

**МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ГРАЖДАНСКОЙ АВИАЦИИ**

А.В.Агафонов

ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

Часть I. Психология.

Тексты лекций для студентов всех специальностей и форм обучения

Москва - 2004

ББК

Рецензент - кандидат философских наук, доцент И.С.Васильев

Агафонов А.В.

Психология и педагогика: Часть I. Психология. Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2004. - с.

Данные тексты лекций издаются в соответствии с учебным планом для студентов всех специальностей. В них излагаются основные вопросы по каждой теме, которые студенты должны изучить в процессе самостоятельной работы и семинарских занятий: представлять сущность и роль основных категорий психологии (психики, сознания, психических явлений) уметь дать психологическую характеристику личности по результатам тестов по основным темам раздела «Психология» («Внимание», «Память», «Мышление», «Направленность личности», «Темперамент», «Характер»). Учебное пособие снабжено двумя приложениями: первое – фотографии и краткая аннотация известных отечественных и зарубежных психологов; второе – психологический практикум. Указана соответствующая литература, даны рекомендации по работе со структурно-логическими схемами, с компьютерным выполнением тестов и контролем знаний по пройденным темам.

Рассмотрены и одобрены на заседании кафедры _____.

Редактор

ЛР № 020580 от 23 июня 1992 г .

Подписано в печать

Печать офсетная

Формат 60×84/16

_____уч.-изд.л.

5,00 усл. печ. л.

Заказ № _____

Тираж _____ экз.

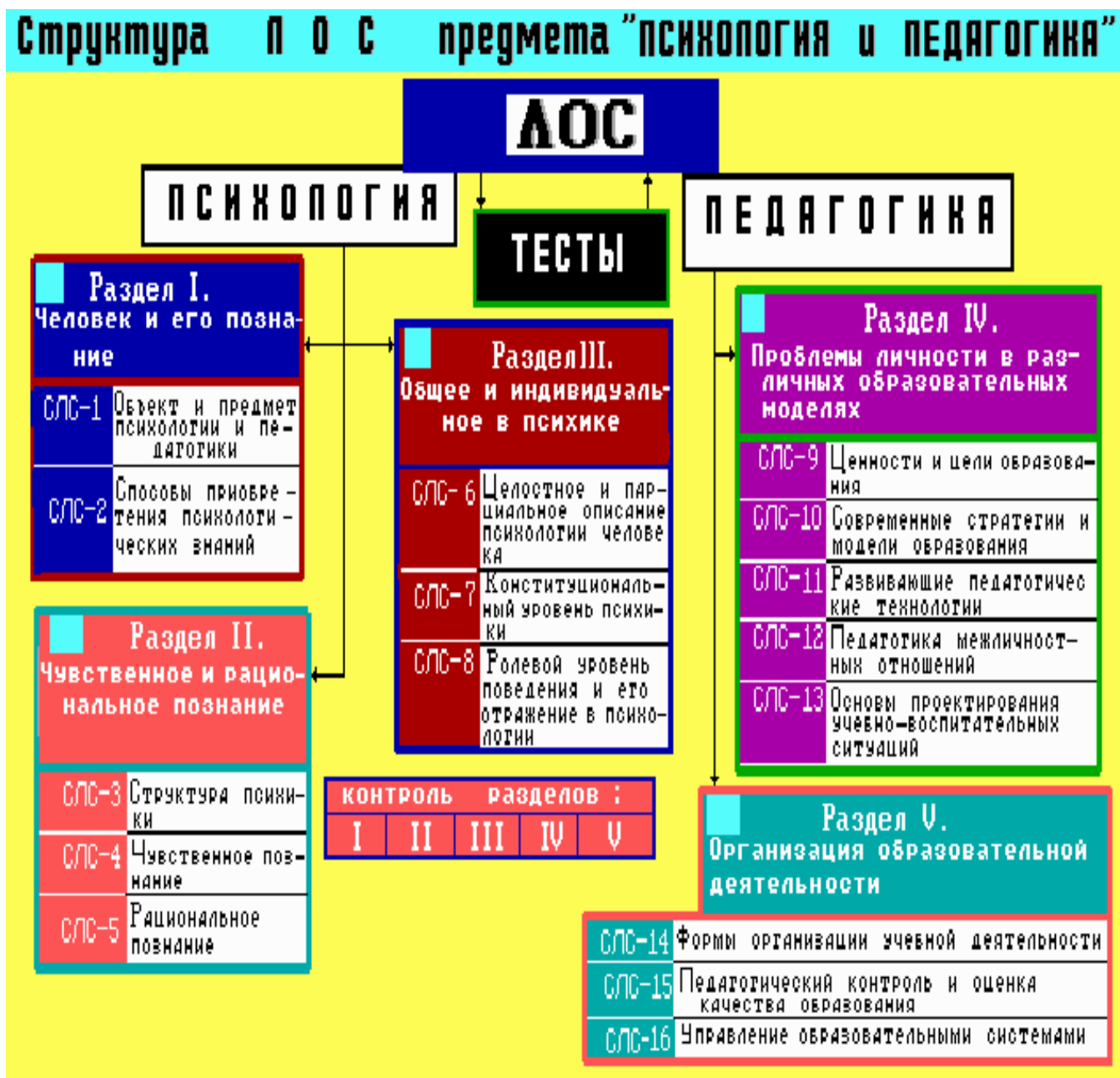
Московский государственный технический университет гражданской авиации

Редакционно-издательский отдел

125493, Москва, Пулковская ул., ба

© Московский государственный технический университет
гражданской авиации, 2004

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА
«ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА»**



ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- ЛОС - лист основного содержания;
- ЭЛОС - электронный лист основного содержания;
- СЛС-1(2,3...16) – структурно-логическая схема темы №1 (№№2,3..16);
- ЭСЛС – электронная структурно-логическая схема.

Первая часть «ПСИХОЛОГИЯ»

Раздел I. ЧЕЛОВЕК И ЕГО ПОЗНАНИЕ

Тема № 1. ОБЪЕКТ И ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИИ

1.1. Соотношение объективной и субъективной реальности

В научном употреблении термин «психология» появился впервые в XVI в. Первоначально он относился к особой науке, которая занималась изучением так называемых *душевных, или психических, явлений*, т.е. таких, которые каждый человек легко обнаруживает в собственном **сознании** в результате самонаблюдения. В XVII – XIX вв., сфера исследований значительно расширилась, включив в себя *неосознаваемые психические процессы (бессознательное) и деятельность человека*.

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

В XX столетии название «психология» отчасти утратило свой первоначальный, достаточно узкий смысл, когда оно относилось только к субъективным, непосредственно воспринимаемым и переживаемым человеком явлениям сознания. Однако за этой наукой сохраняется ее прежнее название.

С XIX в. психология становится самостоятельной и экспериментальной областью научных знаний.

Что является **предметом психологии**? Прежде всего, **психика** человека и животных, включающая в себя многие субъективные явления. С помощью одних (ощущения, восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь) человек познает мир (так называемые *познавательные процессы*). Другие явления регулируют его общение с людьми, непосредственно управляют действиями и поступками (так называемые **психические свойства и состояния личности**, включая в них потребности, мотивы, цели, интересы, волю, чувства, эмоции, склонность, способности, знания и сознание). Кроме того, психология изучает человеческое общение и поведение, их зависимость от психических явлений и, в свою очередь, зависимость формирования и развития психических явлений от них. Для того чтобы понять и объяснить человеческие поступки, мы обращаемся к такому понятию, как **личность**.

Общение и деятельность также составляют предмет современных психологических исследований. Кроме индивидуальной психологии поведения, в круг явлений, изучаемых психологией, входят и отношения между людьми в различных *человеческих объединениях - больших и малых группах, коллективах*.

Известный австрийский психолог **Зигмунд Фрейд (1856-1939)** заметил, что "наивное самолюбие человечества" вынуждено было претерпеть от науки некоторые "великие оскорбления". Во-первых, как отметил **Зигмунд Фрейд**, люди узнали, что Земля - не центр Вселенной, а всего лишь

Реальность (от позднелат. *realis* "действительный") - существующее в действительности.

Диалектический материализм различает **объективную реальность**, т.е. материю, и **субъективную реальность**, т.е. явления сознания.

одна из планет, частичка мировой системы. Во-вторых, что люди произошли из животного мира. В-третьих, что наше "я" "не является даже хозяином в своем доме", а "вынуждено довольствоваться жалкими сведениями о том, что происходит в его душевной модели". А нам казалось, что уж о своем-то внутреннем мире мы всё знаем, и действуем по принципу "куда хочу, туда поворачу".

В нашем сознании отображен прежде всего внешний мир, а что касается фактов, закономерностей и "механизмов", характеризующих само сознание, то они открыты не более, чем другие явления природы. Чтобы опираться на эти факты и закономерности, их надо знать и изучать. Как сделать путь каждого из нас к мастерству, умелости? Этот вопрос ставит каждый для себя, но развитие профессионала идет не по прямой, а через преодоление трудностей и нелегкие переживания. И каждому важно знать факты и закономерности динамики и становления наших психических регуляторов.

Большая часть явлений и закономерностей человеку неизвестна, если он специально не обращается к психологическим наукам. Здесь так же, как и в других науках, важно иметь некоторый минимум психологической грамотности и культуры. Так, из медицинской науки известно, что было время, когда с холерой боролись с помощью заклинаний, а благодаря науке стали знать, что надо, прежде всего, употреблять кипяченую питьевую воду.

Люди часто не различают **явления**, присущие, с одной стороны, внутреннему миру человека, человеку как субъекту (**субъектные**) и, с другой стороны, находящиеся за пределами субъекта (**объектные**).

