия», 2007 г.
6. Психология . Учебник / Отв. ред: А.А. Крылов. – М.: Проспект: КноРус, 2008.
7. Психология: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Дружинина.- СПб.: Питер, 2009.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие – Ростов н/ Д: Феникс, 2009 г.
9. Андреева Г.М. Социальная психология: Учеб. для вузов – М.: Аспект Пресс, 2004.
10. Асмолов А.Г. Психология личности.- МГУ, 1990.

11. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 1992.
12. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
13. Выготский Л.С. Психология. – М: Изд-во ЭКСКО – Пресс, 2000.
14. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – МГУ, 1987.
15. Донцов А.К. Психология коллектива. МГУ, 1984.
16. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., 1991.
17. Немов Р.С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984.
18. Петровский А.В., Ярошевский М.Т. Психология. – М: ИЦ «Академия», 2005.

#### **Семинар 4. Понятие и структура сознания. Соотношение сознания и бессознательного. Методы изучения сознания и бессознательного (4 час.)**

1. Понятие сознания, пути его формирования: интериоризация и экстериоризация.
2. Функции сознания. Структура сознания.
3. Сознание и бессознательное.
4. Чувство собственного достоинства и социальный контроль.
5. Методы изучения сознательного и бессознательного.
6. Психоанализ З. Фрейда.

**Указания к выполнению задания:** Для изучения данного вопроса необходимо усвоить понятие сознания. Сознание – это высший уровень психического отражения и высший уровень саморегуляции. Необходимо усвоить следующее, что активность и интенсивность – основные характеристики сознания. Обратить внимание на рефлексивность и мотивационно-ценностный характер сознания. Уясните, что такое «Я-концепция»; как взаимосвязаны мозг и сознание человека. Определите роль труда в формировании и развитии сознания человека. В этой связи рассмотрите концепцию А.Н. Леонтьева, а также познакомьтесь с культурно-исторической концепцией развития психики человека (автор Л.С. Выготский), которая поможет вам лучше понять проблему происхождения и развития сознания человека.

Усвоив данный материал, переходите к физиологическим основам психики человека. Подробно изучите строение нервной системы человека, строение головного мозга, строение коры головного мозга, соотношение психических явлений и работы мозга.

Обратите внимание на проблему взаимно-однозначной зависимости психических явлений и определенных структур мозга, приведите аргументы «за» и «против» локализационизма. Уясните проблему соотношения физиологических и психических процессов.

Проанализируйте методы изучения сознательного и бессознательного. Познакомьтесь с теорией психоанализа З. Фрейда.

**Вопросы для самопроверки:**

1. Расскажите о сознании как высшем уровне психического отражения действительности.
2. Назовите основные характеристики сознания.
3. Происхождение сознания в концепции А.Н. Леонтьева, Л.С. Выготского.
4. В чем проявляется взаимосвязь развития мозга и сознания?
5. Расскажите об общем строении нервной системы человека, ее центральных и периферических частях.
6. Расскажите об основных концепциях взаимосвязи мозга и психики.
7. Назовите методы изучения сознательного и бессознательного.
8. Раскройте содержание метода «психоанализ» З.Фрейда.

**Семинар 5. Психологическая структура личности. Изучение личностных особенностей**

1. Самосознания, отношений, воли, направленности, ценностных ориентаций, мотивации.
2. Индивидуальные различия личности и межличностные отношения.
3. Психологическая характеристика темперамента.
4. Способности.
5. Характер личности.

**Основные термины и понятия:** борьба мотивов, волевое усилие, воля, волевое действие, волевые качества, интернальность, локус контроля, сила воли, экстернальность,

идеал, индивид, индивидуальность, интерес, личность, мировоззрение, мотив, направленность личности, потребность, самооценка, социализация, убеждение, уровень притязаний, ценностный ориентации, Я-концепция, гениальность, задатки, инертность, интровертированность, меланхолик, нейротизм, одаренность, пластичность, реактивность, ригидность, сензитивность, сила нервной системы, слабость нервной системы, склонность, способности, уравновешенность, талант, темп, темперамент, тип высшей нервной деятельности, флегматик, характер, холерик, экстравертированность.