Слова «субъективное» и «объективное» часто противопоставляются как нереальное - реальное, недостойное внимания – достойное. Так, слова «действительность», «реальность» - «вымысел», «фантазия» понимаются как противоположные по значению (антонимы), а слова «выдумка», «мечта» - «небылица», «фикция» сближаются по значению (синонимы).

В ходе выполнения лабораторных работ, практических занятий, проведения анализа результатов, полученных из рассматриваемых формул, создается продукция внутреннего мира.

И все эти явления душевной деятельности, **психики** (слово «психика» возникло в результате замены общеславянского «душа» древнегреческим эквивалентом «psyche») существуют реально и являются побудителями и регуляторами поведения людей. Это относится и ко всевозможным предрассудкам, образам, ложным мнениям, мифическим представлениям – это тоже реальности, имеющие причины, закономерные изменения и последствия.

Психика, как особое свойство высокоорганизованной материи и функции мозга, заключается в отражении предметов и явлений реального мира и в регулировании на этой основе поведения и деятельности человека. Наши ощущения, представления, мысли – это субъективные образы объективного мира.

Слова, обозначающие явления внутреннего мира, не более редки, чем обозначения явлений внешней среды («мысль», «чувство», «характер» встречаются соответственно 460, 248 и 236 раз на миллион словоупотреблений, как и «вещество», «количество», «изделие» - 453, 246, 230 раз [Частотный словарь русского языка. – М.: 1977].

Как известно, **субъект** – это инициатор, зачинщик, генератор активности, а **субъективное** – это реально присущее субъекту и порой желательное.

Сложность возникает в том, что присуще субъекту, а что объекту, т.е. чему-то внешнему. Люди (в том числе и мы с вами) заблуждаются в том, что все воспринимаемое, или то, о чем они подумали, или то, что их волнует, - все это существует во внешнем мире. В действительности же человек может сколько угодно воспринимать, представлять то, чего нет, и наоборот, не воспринимать или искаженно воспринимать то, что существует рядом с ним и реально.

Таким образом, психология - наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики.

1.2. Фундаментальные категории психологии

Развитие материи есть переход от низших ее форм к высшим, от низших форм движения материи к высшим. В процессе развития материи появились растения, животные и затем человек с его сознанием. Вся материя обладает *свойством отражения*. **Психика** является свойством не всякой, а особым образом организованной материи - свойством мозга. Мозг есть орган психической жизни, носитель нашего мышления, чувств и воли. *Психика*, как особое свойство высокоорганизованной материи и функции мозга, заключается в отражении предметов и явлений реального мира и в регулировании на этой основе поведения и деятельности человека. Наши ощущения, представления, мысли - это субъективные образы объективного мира. Психика - более широкое понятие, чем сознание, так как будучи особым свойством материи, прошла длительный путь развития - от самых элементарных форм, наблюдаемых в животном мире, до сознания человека.

Сознание человека - это высшая форма, главный этап развития психики и продукт труда.

Психические явления - это ответы мозга на внешние (окружающая среда) и внутренние (состояние организма как физиологической системы) воздействия. Психические явления - это постоянные регуляторы деятельности, возникающей в ответ на раздражения, которые действуют сейчас (ощущение и восприятие), были когда-то в прошлом опыте (память), обобщающие эти воздействия или предвидящие результаты, к которым они приведут (мышление, воображение).

В структуре психики индивида различают три основные группы: *психические процессы, психические свойства, психические состояния.*

Психические процессы имеют определенное начало, течение и конец; являются исходными в духовной жизни, обеспечивают отражение действительности. На их основе возникают состояния, осуществляется формирование знаний, убеждений, навыков и умений, приобретение жизненного опыта.

Различают *познавательные* (ощущения, восприятия, представления, внимание, память, воображение, мышление, речь), *эмоциональные* (возбуждение, радость, негодование, злость и т.д.) и *волевые* (постановка и достижение целей, принятие решения, преодоление трудностей, усилия в управлении собой, напряжение моральных и физических сил) психические процессы.

Психические свойства в отличие от процессов устойчивы и постоянны, но не исключают возможности их развития. Возникая на основе психических процессов и состояний, свойства оказывают существенное влияние на психические процессы и состояния. Свойства личности - это существенные ее особенности, обеспечивающие определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичного для данного человека (направленность, темперамент, характер, способности и мастерство и др.).

Психические состояния характеризуют психику человека в целом: влияют на течение и результаты процессов и могут способствовать или тормозить активную деятельность личности (состояние волевой активности, перенапряжение, подъем и угнетенность, страх, бодрость, уныние и т.д.). Психические состояния возникают на основе взаимодействия психических процессов, отличаются от них большей сложностью, меньшей динамичностью и носят временный характер.

1.3. Принципы психологии

В 30-е годы XX в. формулируются основные принципы психологической науки: *принцип детерминизма, принцип единства сознания и деятельности, принцип развития.*

Принцип детерминизма означает, что психика определяется образом жизни и изменяется с изменением образа жизни. Развитие психики животных определяется естественным отбором, а развитие сознания человека - законами общественного развития, законами развития способа производства. Принцип детерминизма связан с вопросом о природе психических явлений, их сущности. В 50-е годы впервые в советской психологии принцип детерминизма был применен С.Л.Рубинштейном для анализа природы и сущности психических явлений, он рассматривал их во всеобщей взаимосвязи явлений материалистического мира.

Понятия сознания и деятельности являются узловыми категориями психологической науки. Принцип единства сознания и деятельности начал разрабатываться в советской психологии в 30-е годы XX в. (С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев, Б.Г.Ананьев, Б.М.Теплов и др.). В нем утверждалось, что не может быть деятельности без сознания и сознания без деятельности, т.е. возможность через деятельность изучать сознание: от деятельности, ее продуктов к выявляющимся в ней психическим процессам. Единство сознания и деятельности выражается в том, что сознание и все психические свойства индивида в деятельности не только проявляются, но и формируются: психические свойства личности - и предпосылка, и результат ее поведения.

Принцип развития. Категория *развития* является ведущей в системе понятий психологической науки. Категория развития - это фундаментальная категория. Под влиянием эволюционной теории Ч.Дарвина идея развития вошла в психологию и легла в основу формирования детской, а затем возрастной психологии.

1.4. Психология как наука и как практическая деятельность

Психология, как и любая другая наука, состоит из **фундаментальной и прикладной** [2]. Цель обеих наук – получение нового знания и его обобщение. Первая изучает основополагающие проблемы психики, теоретический аспект рассмотрения этих проблем и их эмпирическую проверку (общая психология, психофизиология, социальная психология, психология развития и др.). Прикладная наука изучает психические явления в естественной обстановке и использование полученных в фундаментальной науке знаний в конкретных ситуациях и условиях (эргономика, психология рекламы, психология менеджмента, организационная психология, юридическая психология и др.).

Психология как наука обладает особыми качествами, которые отличают ее от других дисциплин. Как систему проверенных знаний психологию знают немногие, в основном те, кто ею специально занимается, решая научные и практические задачи. Вместе с тем как система жизненных явлений психология

знакома каждому человеку (в виде собственных ощущений, образов, представлений, явлений памяти, мышления, речи, воли, воображения, интересов, мотивов, потребностей, эмоций, чувств и многого другого).

Существует еще одна сфера деятельности в психологии – *практическая психология*, в которой решаются конкретные задачи, а получение нового знания не обязательно.

Практическая психология – это особый вид деятельности психолога, направленный на решение конкретной практической задачи и предполагающий получение психологической информации о конкретном человеке или группе людей; анализ полученной информации на основе знаний, полученных в фундаментальной или прикладной психологии; разработку и реализацию воздействия на конкретного человека или группу людей с целью их изменения или изменения их поведения.

Специфика работы практического психолога предопределяет:

- обеспечение конфиденциальности лично значимой информации, полученной от клиента на основе личного доверия. Он обязан предупреждать обследуемых о том, кто и для чего может использовать получаемую информацию и какие решения могут быть вынесены на ее основе;

- моральную ответственность за решения, принимаемые на основе предоставляемой им информации, и предупреждает возможные ошибки, допускаемые непрофессионалами в области психологии;

- воздержание от действий, ухудшающих состояние клиента и наносящих ему вред, особенно при работе с больными людьми.

Направления практической психологии неразрывно связаны с решаемыми в их рамках задачами. Это – *психотерапия* (лечение при помощи психического воздействия), *психологическое консультирование* (оказание помощи в определении, уточнении и решении задачи или проблемы, стоящей перед человеком, при условии, что сам консультант не несет ответственности за реализацию решения, но несет ответственность за принимаемые решения). Различают консультирование *семейное, личностное, управленческое, специфическое* («телефон доверия»). Между психотерапией и консультированием есть много общего, но отличием является то, что консультирование изначально ориентировано на психически здоровых людей, способных взять на себя ответственность за свои поступки.

Важным видом психологической практики является *практическая психодиагностика*, основной процедурой которой является *психодиагностическое обследование*, позволяющее получать психологическую (в том числе и лично значимую) информацию о конкретном человеке или группе людей. Особая задача психодиагностического обследования – *составление психологического портрета*, отражающего индивидуальность человека. Другая, не менее важная задача – *прогнозирование поведения человека в различных ситуациях и при взаимодействии с другими людьми* (особенно это важно при формировании ко-

манды, выдвижении на руководящую должность, при деятельности в сложных, стрессовых условиях и т.д.).

Особым видом психологической практики является *психологическая коррекция*. В *нейропсихологии* – это восстановление высших психических функций человека при локальных поражениях мозга с помощью специальных методов и приемов восстановительного обучения. В *возрастной психологии* – это устранение или компенсация психических аномалий развития: эмоциональных, познавательных, психологических.