**Указания к выполнению задания:** исследуя проблему личности, психология имеет в виду психологические особенности и свойства человека, развившиеся и проявляющиеся у него как у члена общества. Поэтому исследование личности ведется через изучение ее особенностей: самосознание, индивидуальность, саморегулирование, активность, воля, межличностные отношения и др. Определите их особенности, уровни проявления, качественные характеристики, исследуя их у себя. При этом особо обратите внимание на обусловленность личностных проявлений потребностями и системой доминирующих мотивов, а также выделите стереотипные, социально зависимые характеристики собственной личности. Для более четкого понимания сущности темперамента сначала определите место и значения темперамента в иерархии индивидуальных свойств. Выясните его зависимость от конституции организма (морфологических, биохимических, физиологических свойств). Именно на этой основе начинайте изучать отличительные признаки собственного темперамента. Исследование данного вопроса поможет вам выяснить и объяснить особенности вашей эмоциональности, активности, общительности - необщительности, энергетического потенциала, чувствительности, уравновешенности – неуравновешенности, лабильности - инертности, темпа и скорости реагирования и других динамических характеристик вашей деятельности и поведения. Исследование способностей предполагает выяснение собственных психологических возможностей в разных видах деятельности. Поэтому обратите внимание на природный и приобретенный характер этого феномена, выделите в их структуре индивидные (конституциональные, нейродинамические) и приобретенные (знание, умение, мотивация) компоненты. Диагностика способностей предполагает исследование их в той деятельности, в которой она изучается и измеряется. В соответствии с этим в процессе диагностики выясните показатели собственных способностей: темп продвижения в овладении деятельностью, широтой переноса формирующихся психических качеств, соотношение нервно-психических затрат и конечного результата деятельности.

### **Контрольные вопросы:**

1. Что называют личностью?
2. Что выделяют в качестве характеристик личности?
3. Какова структура личности?
4. Как взаимодействуют компоненты личности между собой и от чего зависит их существование?
5. Как идет развитие личности?
6. Что называют психическими свойствами?
7. В чем различие между индивидуально-психологическими характеристиками личности?
8. Какова психологическая природа этих компонентов психики?
9. Каковы основания классификации индивидуально-психологических характеристик личности?

### **Список литературы:**

1. Столяренко, А. М. Психология и педагогика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / А. М. Столяренко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 527 с. - ISBN 978-5-238-01332-9. Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=389413>
2. Психология и педагогика. А. М. Столяренко. Учебник для студентов вузов. - 3-е изд. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 543 с.
3. Психологический энциклопедический словарь. М.: Проспект, 2010. - 560 с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2009.
5. Петровский А.В. Психология . Учебник – М.: ИЦ «Академия», 2007 г.
6. Психология . Учебник / Отв. ред: А.А. Крылов. – М.: Проспект: КноРус, 2008.
7. Психология: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Дружинина.- СПб.: Питер, 2009.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие – Ростов н/ Д: Феникс, 2009 г.
9. Андреева Г.М. Социальная психология: Учеб. для вузов – М.: Аспект Пресс, 2004.
10. Асмолов А.Г. Психология личности.- МГУ, 1990.
11. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 1992.

12. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
13. Выготский Л.С. Психология. - М: Изд-во ЭКСКО – Пресс, 2000.
14. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – МГУ, 1987.
15. Донцов А.К. Психология коллектива. МГУ, 1984.
16. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., 1991.
17. Немов Р.С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984.
18. Петровский А.В., Ярошевский М.Т. Психология. – М: ИЦ «Академия», 2005.

### **Семинар 6. Теории личности**

1. Понимание структуры личности в теории Б.Г.Ананьева.
2. Компоненты эмпирического «Я» (физическое, социальное, духовное) в работах У.Джеймса.
3. Психоаналитическая теория личности (Я, Оно, Сверх-Я) З.Фрейда, К.Г.Юнга, А.Адлера, Э.Эриксона).
4. Гуманистическая теория личности (К.Роджерс, А.Маслоу, В.Франкл).

**Основные термины и понятия:** бессознательное, механизмы психологической защиты, либидо, сверхсознательное, Я-концепция, самоактуализация, смыслы жизни, эпигенезис, идентичность.

**Указания к выполнению задания:** разберитесь в нормативной лексике предлагаемых школ по проблеме личности. Для этого выясните ключевые моменты в трактовке личности данными подходами, проанализируйте и сравните трактовку понятия «личность» предлагаемыми направлениями в психологии, выработайте собственную позицию в понимании феномена личности и определите собственные дефиниции по данному вопросу.

#### **Контрольные вопросы:**

1. Что лежит в основе понимания личности различными теориями? В чем их разногласия?
2. Опишите понимание структуры личности различными теориями. Сравните их.
3. Каковы основные механизмы существования и развития личности в

вышеперечисленных теориях?

4. Соотнесите собственную позицию по данному вопросу с рассмотренными теориями. Обоснуйте ее.