Парапсихология, или «околопсихология», сформировалась в XX в. на основе оккультных наук, целью исследований которых было – установление сверхестественных или выходящих за рамки научного познания возможностей психики человека. Исследовались четыре группы предполагаемых феноменов:

- *Телепатия* (восприятие одним лицом мыслей другого лица без использования каких-либо известных сенсорных каналов).
- *Ясновидение* (получение сведений об объектах или событиях без использования органов чувств).
- *Проскопия* (предвидение будущих мыслей другого лица или будущих событий).
- *Психокинез* (способность воздействовать на физические объекты или события силой мысли).

Парапсихологические феномены выявляются лишь в условиях нестрогого опыта и по мере увеличения строгости исследования они обнаруживаются все реже и реже; как правило, положительные предварительные результаты перестают подтверждаться при переходе к более строгому исследованию. Интересно и другое, что при проверке парапсихологических гипотез не применяется практически *эксперимент* как наиболее строгий тип исследования, который ответил бы недвусмысленно на поставленный вопрос их существования. А это говорит об отклонении от строгих норм проведения научных исследований. Да и среди ученых сторонников парапсихологии или допускающих существование парапсихологических феноменов отсутствуют психологи-профессионалы.[2]

Контрольные вопросы

1. Дайте определение психологии как науки.
2. Что является предметом психологии? Дайте классификацию психических явлений.
3. Приведите примеры психических процессов.
4. Назовите основные свойства личности.
5. Психические состояния и их влияние на психические процессы и свойства.
6. Назовите основные принципы психологии. В чем их суть?

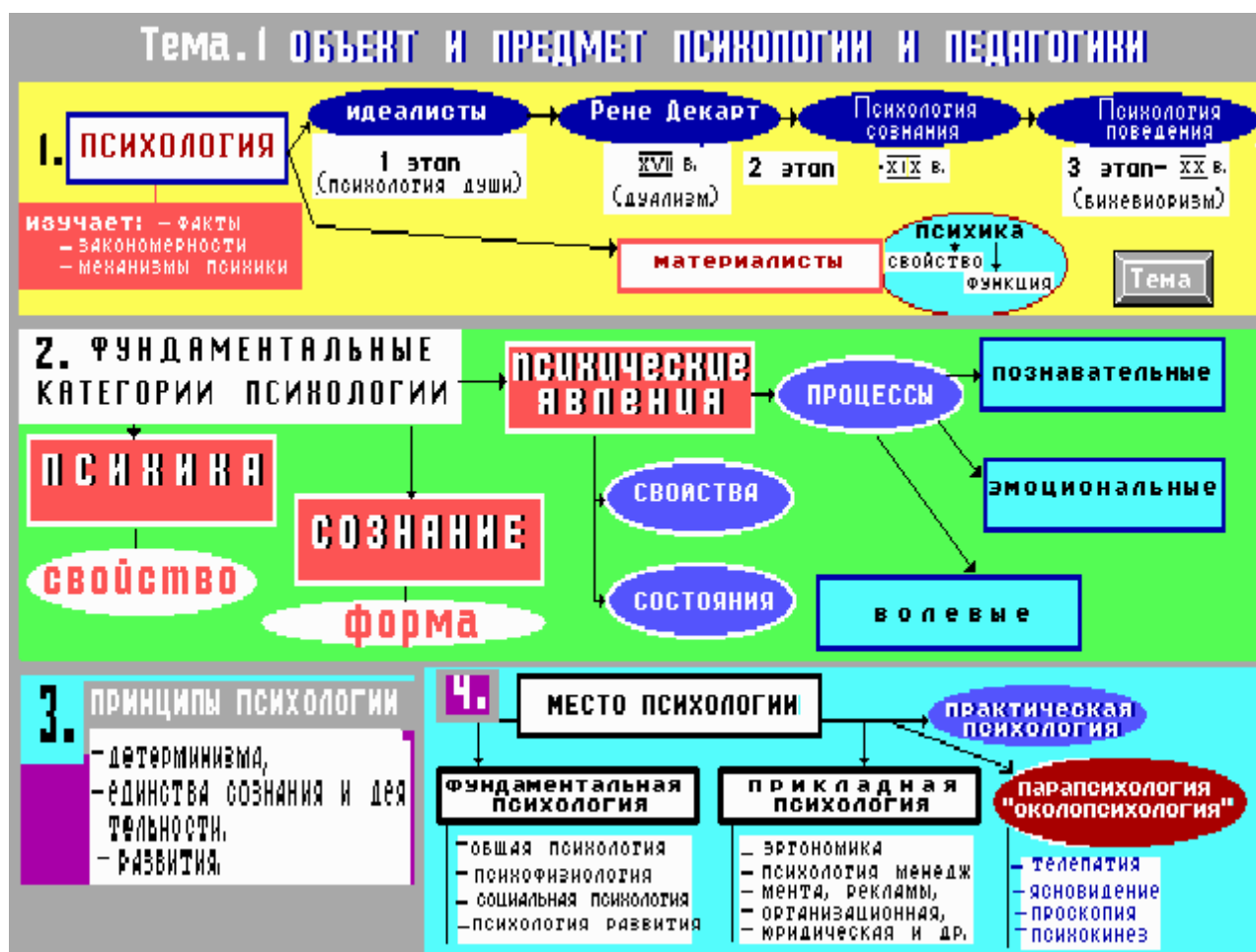


Рис.1. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №1.

Рекомендуемая литература

1. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997. - 195с.
2. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер. 2000, с.11-28, ил. (Серия «Учебник нового века»).
3. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб.: Питер, 2002, с.11-38, ил. (Серия «Учебник нового века»).
4. Агафонов А.В. Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000, с.3-7.
5. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56с.

Примечание: Литература, отмеченная знаком (*), включена в электронную библиотеку университета по адресу (<http://elibrary.mstuca.ru>)-agafonov и может быть скопирована, если вы являетесь ее пользователем, стать которым можно после регистрации и при наличии с собой ИНН. По окончании регистрации вам выдается личный пароль пользователя.

Тема № 2. СПОСОБЫ ПРИОБРЕТЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ

2.1. Знание в жизни и деятельности человека

<p><i>Знать необходимо не за тем, чтобы только знать, но для того, чтобы научиться делать.</i> (М.Горький Собр. соч., т.27, с.23).</p>	<p><i>Решительно ни один из элементов успешности производства не имеет такого громадного значения, как степень умственного развития в работнике. Климат, почва, запасы капитала, самая крепость физических сил - все это ничтожно по сравнению с развитием мысли.</i> (Н.Г.Чернышевский.ПСС,т.IX, с.197)</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Нервная система человека может долго сохранять следы своих состояний. В сознании может удерживаться мысленный образ, отображение объекта, его свойств, хотя самого объекта уже и нет перед человеком. Образ не возникает мгновенно, а строится в сознании, при этом он может быть неполным, недостроенным и даже искаженным.

Различают ряд разновидностей знаний: **поднесенные и обретенные знания**. *Поднесенные знания* - знания, которые предлагают обучающимся в относительно готовом, оформленном, “разжеванном” виде (“Что?”, “Как?”, “Где?” и т.д.). *Во втором случае* активность человека выражается словами: “Сам додумался”, “Сам придумал, докопался, узнал” и т.п. Качество самостоятельно обретенных знаний выше, чем знаний просто поднесенных (“преподнесенных”). Самостоятельный поиск знаний, учеба, обдумывание ожидаемого будущего результата делают обучение интереснее, веселее.

Для применения в трудовом процессе теоретическое знание должно обладать некоторыми обязательными свойствами или качествами.

Первое свойство - отвлеченность (т.е. сознательное мысленное отбрасывание, игнорирование некоторых признаков объекта). Так, электронные характеристики радиодетали недоступны органам чувств, а контролер, лаборант или испытатель узнает о них в форме цифровых показаний стрелочных приборов, условных обозначений, т.е. в форме языковых конструкций.

Второе свойство теоретического знания - общность, т.е. отнесенность к некоторому множеству предметов, явлений, процессов. “Так произойдет, потому что вообще в данных условиях это происходит всегда и обязательно” - вот простейшая логика прогноза.

Третье свойство теоретического знания - определенность (наличие ясно очерченных пределов, границ приложимости понятий).

Четвертое свойство теоретического знания - общезначимость (для той или иной более или менее широкой социальной группы - вплоть до значимости общечеловеческой).

Пятое свойство теоретического знания - вербализованность, а точнее - неразрывная связь с той или иной языковой конструкцией: со словом, предложением, текстом.

Знания о людях. Каждому рано или поздно придется работать с людьми (передавать опыт, руководить, участвовать в аттестации кадров), научиться обращать внимание на некоторые вопросы восприятия и понимания человека человеком. Подобно тому, как ведется работа по повышению санитарно-гигиенической грамотности и культуры, точно так же важно вести работу и в области *психологической культуры взаимного познания и взаимодействия людей*.

В чем это проявляется? Во-первых, это **психологическое знание о человеке** (правдоподобный хвастун, обесценивая других, создает “у кого нужно” такое знание и представление о себе, которое вызывало бы желаемое отношение к нему со всеми вытекающими из этого возможными благами). Мнение о человеке, о его личных качествах *вначале* формируется у людей под большим влиянием имеющихся у них предвзятых мнений, ожиданий, стереотипов мышления и восприятия (т.е. по чертам видимого сходства человека относят к одному из известных типов, наделяя его психологическими чертами, свойственными данному типу). *Со временем* это первоначальное представление проверяется и корректируется в практике общения. Формирование верных мнений, обоснованных знаний о других людях, о старших и младших, о передовых людях данной профессии, о типичных ее представителях очень важно человеку, вступающему на путь самостоятельной жизни, задумывающемуся над вопросами “кем быть?” и “с кем быть?”. Сложность в этом - то, что воспринимаемые признаки поведения и внешности другого человека не всегда соответствуют его подлинному внутреннему облику, часто непростому, противоречивому.