#### **Список литературы:**

1. Столяренко, А. М. Психология и педагогика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / А. М. Столяренко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 527 с. - ISBN 978-5-238-01332-9. Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=389413>
2. Психология и педагогика. А. М. Столяренко. Учебник для студентов вузов. - 3-е изд. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 543 с.
3. Психологический энциклопедический словарь. М.: Проспект, 2010. - 560 с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2009.
5. Петровский А.В. Психология . Учебник – М.: ИЦ «Академия», 2007 г.
6. Психология . Учебник / Отв. ред: А.А. Крылов. – М.: Проспект: КноРус, 2008.
7. Психология: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Дружинина.- СПб.: Питер, 2009.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие – Ростов н/ Д: Феникс, 2009 г.
9. Андреева Г.М. Социальная психология: Учеб.для вузов – М.: Аспект Пресс, 2004.
10. Асмолов А.Г. Психология личности.- МГУ, 1990.
11. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 1992.
12. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
13. Выготский Л.С. Психология. - М: Изд-во ЭКСКО – Пресс, 2000.
14. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – МГУ, 1987.
15. Донцов А.К. Психология коллектива. МГУ, 1984.
16. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., 1991.
17. Немов Р.С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984.
18. Петровский А.В., Ярошевский М.Т. Психология. – М: ИЦ «Академия», 2005.



## **Семинар 7. Эмоции и формы эмоциональных переживаний человека**

1. Определение эмоций и их функции.
2. Формы переживания эмоций (аффекты, стресс, фрустрация, страсть, настроение, чувства, интерес).
3. Эмоции и чувства. Виды чувств.
4. Эмоции и личность. Характеристики чувств (предметность, устойчивость, полярность, амбивалентность).
5. Теории эмоций: Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина; Информационная теория эмоций.

**Основные термины и понятия:** амбивалентность, аффект, апатия, интерес, настроение, стенические чувства, страсть, стресс, фрустрация, чувство, эмоции, эмпатия.

**Указания к выполнению задания:** определите психологическую природу эмоций, обратив внимание на их зависимость от потребностей. Выясните происхождение и роль эмоций в жизни человека, обратившись к эволюционной теории Ч.Дарвина, информационной теории эмоций П.В.Симонова. Рассмотрите различные формы проявления эмоций, подобрав собственные примеры по данным формам из личного опыта. Выясните различия в понятиях «эмоции» и «чувства» личности. Рассмотрите виды и характеристики чувств.

### **Список литературы:**

1. Столяренко, А. М. Психология и педагогика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / А. М. Столяренко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 527 с. - ISBN 978-5-238-01332-9.Режим доступа:<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=389413>
2. Психология и педагогика. А. М. Столяренко. Учебник для студентов вузов. - 3-е изд. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 543 с.
3. Психологический энциклопедический словарь. М.: Проспект, 2010. - 560 с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2009.
5. Петровский А.В. Психология . Учебник – М.: ИЦ «Академия»,2007 г.
6. Психология . Учебник / Отв. ред: А.А. Крылов. – М.: Проспект: КноРус, 2008.

7. Психология: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Дружинина.- СПб.: Питер, 2009.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие – Ростов н/ Д: Феникс, 2009 г.
9. Андреева Г.М. Социальная психология: Учеб.для вузов – М.: Аспект Пресс, 2004.
10. Асмолов А.Г. Психология личности.- МГУ, 1990.
11. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 1992.
12. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
13. Выготский Л.С. Психология. - М: Изд-во ЭКСКО – Пресс, 2000.
14. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – МГУ, 1987.
15. Донцов А.К. Психология коллектива. МГУ, 1984.
16. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., 1991.
17. Немов Р.С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984.
18. Петровский А.В., Ярошевский М.Т. Психология. – М: ИЦ «Академия», 2005.

### **Темы докладов (презентаций) по «Основам психологии»**

(наименование дисциплины)

1. Природа творческой одаренности.
2. Типы личности.
3. Периодизация развития личности.
4. Психологические особенности юности.
5. Иллюзии восприятия: причины возникновения и практическое значение.
6. Акцентуации характеров и проблемы их психологической коррекции.
7. Психология судьбы человека.
8. Агрессия как психологический феномен.
9. Свобода как психологическая проблема.
10. Феномены уникальной памяти: психологические особенности мнемонистов.
11. Мнемотехники как средство совершенствования памяти.
12. Методы активизации и совершенствования творческого мышления.

13. Творческая личность: психологические особенности и условия самореализации.
14. Психологическое здоровье: что это такое и как его обрести?
15. Стресс в нашей жизни: причины возникновения, механизмы влияния, способы преодоления.
16. Одаренность, талант, гениальность и психология способностей.
17. Компьютерные игры и психология.
18. Механизмы влияния СМИ на психику человека.
19. Эмоции и мышление.
20. Интеллект и интеллектуальный потенциал личности.
21. Мышление и интуиция.
22. Влияние современных информационных технологий на психику человека.
23. Психология наркомании.

### **Рекомендации по подготовке слайд - презентаций**

При освоении дисциплины «Основы психологии» по использованию информационных технологий преподаватель рекомендует студентам использовать доступ к открытым файловым серверам сети Internet, а также при подготовке презентаций по темам самостоятельной работы. Структура презентации должна иметь следующий вид:

- титульный слайд (1 слайд);
- актуальность темы презентации, цели и задачи исследования (2-3 слайда);
- постановка задач исследования (1-2 слайд);
- методы и результаты решения поставленных задач (6-8 слайдов);
- общие выводы и личный вклад студента в исследование (2-3 слайда);
- финальный слайд (1 слайд).

Таким образом, общее число слайдов в презентации должно составлять 12-18.

Несколько советов по подготовке слайдов

Готовя слайды, следуйте простым принципам:

- Не перегружайте слайд информацией - не больше 30 слов.
- Не дублируйте текст выступления
- Текст на слайдах должен быть простым и содержать ключевые данные вашего выступления, которые вы объясняете и комментируете.
- Следуйте правилу : одно предложение – одна мысль
- По возможности заменяйте текст на символы

- Не перегружайте презентацию частой сменой слайдов , анимационными и звуковыми эффектами. Это не концентрирует внимание, а напротив – отвлекает слушателей

- Не используйте больше 3 шрифтов
- Не используйте более 3-х цветов! Помните - цвет это тоже информация
- Выберите привлекательный шаблон оформления слайдов — профессиональный, но не слишком броский. Оформление не должно отвлекать внимание от содержания выступления.

- Сопровождение выступления слайдами должно соответствовать тексту выступления, каждому его этапу.

Не стоит в своей презентации опираться только на слайды и зависеть от них. Основная «нагрузка» презентации лежит на докладчике. Выступление не должно пострадать даже в том случае, если техника даст сбой. Подготовьте раздаточный материал.

### **Примерные темы домашних работ**

Цель домашней работы: выяснение у студентов знаний, их углубление и закрепление по той или иной теме курса; формирование навыков анализа теоретических проблем на основе самостоятельного изучения учебной и научной литературы.

**Тема 1. Взаимосвязь психики и мозга человека. Сознательное и бессознательное.**

1. Теории связи психики и мозга.
2. Проблема соотношения психики и мозга.
3. Психика как функция коры больших полушарий головного мозга.
4. Мозг и психические процессы.
5. Природа и развитие сознания человека.
6. Предпосылки и условия возникновения сознания.
7. Структура сознания.
8. Сознательное и бессознательное в психике и поведении человека.
9. Соотношение между сознанием и бессознательным.
10. Понятие и виды бессознательного.
11. Сон как измененное состояние сознания.

12. Сновидения, галлюцинации, грезы как бессознательные проявления психики.

## **Тема 2. Эмоции и формы эмоциональных переживаний человека.**

1. Роль эмоций в жизнедеятельности личности.
2. Индивидуальные особенности проявления эмоций.
3. Свойства эмоций.
4. Управление эмоциями, способы снятия эмоционального напряжения.
5. Эмоции и чувства, их соотношение. Виды чувств по содержанию и силе.
6. Эмоциональный тон и настроение как формы эмоциональных переживаний человека.
7. Аффект, стресс, фрустрация как формы эмоциональных переживаний человека.
8. Психологические техники контроля эмоционального состояния.
9. Эмоциональные переживания, затрудняющие процесс общения.
10. Стрессоустойчивость личности, способы повышения.
11. Стресс, причины возникновения и последствия.
12. Управление стрессом.

## **Тема 3. Проявление личности в группе.**

1. Социальные установки, стереотипы и предрассудки личности.
2. «Я-концепция» как структура установок.
3. Самоуправление и саморегуляция.
4. Механизмы межличностного восприятия и понимания.
5. Методы психологического воздействия на собеседника.
6. Достижение взаимопонимания в процессе общения.
7. Уровни развития групп.
8. Психологический климат в коллективе, методики его исследования.
9. Статус личности в группе, его определение с помощью социометрии.
10. Групповая сплоченность и способы ее измерения.
11. Социометрическая диагностика межличностных отношений в группе.
12. Лидерство и стили руководства. Методики изучения.

Результаты выполнения этих работ являются основанием для выставления оценок текущего контроля.

Домашняя работа - одна из активных форм самостоятельных учебных занятий. Ее результаты студент демонстрирует на семинарском занятии, посвященном обсуждению определенной научной темы.

Цель данной работы выяснение у студентов знаний, их углубление (повышение) и закрепление по той или иной теме курса; формирование у студентов навыков анализа теоретических проблем на основе самостоятельного изучения учебной и научной литературы.

Основная задача домашней работы - пробудить у студента стремление к чтению и использованию дополнительной литературы.

На самостоятельную подготовку домашнего задания студенту отводится 1-2 недели. Подготовка включает в себя изучение рекомендованной литературы и составление конспекта.