В связи со сложными зависимостями между внешней манерой поведения и внутренней сущностью человека возникает задача развития психологической наблюдательности и определенного рода психологической грамотности каждого человека и профессионала.

Внимание, наблюдательность к проявлениям психических свойств и состояний человека (утомленности, взволнованности, подавленности, грусти, радости и др.) - профессионально важное качество будущего педагога, организатора, авиаспециалиста.

Наряду с развитым *интересом к природе, технике* у человека должен быть выражен *интерес к внутреннему миру людей*, их помыслам, личным особенностям, качествам. Кроме интереса, нужна и *склонность к работе с человеком*.

Склонность - это такая черта направленности человека, которая обнаруживается в желании практически заниматься интересующим объектом, интересующей деятельностью.

Есть еще важная группа проявлений психики - это процессуальные, "текущие" объекты наблюдения:

- блеск глаз;
- учащение или задержка дыхания (и последующие вздохи);
- холодный пот;
- покраснение или побледнение лица;
- улыбка, усмешка, смех, мимика, огорчения, слезы, плач;
- понижение или повышение тона, изменение интонации, тембра (окраски) голоса, изменение речевой активности, скованность или свобода движений;
- попытка скрыть свое душевное состояние (отвод глаз, сдерживание улыбки, "маска" на лице, перевод разговора на другую тему и др.).

Знание о себе. Чтобы человек владел собой, работал над собой, самоопределялся, совершенно необходимо, чтобы предмет его внимания и интереса был не только окружающий мир, но и он сам - его телесные и душевные качества и особенности. Каждому из обучающихся необходимо представлять сущность и роль основных категорий психологии (психики, сознания, психических явлений), уметь дать психологическую характеристику личности по результатам тестов по основным темам предмета, его первой части «Психология» - («Внимание», «Память», «Мышление», «Направленность личности», «Темперамент», «Характер»). Уметь использовать полученные знания в будущей профессиональной деятельности.

2.2. Методы психологии

Методы - это способы, посредством которых познается предмет науки.

В отечественной психологии выделяются следующие четыре группы методов:

- Организационные методы. Они включают в себя:
 - сравнительный метод (сопоставление различных групп по возрастам, деятельности и т.д.);
 - лонгитюдный метод (многократные обследования одних и тех же лиц на протяжении длительного времени);
 - комплексный метод (в исследовании участвуют представители различных наук; при этом, как правило, один объект изучают разными средствами. Это позволяет устанавливать связи и зависимости между явлениями разного типа, например, между физиологическим, психологическим и социальным развитием личности).
- Эмпирические методы. Они включают в себя:
 - метод наблюдения;
 - экспериментальный метод.

- Методы обработки данных. Они включают в себя *количественный* (статистический) и *качественный* (дифференциация материала по группам) анализ.
- Коррекция. Это – *аутотренинг, групповой тренинг, способы психотерапевтического воздействия, обучение.*

Эмпирические методы. Группа эмпирических методов в психологии считается основной.

Наблюдение выступает в двух основных формах - как *самонаблюдение* (интроспекция) и как *внешнее (объективное) наблюдение*. Познание собственной психики посредством *самонаблюдения* всегда осуществляется в той или иной мере опосредованно через наблюдение внешней деятельности.

Требования к *объективному наблюдению* - наличие четкой целевой установки, плана наблюдения, зафиксированной в схеме. Плановость и систематичность наблюдения - самая существенная черта его как научного метода. Должен быть исключен элемент случайности. Его алгоритм выполнения следующий:

Наблюдение → факты → формулирование гипотез → новые наблюдения.

Требования к методу наблюдения;

- а) определение задачи и цели (для чего?, с какой целью?);
- б) выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?);
- в) выбор способа наблюдения (как наблюдать?);
- г) выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?);
- д) обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).

Экспериментальный метод. *Эксперимент* - исследовательская деятельность в целях изучения причинно-следственных связей, которая предполагает:

- а) исследователь сам вызывает изучаемое им явление и активной воздействует на него;
- б) экспериментатор может варьировать, применять условия, при которых протекает явление;
- в) в эксперименте имеется возможность неоднократного воспроизведения результатов;
- г) в результате эксперимент устанавливает допускающие математическую формулировку количественные закономерности.

Этапы эксперимента:

I. Теоретический этап исследования (постановка проблемы):

- а) формулировка проблемы;
- б) определение объекта и предмета исследования;
- в) определение экспериментальных задач и гипотез исследования.

II. Методический этап исследования - разрабатывается методика и план эксперимента.

III. Экспериментальный этап - непосредственное проведение опытов.

IV. Аналитический этап - проведение количественного анализа результатов (математическая обработка).

Тесты психологические. Английское слово *тест* означает “проба”, “испытание”. Одну из самых первых попыток разработать тесты сделал Ф.Гальтон (1822-1911). На Международной выставке в Лондоне в 1884 г. Гальтон организовал антропометрическую лабораторию. Через нее прошло свыше девяти тысяч испытуемых, у которых измерялись как рост, вес и т.д., так и различные виды чувствительности, время реакции и другие сенсомоторные качества. Тесты и статистические методы, предложенные Гальтоном, в дальнейшем получили широкое применение для решения практических вопросов жизни. Это было начало создания прикладной психологии, получившей название «психотехника». Тест, как термин, был введен в практику психологических исследований в конце XIX века американским ученым Дж.Кэттелом (1860-1944) после публикации статьи «Умственные тесты и измерения» в 1890 в журнале *Mind* с послесловием Гальтона. «*Психология, - пишет в этой статье Кеттел, - не сможет стать прочной и точной, как физические науки, если не будет базироваться на эксперименте и измерениях. Шаг в этом направлении может быть сделан путем применения серии умственных тестов к большому числу людей. Результаты могут иметь значительную научную ценность в открытии постоянства психических процессов, их взаимозависимости и изменений в различных обстоятельствах*»[3].

Развитие данного направления в отечественной психологии того времени связано с именами А.Ф. Лазурского (1874-1917), Г.И.Россолимо (1860-1928), В.М.Бехтерева (1857-1927) и П.Ф.Лесгафта (1837-1909).

Тест - это краткое, стандартизированное испытание, не требующее, как правило, сложных технических приспособлений, поддающееся стандартизации и математической обработке данных.

С его помощью стремятся выявить определенные способности, навыки, умения (или их отсутствие), наиболее точно охарактеризовать некоторые качества личности, выявить степень пригодности для работы в той или иной области.

В настоящее время тесты нашли широкое применение в ходе психологических исследований. Существуют различные тесты: например, *тесты-опросники*, *проективные тесты* и др. Так, при выполнении *теста-опросника* испытуемый может сознательно или неосознанно повлиять на результат тестирования, особенно если он знает, как будут интерпретироваться его ответы. К более объективным относятся *проективные тесты*. Они предполагают свободную интерпретацию исследователем выполняемых испытуемым заданий. Например, по наиболее предпочтительному для испытуемого выбору цветочек карточек психолог определяет его эмоциональное состояние. Или предъявляя испытуемому картинки с изображением неопределенной ситуации, после чего

психолог предлагает описать события, которые отражены на картинке, и на основе анализа изображенной ситуации делается вывод об особенностях его психики. Однако тесты проективного типа предъявляют повышенные требования к уровню знаний, умений и навыков как самого психолога, так и интеллектуального развития у испытуемого.

2.3. Индивидуально-психологическая характеристика личности

«Познай себя!» – говорили древние, но и о других также неплохо было бы кое-что узнать, об их интеллектуальных способностях, памяти, внимании, мышлении или как поведет себя человек в той или иной ситуации, об их основных психологических свойствах (направленности личности, темпераменте, характере, способностях) и состояниях.

Таким образом, особо актуальной остается задача повышения психологической грамотности всех и каждого. Один из путей решения этой важной задачи – активное психологическое самообразование. Некоторый минимум психологической грамотности дается студентам нашего вуза в ходе изучения предмета «Психология и педагогика».

Студенты старших курсов в своих предложениях, замечаниях и пожеланиях по проведению *теоретической части* (в ходе лекций) и *практической части* (в ходе выполнения тестов и выступлений с докладами на семинарских занятиях, самостоятельной работы) отмечали и предлагали много интересного как в ходе *планирования предмета*, так и его *проведения* (читать его на более ранних курсах и больше времени отвести на этот предмет, особенно на проведение практических занятий; желательно максимально использовать *видеокомпьютерные средства обучения*; расширить и углубить изучение курса, особенно в таких вопросах, как взаимодействие между людьми в коллективах; как вести себя руководителю с подчиненными; как разрешать различные споры, конфликты; как применять знания, полученные на занятиях по предмету, в повседневной жизни; как использовать достоинства своего типа характера и с чем нужно бороться; более глубоко рассматривать психологию личности, ее направленность; в ходе тестирования много нового узнаем о себе; желательно вести карточки на каждого студента, где записывать его индивидуально-психологические характеристики, и т.д.). Эти пожелания и предложения студентов - интересный и полезный материал для совершенствования педагогического мастерства каждого преподавателя.

Из *педагогики* известно, что теоретическая часть предмета, ее содержание лучше воспринимается, запоминается, сохраняется и воспроизводится в ходе проведения практических занятий (семинары, лабораторные работы и др.).

Так, в ходе практических занятий по предмету «Психология и педагогика» каждый студент обязан сделать выступление по одной из изучаемых тем и составить индивидуально-психологическую характеристику своей личности,

выполнив одиннадцать тестов. На рис.2 представлена в виде таблицы структура индивидуально-психологической характеристики личности, включающей результаты выполнения тестов, определяющих как потенциальные способности личности (внимание, память, мышление), так и ее психологические свойства и состояния (направленность личности, темперамент и характер). Но психика каждого человека с возрастом развивается, естественно, как отмечал Л.С.Выготский, тест может фиксировать только достигнутый уровень в развитии.



Рис.2.

Несколько слов о «студенте». Это слово латинского происхождения, в переводе на русский означает «усердно работающий, занимающийся», т.е. «овладевающий знаниями». Как человек определенного возраста (18-22 года) и как личность студент характеризуется с трех сторон:

- с психологической (психические процессы, свойства и состояния личности). Здесь главное – психические свойства (направленность личности, темперамент, характер, способности). Они в первую очередь определяют, как протекают и формируются психические процессы, как возникают психические состояния (аффект, фрустрация);

- с *социальной* (общественные отношения, качества, которые определяются принадлежностью студента к определенной социальной группе, нации и т.д.);
- с *биологической* (определение типа высшей нервной деятельности, инстинктов, строение анализаторов, телосложение, черты лица, рост и т.д.), что предопределено наследственностью и врожденными задатками.

Изучение этих сторон раскрывает качества и возможности студента, его возрастные и личностные особенности. Студенческий возраст характеризуется достижением наивысших «типовых» результатов - это переход наиболее активного развития нравственных и эстетических чувств, становления и стабилизации характера. И самое главное, что в этом возрасте студент овладевает всем комплексом социальных ролей взрослого человека. В этом возрасте начинается и «экономическая активность» студентов (т.е. включение в самостоятельную производственную деятельность, начало трудовой биографии, создание собственной семьи). Этот возраст, как отмечают психологи, - центральный период становления характера и интеллекта.

В ходе практических занятий по предмету «Психология и педагогика» студенты отрабатывают тесты Шульте и Горбова («Внимание»); объем кратковременной зрительной памяти, узнавание фигур, кратковременная образная память («Память»); сложные аналогии, выделение существенных признаков, числовые ряды («Мышление»); определение направленности личности; флегматик, меланхолик, холерик, сангвиник – кто Вы? («Темперамент», по методике Айзенка); что Вы знаете о себе, или Различные стороны вашей личности («Характер», опросник Шмишека).

В студенческом возрасте роль **фактора внимания** – это ключ к успеху в будущей деятельности по выбранной специальности. По данным Б.Г.Ананьева [5, с.113] в студенческом возрасте от 18 до 21 года *фактор внимания занимает четвертое место, уступая факторам памяти, мышления и восприятия*, а в 20-25 лет – уже второе. Возраст 18-21 год характеризуется наименьшим объемом внимания. *Устойчивость внимания* повышается с 22 лет – это свидетельствует о возможности целенаправленной работы над организацией внимания студентов в учебном процессе.

Как улучшить память, в чем причины плохого запоминания? Многие проблемы, вроде бы связанные с памятью, - это проблемы не столько памяти, сколько внимания. В долговременной памяти сохраняются образы, а чтобы их в ходе занятий создавать, необходимо внимание, которое, как известно, имеет колебательную природу, с периодом колебаний от 2 до 12 сек. (непроизвольное внимание). Следовательно, для создания образов необходимо удерживать внимание, т.е. включать волевую регуляцию.

Улучшению способности длительное время сохранять состояние внимания, не отвлекаясь и не ослабляя его, помогают *тесты Шульте и Горбова*. С помощью теста «**Таблицы Шульте**» можно определить, а в дальнейшем при

повторном их выполнении и тренировать устойчивость внимания. Тест представляет собой пять таблиц, на которых в произвольном порядке расположены числа от 1 до 25. Испытуемый отыскивает, показывает и называет числа в порядке их возрастания. Проба повторяется с пятью разными таблицами.

Практические занятия показали, что большинство студентов этот тест выполняют хорошо не сразу, а после нескольких тренировок. Он хорош еще и тем, что с его помощью можно определить не только эффективность работы, но и такие параметры, как **степень вработываемости** (т.е. как испытуемый готов сразу к выполнению основной работы, или же требуется отдых), **психическая устойчивость** к выполнению заданной работы. Более успешно выполняется **тест Горбова** («Красно-черная таблица»), с помощью которого оцениваются переключение и распределение внимания.

Следующие три теста отрабатываются в ходе изучения темы «Память». Это методика исследования *объема кратковременной зрительной памяти*. Испытуемый должен запомнить, а затем воспроизвести максимальное количество чисел из предъявляемой ему таблицы из 12 двузначных чисел.

Четвертый тест – «Узнавание фигур». Предварительно я всегда рекомендую студентам в ходе запоминания учебного материала делать краткие записи, поскольку **узнавание примерно в 25 раз эффективнее припоминания**. Если испытуемому предложить *вспомнить* элементы списка, а затем проводить тест на узнавание, то оказывается, что он узнает многие из тех элементов, которые не мог припомнить.

В следующем тесте – «Образная память» – изучается кратковременная образная память. Все три теста по теме «память», как правило, студентами выполняются с хорошими результатами. А это говорит о том, что имея хорошую зрительную память, необходимо максимально ее использовать в ходе учебных занятий в процессе заучивания, сохранения и воспроизведения учебного материала.

Выполнение тестов по теме «Мышление» направлено на выяснение того, насколько студентам доступно понимание сложных логических отношений и выделение абстрактных связей, определяющих потенциальные способности личности («Сложные аналогии»); исследования особенностей мышления, способности дифференциации существенных признаков предметов или явлений от несущественных, второстепенных («Выделение существенных признаков»); исследования логического аспекта математического мышления («Числовые ряды»). Анализ результатов тестов на мышление показывает, что у некоторых студентов преобладает степень конкретного мышления над абстрактным, развитию которого придается особое значение в ходе всей учебы в университете.

Тесты на психологические **свойства и состояния** (способности, направленность личности, темперамент и характер) требуют хорошей предварительной подготовки, так как довольно сложны в обработке и интерпретации. Главное в ходе их отработки студенты должны четко понимать различия и общее

между темпераментом и характером, что темперамент выражает отношение человека к происходящим вокруг него событиям; характер же выявляется в действии - активном, целеустремленном, нерешительном, покорном, подражательном и т.д.

Таким образом, с помощью представленных тестов по основным темам предмета «Психология и педагогика» студенты учатся составлять достаточно полную картину об особенностях своей личности, проводить анализ своих результатов и самим их оценивать, а преподаватель оценивает в ходе зачетов и экзаменов только знание методики выполнения вышеперечисленных тестов, но не их результаты.

Итоговая таблица индивидуально–психологической характеристики личности представлена на рис.3 .

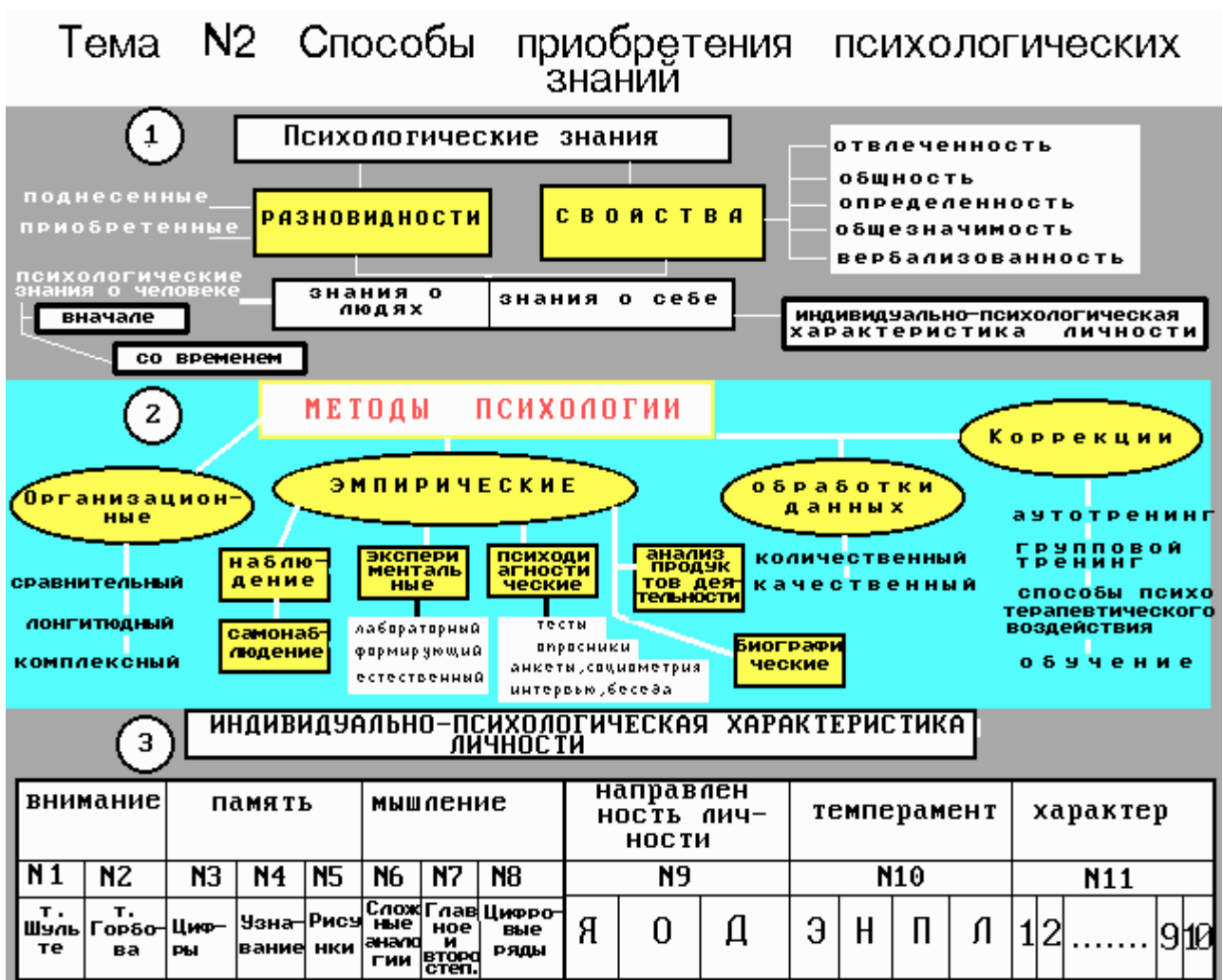


Рис.3. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №2.