### **ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ ПО КУРСУ «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»**

1. Психология как наука. Предмет и объект психологии.
2. Основные принципы современной психологии. Место психологии в системе наук о человеке.
3. Методы психологии.
4. Зарубежные направления психологии: функционализм, бихевиоризм, гештальтпсихология, психоанализ, гуманистическая и трансперсональная психология.
5. Основные направления развития отечественной психологии: «рефлексология» В.М. Бехтерева, «культурно-историческая теория» Л.С. Выготского, «теория деятельности» А.Н. Леонтьева и теория «проникающего» действия С.Л. Рубинштейна, концепция «установки» Д.Н. Узнадзе, «теория отношений» В.Н. Мясищева, «человекознание» Б.Г. Ананьева.
6. Развитие психики в филогенезе.
7. Мозг и психика. Функциональные системы мозга.
8. Мир психических явлений.
9. Основные функции психики. Структура психики.
10. Психическая регуляция поведения и деятельности.
11. Сознание как высшая ступень развития психики. Структура сознания.
12. Классификация психических состояний.
13. Особенности познавательных процессов.
14. Структура внимания.

15. Виды памяти.
16. Мышление и интеллектуальные особенности личности.
17. Творческое мышление, его особенности.
18. Общие и специальные способности. Задатки и одаренность.
19. Личность как индивид, как субъект деятельности, как индивидуальность.
20. Классификация темперамента.
21. Направленность личности и ее структура.
22. Понятие социализации и ее стадии.
23. Основные этапы социализации. Интернационализация социальных ролей.
24. Теории развития личности (Ч. Кули, Д. Мид, З. Фрейд, Э. Эриксон, Ж. Пиаже, Л. Колберг).
25. Понятие малой группы. Классификации малых групп.
26. Структура малой группы, ее размер и динамика.
27. Групповая сплоченность.
28. Малая группа и коллектив. Формальная и неформальная структура коллектива
29. Общение в малых группах и коллективах.
30. Основные характеристики социально-психологических установок.
32. Социально-психологические феномены влияния.

### **Рекомендации к подготовке зачета**

Изучение курса «Основы психологии» завершается зачетом. Подготовка к зачету способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к зачету, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете студент демонстрирует то, что он приобрел в процессе обучения курса «Основы психологии».

Требования к организации подготовки к зачетам те же, что и при занятиях в течение семестра. Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов.

Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время для систематизации знаний.

- Лучше сразу сориентироваться по всем материалам и обязательно расположить весь материал согласно вопросам.
- Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.
- Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения и лишь после этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

### **Тесты по дисциплине «Основы психологии»**

1. Активное отражение субъектом объективного мира называется:
  - а) сознанием;
  - б) развитием;
  - в) психикой;
  - г) становлением личности;
  - д) приспособляемостью.
  
2. Под поведением в психологии принято понимать:
  - а) внешние проявления психической деятельности человека;
  - б) действия, имеющие определенный социальный смысл;
  - в) телодвижения и жесты;
  - г) мимику, отражающую состояние или отношение человека к тому, что он воспринимает.
  
3. Психические процессы, в которых осуществляют связь восприятия и движения носят название:
  - а) познавательные процессы;
  - б) сенсомоторные процессы;
  - в) эмоционально-моторные процессы;
  - г) идеомоторные процессы;
  - д) мыслительные процессы.
  
4. Процесс развития психики у позвоночных, имеющих усложняющуюся кору головного мозга, называется:
  - а) рефлексией;



- б) онтогенезом;
- в) сублимацией;
- г) филогенезом.

**5.** В процессе онтогенеза наиболее существенной характеристикой индивидуального развития человека является:

- а) темперамент;
- б) соотношение роста и массы тела человека;
- в) возраст;
- г) национальность;
- д) пол;
- е) характер.

**6.** Основной функцией сознания является:

- а) запоминание, сохранение, воспроизводство информации;
- б) побуждение в целях достижения желаемого действовать определенным образом;
- в) разумное регулирование поведения и деятельности человека;
- г) формирование установок, предрасположенности к определенным действиям (реакциям) на конкретные стимулы.

**7.** Бытийное сознание включает в себя:

- а) смысл;
- б) биодинамические свойства движений;
- в) опыт действий;
- г) чувственные образы;
- д) значение.

**8.** Совокупность явлений, процессов, свойств и состояний, которые оказывают влияние на поведение человека, но не осознаются им, носят название:

- а) «бессознательное»;
- б) «подсознательное»;
- в) «неосознанное»;
- г) «забытое».

**9.** Какое определение понятия «личность» Вы считаете наиболее правильным:

- а) зрелый человек;
- б) человеческий индивид как продукт общественного развития, субъект труда, познания и общения;
- в) сознательный исторический деятель;
- г) человеческий индивид со всей совокупностью взаимосвязанных биологических, социальных и психологических качеств;
- д) человек, обладающий совокупностью социальных качеств, обеспечивающих его гражданскую активность, способность справляться с окружающей средой, иметь в обществе права и обязанности.

**10.** Первоначальным значением слова «личность» является:

- а) определенная социальная роль или функция человека;
- б) сознание, мыслящая сущность человека;
- в) определенный тип действующих лиц;
- г) совокупность социальных, приобретенных качеств человека.