Примечание:

1. Каждая учебная тема каждого раздела сопровождается **структурно-логической схемой (СЛС)** в текстовой части КУ и аналогичной **электронной структурно-логической схемой (ЭСЛС)** в компьютерной части КУ. СЛС (ЭСЛС) учебных тем отражают выбранный преподавателем

замысел построения и изложения учебного материала темы. Каждая ЭСЛС учебной темы, как и ЭЛОС учебного раздела КУ, включает гиперокна по количеству вопросов, изучаемых в теме.

2. **Лист основного содержания (ЛОС)** и его электронный аналог (ЭЛОС) представляют собой систему **графических листов** (компьютерных кадров или слайдов), объединенных программой, которая раскрывает краткое содержание и последовательность изложения входящих в программу учебных элементов с указанием существующих между ними смысловых и логических связей.
3. Работа с гиперокнами ЭСЛС КУ такая же, как и с гиперокнами ЭЛОС. Каждый номер учебного вопроса темы охвачен гиперокном; кроме того, в каждой ЭСЛС имеется гиперокно "ТЕМА", при входе в которое указываются: учебная литература по теме занятия, вопросы к семинарскому занятию, а также темы для выступлений и рефератов. Для этого надо совместить курсор "Мыши" с гиперокном и нажать клавишу *Enter* или *ЛМ*.

Контрольные вопросы

1. Какие методы психологических исследований вы знаете?
2. Что такое тест? Какие бывают тесты?
3. Какие методы входят в состав группы эмпирических методов?
4. Какой метод является основным в группе эмпирических методов?
5. При каких условиях можно назвать метод наблюдения научным?

Рекомендуемая литература

1. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997. - 195с.
2. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер. 2000, с.17-22. ил. (Серия «Учебник нового века»).
3. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.12-38. ил. (Серия «Учебник нового века»).
4. Агафонов А.В. Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000, с.3-8.
5. Столяренко Л.Д. Педагогическая психология. Серия «Учебники и учебные пособия».- Ростов н/Д.: «Феникс», 2000.-544с.
6. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56с.

Раздел II. ЧУВСТВЕННОЕ И РАЦИОНАЛЬНОЕ ПОЗНАНИЕ

Тема № 3. СТРУКТУРА ПСИХИКИ

3.1. Психика и строение мозга

Психология на современном этапе развития - это наука о поведении. Чтобы поведение каждого человека было успешным, необходимо, чтобы его *внутренние состояния, внешние условия*, в которых он находится, и *практические действия*, которые он проводит, соответствовали друг другу.

Эту интегрирующую (объединение) функцию на физиологическом уровне обеспечивает *нервная система*. Она и анатомически расположена, устроена так, чтобы иметь прямой доступ и выход на внутренние органы, на внешнюю среду, соединять их, управлять органами движения.

Нервная система человека состоит из двух разделов: *центрального и периферического*.

Центральный раздел включает головной мозг, промежуточный и спинной мозг - *центральная нервная система (ЦНС)*, которая состоит из переднего мозга, среднего мозга, заднего мозга и спинного мозга.

Периферический раздел - вся остальная часть нервной системы.

Практически все отделы центральной и периферической нервной системы участвуют в переработке информации, поступающей через внешние и внутренние *рецепторы*, расположенные на периферии тела и в самих органах. *Рецептор* - специализированное органическое устройство, расположенное на поверхности тела или внутри него и предназначенное для восприятия различных по своей природе раздражителей (физических, химических, механических и т.д.) - и преобразования их в нервные электрические импульсы).

С высшими психическими явлениями, с *мышлением и сознанием* человека связана работа коры головного мозга (КГМ) и подкорковых структур, входящих в передний мозг. Со всеми органами и тканями организма ЦНС связана через *нервы*, выходящие из головного и спинного мозга. Они несут в себе информацию, поступающую в мозг из внешней среды, и проводят ее в обратном направлении к отдельным частям и органам тела.

ЦНС представляет собой скопление нервных клеток - *нейронов*, состоящих из тела нейрона ("сенсорный нейрон", "двигательный нейрон" и т.д.). Древовидные отростки, отходящие от тел нервных клеток, носят название *дендритов*. Один из таких отростков является удлинненным и соединяет тела одних нейронов с телами или дендритами других нейронов. Он называется *аксоном*. Места контактов нервных клеток друг с другом называются *синапсами*. Через них нервные импульсы передаются с одной клетки на другую.

Нейроны выполняют в работе ЦНС специфические функции (так, "*сенсорный нейрон*" - проводит нервные импульсы от рецепторов к ЦНС, "*двигательный нейрон*" - проводит нервные импульсы от ЦНС к органам движения, "*нейрон локальной сети*" - проводит нервные импульсы от одного участка ЦНС к другому).

Тело человека и животного состоит из относительно автономных частей, так называемых, *сегментов*: головы, туловища, конечностей и их составляющих. *Голова - ведущий сегмент*. Особую роль в головном мозге играют правое и

левое *большие полушария*, а также их основные доли (четыре): *лобная, теменная, затылочная и височная*.

Иван Петрович Павлов (1849-193) ввел понятие *анализатор*. Этим словом он обозначил относительно автономную органическую систему, обеспечивающую переработку сенсорной информации на всех уровнях ее прохождения через ЦНС.

Соответственно основным органам чувств выделяют *зрительный, слуховой, вкусовой, кожный и некоторые другие анализаторы*, где воспринимаются, перерабатываются соответствующие раздражители, хранятся воспоминания о них. Каждый *анализатор* состоит из трёх частей:

рецептора (воспринимающая часть анализатора, его основная функция - трансформация внешней энергии в нервный процесс);

нервов, проводящих возбуждение в нервные центры (центральный отдел анализатора);

корковых отделов анализатора, в которых происходит переработка нервных импульсов.

Кора головного мозга (КГМ) делится на *11 областей и 52 поля*. В наиболее развитых полях КГМ имеется 6-7 слоев нервных клеток. В КГМ поступают импульсы, идущие от подкорковых структур и нервных образований ствола мозга, в ней же осуществляются основные психические функции человека. У человека *речевая функция* локализовалась в левом полушарии (для которых ведущей является правая рука). С работой лобных долей КГМ соотносятся сознание, мышление, программирование поведения и его волевой контроль.

Особую роль в регуляции многих психических процессов, свойств и состояний человека играет *ретикулярная формация* - совокупность разреженных, напоминающих тонкую сеть нейронных структур, анатомически расположенных в спинном мозге, в продолговатом мозге и в заднем мозге. Сон выключает ретикулярную систему, блокирует передачу в КГМ тех активизирующих влияний, которые порождают возбуждение ретикулярной формации.

Каждый из сидящих в аудитории переживает всевозможные эмоции, наблюдает за окружающими их предметами, вдыхает воздух и чувствует определенные запахи. Спрашивается: чему принадлежат все эти явления? Да, **психике**. Только через психику мы можем судить об окружающем нас мире. Наше поведение отличается от поведения окружающих нас людей, т.е. у каждого из них есть собственный внутренний мир (*автолюбители, различающие красный и зеленый или синий и желтый, люди с абсолютным музыкальным слухом и т.д.*).

3.2. Общая характеристика психики

Психика - общее понятие, объединяющее многие субъективные явления, изучаемые психологией как наукой. Есть два различных философских понимания природы и проявления психики: *материалистическое и идеалистическое*.

***Психика* - система регуляторов поведения в сложной среде, возникшая в ходе биологической эволюции.**

Различают *биологическое (дочеловеческое) и историческое развитие психики*. В обоих случаях различают *филогенез* (развитие психики "рода") и *онтогенез* (развитие психики особей, в частности "вот этого" человека от рождения до старости).

В отличие от животных люди способны к:

- преднамеренной совместной деятельности;
- речевому взаимодействию;
- использованию опыта человечества;
- сознательной саморегуляции;
- созидательной трудовой активности;
- познанию неявного;
- они имеют долгое детство;
- психически развиваются в течение жизни.

Ориентировка в явлениях психики - органичное звено подготовленности профессионала, условие его деловой культуры. Профессионалы различны по частным психологическим особенностям, но сходны по общей структуре психического склада. Знание особенностей психики (своей и других) ориентирует человека в деле самосовершенствования и построения профессионального жизненного пути.

В отечественной психологии выделяют следующие периоды *онтогенеза* психики человека:

- *младенческий* (от рождения до года);
- *преддошкольный* (2-3-года);
- *дошкольный* (примерно от 3 до 6 лет);
- *младший школьный* (6-10 лет);
- *подростковый* (11-16 лет);
- *первый период юности* (16-17 лет);
- *второй период юности* (18-22 года);
- *первый период зрелости* (22-35 лет);
- *второй период зрелости* (35-60 лет);
- *пожилой возраст* (60-75 лет);
- *старческий возраст* (75-90 лет);
- *долгожительство* (от 90 лет и более).