**11.** Генетическая предопределенность развития собственно человеческих признаков и качеств утверждается понятием:

- а) «лицо»;
- б) «субъект»
- в) «объект»;
- г) «личность»;
- д) «индивид»;
- е) «человек».

**12.** Теория личности это:

- а) мнение определенной группы психологов о процессах становления психики;
- б) размышления философов о природе мышления;
- в) совокупность гипотез о природе и механизмах развития личности;
- г) концепция развития сознания человека;

**13.** Основоположителем психодинамической теории личности, также известной под названием «классического психоанализа», является:

- а) К. Роджерс;
- в) З. Фрейд;

г) А. Маслоу.

**14.** Согласно теории К. Юнга, «архетип» это:

- а) система сексуальных и агрессивных мотивов;
- г) набор защитных механизмов, сформированных в детстве.

**15.** «Коллективное бессознательное», согласно аналитической теории личности это:

- а) основная структура личности, в которой сосредоточен весь культурно-исторический опыт человечества;
- в) совокупность «комплексов», или эмоционально заряженных мыслей и чувств, вытесненных из сознания.

**16.** Тип личности «интроверт» характеризуется:

- а) стремлением к изучению внешнего мира;
- б) заинтересованности в получении фактов;
- в) поиском смысла собственной жизни;
- г) заинтересованности в понимании собственных идей;
- д) рассудительности.

**17.** «Наша личность является продуктом научения» – основной тезис следующей теории:

- а) поведенческая теория личности;
- б) когнитивная теория личности;
- в) гуманистическая теория личности;
- г) аналитическая теория личности

**18.** Наибольшее распространение в отечественной психологии получила:

- а) диспозиционная теория личности;
- б) когнитивная теория личности;
- в) поведенческая теория личности;
- г) аналитическая теория личности.

**19.** Перцептивная сторона общения состоит:

- а) в обмене информацией между людьми;
- б) в организации взаимодействия между людьми;

в) в процессе восприятия друг друга партнерами по общению и установлении на этой основе взаимопонимания;

г) в культурном взаимодействии между членами социума;

д) в давлении, которое оказывает группа на каждого ее члена.

**20. Невербальная коммуникация включает в себя:**

а) кинетику;

б) паралингвистику;

в) речевые звуковые явления;

д) модуляции высоты голоса;

е) проксемику;

**21. В проблематике общения идентификацией принято считать:**

а) «приписывание» индивидом своих мыслей, чувств и эмоций его партнеру по общению;

в) мысленный «перенос» индивидом себя на место партнера, в аналогичную ситуацию;

г) мысленный процесс уподобления себя партнеру по общению с целью познать и понять его мысли и представления.

**22. Невербальная коммуникация включает в себя:**

а) кинетику;

б) паралингвистику;

в) речевые звуковые явления;

д) модуляции высоты голоса;

е) проксемику;

**23. Малая группа характеризуется:**

а) высокой степенью конфликтности;

б) сплоченностью;

в) наличием ярко выраженной иерархической структуры;

г) психологической близостью ее членов;

д) относительной разобщенностью.

**24.** Группа людей, объединенных едиными целями, подчиненными целям общества называется:

- б) добровольным обществом;
- в) коллективом;
- г) обществом с ограниченной ответственностью.

**25.** На отношение к личности со стороны членов референтной группы решающее влияние оказывает:

- а) поведение личности;
- б) социальный статус личности;
- в) внешность;
- г) интеллект;
- д) признание эталонных норм и ценностей группы.

**26.** Изменение мнений, установок, поведения индивида под влиянием окружающих называется:

- а) аттракцией;
- б) нонконформизмом;
- в) интеракцией;
- г) конформизмом.

**27.** Деятельностный подход в психологии не включает в себя требования принципа:

а) воспроизведения в оттогенезе психики основных этапов культурно-исторического развития человека;

- б) единство психики и деятельности;
- в) деяте деятельностного опосредования психики;
- д)детельностного опосредования межличностных отношений;
- е)единство строения внутренней и внешней деятельности.

**28.** Действие, имеющее определенное значение для других людей, называется:

- а) поступком;
- б) импульсивным поведением;
- в) умением;
- г) рефлексом;
- д) навыком.

**29.** Преувеличенное развитие одних свойств характера в ущерб другим свойствам, в результате чего появляются однотипные конфликты, называют:

- а) ассимиляция;
- б) фрустрация;
- в) акцентуация;
- г) акселерация;
- д) стресс

**30.** Побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением определенных потребностей человека:

- а) мотив;
- б) рефлекс;
- в) импринтинг;
- г) инсайт;
- д) инстинкт.

## **ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ**

**Аттракция** - привлекательность, влечение одного человека к другому, сопровождающееся положительными эмоциями.

**Бессознательное** - характеристика психологических свойств, процессов и состояний человека, находящихся вне сферы его сознания, но оказывающих такое же влияние на его поведение, как и сознание.

**Вербальный** - относящийся к звуковой человеческой речи.

**Внимание** - характеристика психической деятельности, выражающаяся в сосредоточенности и в направленности сознания на определенный объект.

**Воля** - сторона человеческой психики, проявляющаяся в сознательных, целенаправленных действиях; способность к выбору цели деятельности и внутренним усилиям для ее осуществления.

**Восприятие** - процесс обработки сенсорной информации, результатом которой является отражение окружающего мира как совокупности предметов и событий.

**Внушение** - неосознанное влияние одного человека на другого, вызывающее определенные изменения в его психологии и поведении.

**Воображение** - способность представлять отсутствующий или реально не существующий предмет, удерживать его в сознании и мысленно манипулировать им.

**Воспитание** - специально организованный и управляемый процесс формирования человека, осуществляемый педагогами в учебно-воспитательных учреждениях и направленный на развитие личности; передача общественно- исторического опыта новым поколениям с целью подготовки их к общественной жизни и производительному труду.

**Восприятие** - процесс приема и переработки человеком различной информации, поступающей в мозг через органы чувств, который завершается формированием образа.

**Гениальность** - высший уровень развития у человека каких-либо способностей, делающий его выдающейся личностью в соответствующей области или сфере деятельности.

**Деятельность** - специфический вид человеческой активности, направленный на творческое преобразование, совершенствование окружающего мира и самого себя.

**Дистресс** - отрицательное влияние стрессовой ситуации на деятельность человека, вплоть до ее разрушения.

**Запоминание** - один из процессов памяти, обозначающий бессознательную передачу от человека к человеку каких-либо эмоций, состояний и побуждений.

**Защитные механизмы** - совокупность бессознательных приемов, с помощью которых человек оберегает себя от психологических травм.

**Индивид** - отдельно взятый человек в совокупности всех присущих ему качеств: биологических, физических, социальных и психологических.

**Индивидуальность** - своеобразное сочетание индивидуальных свойств человека, отличающее его от других людей.

**Интерес** - эмоционально окрашенное, повышенное внимание человека к какому-либо объекту или явлению.

**Интроверсия** - обращенность сознания человека к самому себе; поглощенность собственными проблемами и переживаниями, сопровождаемая ослаблением внимания к тому, что происходит вокруг.

**Климат социально-психологический** - общая социально-психологическая характеристика состояния малой группы, в особенности, человеческих взаимоотношений, сложившихся в ней.

**Конфликт внутриличностный** - состояние неудовлетворенности человека какими-либо обстоятельствами его жизни, связанное с наличием у него противоречащих друг другу интересов, стремлений и потребностей.

**Конфликт межличностный** - трудноразрешимое противоречие, возникающее между людьми и вызванное несовместимостью их взглядов, интересов, целей и потребностей.

**Конформность** - некритическое принятие человеком чужого неправильного мнения, сопровождаемое неискренним отказом от собственного мнения, в правильности которого человек внутренне не сомневается.

**Лидер** - член группы, чей авторитет, власть и полномочия безоговорочно признаются остальными членами этой группы, готовыми следовать за ним.

**Малая группа** - небольшая по численности совокупность людей, включающая от двух-трех до двадцати-тридцати человек, занятых общим делом и имеющих прямые личные контакты друг с другом.

**Мимика** - совокупность движений частей лица человека, выражающих его состояние или отношение к тому, что он воспринимает (представляет, обдумывает, припоминает и прочее).

**Мотив** - внутренняя устойчивая психологическая причина поведения или поступка человека.

**Напряженность** - состояние повышенного физического или психологического возбуждения, сопровождаемое неприятными внутренними чувствами и требующее разрядки.

**Настроение** - эмоциональное состояние человека, связанное со слабо выраженными положительными или отрицательными эмоциями и существующее в течение длительного времени.



**Социальные нормы** - принятые в данном обществе или группе правила поведения, регулирующие отношения людей.

**Онтогенез** - развитие индивидуальных организмов.

**Память** - процессы запоминания, сохранения, воспроизводства и пере-работки человеком разнообразной информации.

**Переживание** - ощущение, сопровождаемое эмоциями.

**Понимание** - психологическое состояние, выражающее собой правильность принятого решения и сопровождаемое чувством уверенности в точности восприятия или интерпретации какого-либо события, явления, факта.

**Поступок** - сознательно совершенное человеком и управляемое волей действие, исходящее из определенных убеждений.

**Потребность** - состояние нужды индивида, личности в чем-то необходимом для его нормального существования.

**Психика** - общее понятие, обозначающее совокупность всех психических явлений, изучаемых в психологии.

**Психические процессы** - процессы, происходящие в голове человека и отражающиеся в динамически изменяющихся психических явлениях: ощущениях, восприятии, воображении, памяти, мышлении, речи и других.

**Психологическая совместимость людей** - способность людей находить взаимопонимание, налаживать деловые и личностные контакты, сотрудничать друг с другом.