Поскольку жизнь человека должна быть ориентирована на труд, выделяются такие этапы его психического развития:

- *подготовка к труду и сознательному планированию;*
- *проектирование профессионального жизненного пути (выбор профессии);*
- *профессиональная подготовка ("Не учась и лаптя не сплетешь");*

- адаптация к профессиональной общности и работе после окончания специального учебного заведения;
- этап органичной включенности в профессиональное сообщество;
- обретение признания в качестве сначала своего, а затем мастера, авторитета, наставника профессиональной смены.

Можно привести ряд примеров возрастных различий психики:

- младенец тянет ручку к Луне (“Дай!”);
- младший школьник может спросить у бабушки, видела ли она Петра I;
- человек в пожилом возрасте может испытывать так называемый “шок отставки”, связанный с переживаниями подавленности, тревоги (хотя его никто и пальцем не трогает);
- в возрасте возможного расцвета сил (акме - вершина, цветущая сила) человек может переживать нормальные кризисы развития (нереализованности, опустошенности, бесперспективности и др.).

Таким образом, понятно насколько важна задача изучения психики человека на всем его жизненном пути.

В связи с этим сложилась система психологических наук - множество научных и практических дисциплин, предметной областью которых являются факты, закономерности, механизмы, теории психики человека и животных.

Например, различают такие психологические науки, как:

- детская, возрастная, педагогическая психология;
- психология развития;
- акмеология (изучение условий наивысших достижений человека в возрасте зрелости);
- психологическая геронтология (психология старения);
- социальная психология (изучает группы людей, общности, внутригрупповые и межгрупповые отношения, причинные обстоятельства психики, относящиеся к области жизни общества);
- этнопсихология (изучение особенностей психики этносов, наций);
- психология труда;
- инженерная психология;
- юридическая, экономическая, военная психология;
- сравнительная психология и зоопсихология;
- патопсихология (от греч. *pathos* “страдание”) - это область изучения болезненных нарушений, поломок психики;
- нейропсихология (изучение мозговых механизмов высших психических функций, особенностей их локализации в нервной системе);
- психофизиология (изучение причинных обстоятельств восприятия, движения, активности, относящихся к работе мозга);
- психология искусства;
- экономическая психология;
- экологическая психология (экопсихология), предмет которой - психическое здоровье человека в связи с психотравмирующими факторами среды;

- *общая психология;*
- *история психологии и др.*

3.3. Сущность человеческого сознания

Существенное отличие человека как вида от животного состоит в его способности:

- *рассуждать и мыслить абстрактно;*
- *размышлять о своем прошлом, критически оценивая его;*
- *и думать о будущем, разрабатывая и реализуя рассчитанные на него планы и программы.*

Все это вместе взятое связано со сферой человеческого сознания.

Сознание является высшим уровнем отражения человеком действительности, если психику рассматривать с материалистических позиций, и собственно человеческой формой психического начала бытия, если психику толкуют с идеалистических позиций.

Психологические характеристики сознания:

1. Рефлексивная способность, т.е. готовность сознания к познанию других психических явлений и самого себя.

2. Мысленное представление и воображение действительности (сознание почти всегда связано с волевым контролем со стороны человека его собственной психики и поведения). Сознание связано с речью и без нее в высших своих формах не существует.

3. Способность к коммуникации, т.е. передаче другим лицам того, что осознает данный человек, с помощью языка и других знаковых систем.

Представления о бессознательном как совокупности психических процессов, операций и состояний, не представленных в сознании субъекта в философии было впервые сформулировано в XVIII веке **Г.В.Лейбницем**. В XIX веке бессознательное становится предметом психологических исследований (**И.Ф.Герbart, Г.Т.Фехнер, В.Вундт**). Новый стимул для его изучения дали работы **З.Фрейда** в области психопатологии в конце XIX века.

К началу XX века сложилось представление о двух уровнях психического - сознательном и бессознательном.

В современной психологической науке выделяют различные состояния сознания, дифференцируемые как по характеру феноменальных переживаний, так и по совокупности поведенческих и психофизиологических показателей:

- бессознательное состояние - экстремальное состояние, при котором регистрируются лишь *психовегетативные реакции* (дыхание, рост, пищеварение); проявления познавательных и эмоциональных процессов отсутствуют;

- сон - состояние, которое предполагает переживание *сновидений*: от отдельных образов до их упорядоченных последовательностей; допускает подпороговое восприятие и частичное запоминание содержания сновидений;

- бодрствование - состояние осознания окружающего мира и себя, доступное самонаблюдению. Оно включает весь спектр психических проявлений - *восприятие, воспоминание, внимание, мышление, саморегуляцию*.

К особой группе относятся так называемые **измененные состояния сознания (ИСС)** - гипноз и состояния, возникающие под влиянием психоактивных веществ (алкоголя, наркотиков и др.).

3.4. Измененные состояния сознания (ИСС)

Измененные состояния сознания (ИСС) - это то, с чем каждый из нас сталкивается в своей жизни.

Одни ИСС кратковременны (рассеянность внимания, потеря ясности восприятия окружающего мира), другие ИСС (сон, ИСС под действием психоактивных веществ) более очевидны и заметно отличаются от привычного состояния человека.

Измененные состояния сознания (ИСС) - качественный сдвиг в характере психологического функционирования.

ИСС подразделяются на:

- спонтанно возникающие (при засыпании, перенапряжении, при родах);
- искусственно вызываемые (алкоголем, наркотиками);
- психотехнически обусловленные (выделяются аутогенная тренировка по Шульцу - возбуждающие психотехники, и успокаивающие - голотропная терапия по Грофу).

Почему психологии важно изучать ИСС?

Вся история психологии связана с ответом на вопрос: **что такое сознание?** Одним из путей изучения сознания является исследование его *состояний и их изменений*.

Рассмотрим *спонтанно возникающие ИСС на примерах сна и искусственно вызываемые ИСС на примере употребления психоактивных веществ*.

Сон. Сон и бодрствование являются противоположными состояниями сознания человека (во сне сознание молчит, а при бодрствовании оно активно), но имеют и много общего:

- 1) *когда спим, то думаем, так как видим сновидения, хотя тип мышления во сне отличен от типа мышления при бодрствовании;*
- 2) *запоминаем события во сне и можем их пересказать во время бодрствования. Некоторые сны помнятся всю жизнь;*
- 3) *сон не является абсолютным покоем. Мы двигаемся во сне, а некоторые люди даже ходят;*
- 4) *во сне не отключаются от внешней информации полностью и готовы к приему определенных сигналов (родители слышат плач маленького ребенка);*

5) **сон не уничтожает наших планов** (некоторые планируют время пробуждения и встают в строго назначенное время).

Сон - это не пассивность и бездеятельность, а иное состояние. Мозг продолжает активно функционировать. *Процессы при бодрствовании и сне различаются по типу мозговой активности.*

Во время сна мозг проходит через несколько различных фаз, которые повторяются через каждые 1,5 часа. Сон состоит из двух состояний сна - медленного и быстрого (отличаются по типам электрической активности мозга, вегетативным показателям (сердечные сокращения, дыхание), тонусу мышц, движениям глаз).

Медленный сон подразделяется на 4 стадии:

1. **Дремота** (стадия засыпания, могут возникать сноподобные галлюцинации);

2. **Поверхностный сон** - сознание отключается;

3-4. **Дельта-сон** (играет важную роль в процессе запоминания) - наиболее глубокий период сна (снижен мышечный тонус, отсутствует движение глаз, реже ритм дыхания, пульс, понижается температура тела на 0,5°C). Пробудить человека из дельта-сна очень трудно. Дельта-сон отмечается в первую половину ночи.

Быстрый сон - это последняя стадия в цикле сна. Она характеризуется ритмами, похожими на ритмы бодрствования. При пробуждении из этой фазы сна люди в 80-90% случаев сообщают о сновидениях.

Весь сон состоит из 4-5 циклов, которые начинаются с медленного сна и заканчиваются быстрым.

Недосыпание отрицательно влияет на:

- настроение;

- выполнение задач, требующих внимания, быстрой реакции, запоминания, принятия решения.

У молодых потребность сна - 8,5 часа, фактическая длительность сна - 7,2-7,4 часа. Сон продолжительностью 6,5 часов в течение длительного времени может подорвать здоровье.

Сокращение сна приходится на периоды хорошего самочувствия, увлеченности работой, отсутствия проблем. Потребность во сне увеличивается при возникновении проблем, снижении настроения и работоспособности.

Чем сильнее эмоциональные, психические, информационные нагрузки на мозг человека, тем дольше и глубже должен быть сон.

Таким образом, сон является измененным состоянием сознания, выполняющим адаптивную роль для обеспечения функций сознания. Сон расширяет возможности сознания, упорядочивает его содержание, обеспечивая необходимую защиту и реабилитацию.

Искусственно вызванные ИСС.

Люди давно использовали вещества, изменяющие состояния сознания: стимулирующие или релаксирующие (расслабляющие), приводящие ко сну или

отгоняющие сон, изменяющие восприятие или приводящие к галлюцинациям (Галлюцинации - нереальные, фантастические образы). Вещества, которые воздействуют на поведение, сознание и настроение, называются психоактивными или психотропными. Они включают не только вещества, которые мы называем наркотиками, транквилизаторами (успокаивающие, уменьшающие чувство тревоги, страха), стимуляторами, но и такие знакомые средства, как кофе, табак и алкоголь.

При отправлении религиозных обрядов часто применяются психоактивные вещества:

- галлюциногенные грибы, на употреблении которых основан весь шаманизм Евразии и обеих Америк (Шаманизм - ранняя форма религии: общение служителя культа (шамана) с духами во время камлания (ритуал, приводящий в экстатическое состояние, сопровождаемый пением и ударами в бубен);

- конопля, известная еще в Древнем Египте и затем вошедшая в священный обиход скифов;

- кока - священное растение инков;

- дурман и белена, используемые в колдовстве;

- табак в трубках мира;

- вино - "кровь Христова" - без которого немыслимо таинство причастия.