**Релаксация** - расслабление.

**Речь** - система используемых человеком звуковых сигналов, письменных знаков и символов для представления, переработки, хранения и передачи информации.

**Ригидность** - заторможенность мышления, проявляющаяся в трудности отказа человека от однажды принятого способа мышления и действий.

**Роль** - понятие, обозначающее поведение человека в определенной жизненной ситуации, которая соответствует занимаемому им положению (например, роль руководителя, подчиненного и прочее).

**Самоопределение личности** - самостоятельный выбор человеком своего жизненного пути, целей, ценностей, нравственных норм, будущей профессии и условий жизни.

**Самосознание** - осознание человеком самого себя, своих собственных качеств.

**Симпатия** - чувство эмоциональной предрасположенности к человеку, повышенный интерес и влечение к нему.

**Совместимость** - способность людей работать вместе, успешно решать задачи, требующие от них согласованности действий и хорошего взаимопонимания.

**Сознание** - высший уровень психического отражения человеком действительности, ее представленность в виде обобщенных образов и понятий.

**Способности** - индивидуальные особенности людей, от которых зависят приобретение ими знаний, умений и навыков, а также успешность выполнения различных видов деятельности.

**Статус** - положение человека в системе внутригрупповых отношений, определяющее степень его авторитета в глазах остальных участников группы.

**Стресс** - состояние душевного (эмоционального) и поведенческого расстройства, связанное с неспособностью человека целесообразно и разумно действовать в сложившейся ситуации.

**Убежденность** - уверенность человека в своей правоте, подтверждаемая соответствующими аргументами и фактами.

**Установка** - готовность,\* предрасположенность к определенным действиям или реакциям на конкретные стимулы.

**Филогенез** - эволюция биологических видов.

**Фрустрация** - эмоционально тяжелое переживание человеком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности, крушения надежд.

**Ценность** - термин, используемый для обозначения явлений как материального, так и духовного характера, обладающих положительной значимостью, то есть способных удовлетворять те или иные потребности, служить определенным интересам и целям.

## ЛИТЕРАТУРА:

### а) основная литература:

1. Л.Д. Столяренко Психология. Учебник для вузов: – М.: Питер, 2020.
2. М.А. Лукацкий, М.Е. Остренкова Психология. Учебник: – М.: Изд-во ГЭОТАР-Медиа, 2017.
3. Э.В. Островский, Л.И. Чернышева Психология и педагогика. Учебное пособие: – М.: Изд-во Вузовский учебник, 2021.
4. В.Н. Панферов, М.С. Андропова, А.В. Микляева Общая психология. Теоретические основы. – М.: Изд-во Юрайт, 2021.
5. В.Н. Панферов, А.В. Маклаева Общая психология. Основные психические явления. Учебник и Практикум для академического бакалавриата. – М.: Изд-во Юрайт, 2020
6. В.Г. Крысько Психология. Курс лекций: Учебное пособие – М.: Вуз.учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2017.
7. Психологический энциклопедический словарь. М.: Проспект, 2010.

### б) дополнительная литература:

1. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб.: Питер, 2009.
2. Кравченко А.И. психология и педагогика. Учебник /А.И.Кравченко –М.: НИЦ ИНФРА-М., 2016.
3. Крысько В.Г. Психология. Курс лекций: Учебное пособие – М.: Вуз. учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2017.
4. Караванова Л.Ж. Психология : Учебное пособие для бакалавров – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К.», 2015.
5. Караванова Л.Ж. Психология (Электронный ресурс) Учебное пособие для бакалавров – М.: Дашков и К., 2014.
6. Столяренко, А. М. Психология и педагогика : учеб. пособие для студентов вузов / А. М. Столяренко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 527
7. Ступницкий В.П., и др. Психология: учебник для бакалавров – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К.», 2016.
8. Столяренко. Учебник для студентов вузов. - 3-е изд. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 543 с.
9. Петровский А.В. Психология . Учебник – М.: ИЦ «Академия», 2007 г.
10. Психология . Учебник / Отв. ред: А.А. Крылов. – М.: Проспект: КноРус, 2008.
11. Психология: Учебное пособие / Под ред. В.Н. Дружинина.- СПб.: Питер, 2009.
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие – Ростов н/Д: Феникс, 2009 г.
13. Андреева Г.М. Социальная психология: Учеб. для вузов – М.: Аспект Пресс, 2004.
14. Асмолов А.Г. Психология личности.- МГУ, 1990.
15. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 1992.
16. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
17. Выготский Л.С. Психология. – М: Изд-во ЭКСПО – Пресс, 2000.
18. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – МГУ, 1987.
19. Донцов А.К. Психология коллектива. МГУ, 1984.
20. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М., 1991.

21. Немов Р.С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984.
22. Петровский А.В., Ярошевский М.Т. Психология. – М: ИЦ «Академия», 2005.