1) В Европе первая вспышка наркомании относится к 1840 году, когда в Англии были приняты меры борьбы с алкоголизмом. *Опиумные пилули* для рабочих, дешевые.

2) В Ирландии в это же время началась *эпидемия эфиромании*, что послужило открытию явления *общего наркоза*.

3) В США первая вспышка морфинизма была во время гражданской войны, когда морфий использовали для обезболивания при ранениях.

4) В 1970-х гг. волна эмиграции из Китая способствовала распространению опиума в США.

5) В 1920-х гг. во время сухого закона в США получило распространение курение марихуаны, позаимствованное у рабочих-латинос.

Как только в культуре наркотики стали предметом наживы, они стали эпидемией и трагедией современного общества.

Все пять названных веществ воздействуют на головной мозг человека. Так, действие кокаина сначала приводит к ощущению *эйфории*, чувству необыкновенной энергии, острым сенсорным впечатлениям, затем замещается *тревогой и депрессией* (подавленным состоянием).



Рис.4. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №3

Контрольные вопросы

1. Назовите условия успешного поведения личности.
2. Что такое рецептор? Какие бывают рецепторы?
3. Какие клетки составляют основу ЦНС? Каково их устройство?
4. Назовите периоды онтогенеза психики человека.?
5. В чем различие психики человека и животного?
6. Назовите какие психологические науки вам известны?
7. Назовите психологические характеристики сознания.
8. Что такое измененные состояния сознания?
9. Что такое сон? Что общего между сном и бодрствованием?
10. Назовите стадии сна. На что отрицательно влияет недосыпание ?

Рекомендуемая литература

6. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997, с.22 – 39.
7. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер, 2000, с.86-103. ил. (Серия «Учебник нового века»).

8. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.38-70. ил. (Серия «Учебник нового века»).
9. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000. - 93 с.
10. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56 с.

Тема № 4. ЧУВСТВЕННОЕ ПОЗНАНИЕ

4.1. Виды знаний. Непосредственное знание об объекте

Человек оперирует многими и разными знаниями. В принятии решения, регулировании поведения, построении профессионального жизненного пути, управлении действиями можно выделить два вида знаний:

- непосредственное, возникающее в ходе взаимодействия объектов с нашими органами чувств;
- опосредованное рассуждениями, речью (рассудочное, мысленное). (Пример - часовая стрелка часов: мы не воспринимаем ее движения, хотя говорим, что движение есть).

Итак, **чувственное познание** связано с *непосредственным* видом знаний.

Различают два основных вида *непосредственного* знания: сенсорные образы - отображение в голове человека разрозненных признаков объектов, доступных нашим органам чувств. (Такие признаки, как *производительность труда, сплоченность коллектива*, открываются не работой органов чувств, а усилиями мысли); перцептивные образы (образы восприятия) - отражение в сознании целостных предметов, явлений, доступных органам чувств.

Границы между сенсорными и перцептивными образами зависят не только от объекта, но и от человека (субъекта познания).

Рассмотрим пример с «яблоком»: для *обычного потребителя* - это простые свойства (цвет, аромат, твердость, вкус);

для *профессионала (товароведа, дегустатора)*: *вкус и аромат* - не только простые свойства, но и выражающие сложное предметное целое с многими признаками, например:

- *большой или меньшей однородностью;*
- *гармоничностью вкуса;*
- *наличие пресных, горьковатых, кислых, кисло-сладких и других привкусов;*
- *цвет яблока для профессионала* - это не просто цвет, а сочетание основной и покровной окраски (особенности румянца) с их тонкими и разнообразными оттенками;

- *твердость-мягкость (консистенция) мякоти яблока* - это десяток характеристик: от плотной до мучнистой и тающей.

Непосредственное знание не возникает автоматически под действием внешних предметов, явлений, раздражителей. Этим познанием *надо управлять*, а для этого полезно изучать его *психологические закономерности*.

Сенсорные образы, знания часто называют ощущениями, а *перцептивные - восприятиями*. Поскольку психика есть процесс, часто говорят о так называемых *познавательных процессах*, в частности, *ощущениях и восприятиях*.

Ощущение - *первый и важнейший источник нашего знания о мире, в том числе, конечно, и любого профессионального знания*.

Если не “*вложить*” в голову человека нужные впечатления, образы, непосредственные знания, если он не приобретет их в процессе своей самостоятельной работы, активности, то не появятся ни простые, ни сложные, ни чувственные, ни рациональные знания (тема нашей следующей лекции, от лат. ratio “разум”).

Рассмотрим примеры *ощущений* :

- мастер взял в руки проволоку и определил, что это за металл (олово, цинк, алюминий или сталь), а для новичка и олово, и цинк могут быть неразличимы;

- оценка на слух тонкостей работы двигателей внутреннего сгорания;

- оценка вкусовых качеств пищевых продуктов кулинаром;

- оценка выразительности гаммы цветов картины, оркестрового звучания и т.д.

Минимальные величины воздействий на органы чувств, вызывающие едва заметные ощущения (т.е. знание об этих воздействиях или их различиях), называются сенсорными порогами.

Если воздействие на орган чувств слабее некоторой (так называемой *пороговой*) величины для данного человека, то у него нет ощущения, нет знания, хотя воздействие физически (на самом деле) и есть.

Измерения сенсорных порогов дают возможность узнать о чувствительности “приёмников” нашего организма (органов чувств, связанных с нервными центрами). Чувствительность поддается тренировке.

Мы рассмотрели познавательные процессы (ощущение и восприятие) как *первые* источники знаний. К ним относятся и такие органы чувств, как *зрение* и *слух*, которым отводится первостепенная роль в некоторых гуманитарных, общетехнических дисциплинах, в преподавании общих вопросов специальной технологии.

В практическом обучении многим специальностям большое место отведено ощущениям и восприятиям не только зрительным и слуховым, но и многим другим.

Например, обоняние (нюх) дает информацию *химику, кулинару, дегустатору, парфюмеру*;

- *столяр* по запаху (наряду со зрительным, слуховым, кожно-кинестетическим сигналами) судит о виде, сорте, качестве, состоянии древесины;

- *электромонтер* по запаху - о состоянии оборудования (улавливает “запах ионизации”, запах нагретой или горелой изоляции электропроводов);

- в специальностях, связанных с *работой ручными инструментами* (регулировка, наладка, сборка технологического оборудования, работа с точной измерительной техникой и др.) важную роль играют *кинестетические (мышечно-двигательные) и кожные* ощущения и восприятия.

Из сказанного следует, что так называемый *принцип наглядности* при усвоении человеком опыта и знаний должен пониматься не как собственно принцип “*глядения*”, а как *принцип сенсорно-перцептивных опор в учебном познании*.

4.2. Внимание. Свойства, виды и теории внимания

(см. А.В.Агафонов. Психология и педагогика: Тексты лекций :- МГТУ ГА,2000. с.17-21.

Внимание - один из познавательных процессов человека, в ходе которого сознательно или бессознательно (полусознательно) происходит отбор одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

Внимание человека обладает *пятью свойствами*: *устойчивостью, переключаемостью, сосредоточенностью, распределением внимания, объемом внимания*.

Устойчивость внимания (способность длительное время сохранять состояние внимания на каком-либо объекте).

Сосредоточенность внимания (проявляется в различиях, которые имеются в степени концентрированности внимания на одних объектах и его отвлечении от других, например, *сосредоточить внимание на чтении интересной книги, на занятии каким-либо интересным делом и не замечать ничего, что происходит вокруг*). При этом его внимание может быть сконцентрировано на определенной части читаемого текста (предложения, слова), а также более или менее распределено по всему тексту. Сосредоточенность внимания называют *концентрацией*, и эти понятия рассматриваются как синонимы. Качество противоположное сосредоточенности внимания - *рассеянность*.

Переключаемость внимания - это его перевод с одного объекта на другой, с одного вида деятельности на иной, причем такой перевод может быть как *непроизвольным* (невольный перевод своего внимания на что-либо такое, что вас случайно заинтересовало), так и *произвольным* (сознательно, усилием воли заставляя себя сосредоточиться на каком-нибудь, даже не очень интересном самом по себе, объекте).

Распределение внимания - это способность рассредоточить внимание на значительном пространстве, параллельно выполнять несколько видов деятельности или совершать несколько различных действий. Это не означает, что разные виды деятельности в буквальном смысле слова выполняются параллельно. Такое впечатление создается за счет способности человека быстро переключаться с одного вида деятельности на другой, успевая возвращаться к продолжению прерванного до того, как наступит забывание.

Известно, что Наполеон мог одновременно диктовать своим секретарям семь ответственных дипломатических документов. Но и каждый из нас в состоянии выполнять «одновременно» две-три работы: читать-кушать, читать-кушать-слушать и т.д. (читая или слушая, мимо рта мало кто пронесет ложку).

Объем внимания - это такая его характеристика, которая определяется количеством информации, способной одновременно сохраняться в сфере повышенного внимания (сознания) человека. Численная характеристика среднего объема внимания людей - 5-7 единиц информации. (*Человеку на очень короткое время предъявляется большое количество информации. То, что он за это время успевает заметить, и характеризует его объем внимания*). Объем внимания определяется прибором *тахистоскопом*.

К основным видам внимания относятся: *природное* – дано человеку от рождения; *социально обусловленное* - результат обучения и воспитания; *непосредственное* - управляется непосредственно объектом внимания; *опосредованное* - регулируется с помощью жестов, слов, указательных знаков; *непроизвольное* - не связано с участием воли и не требует усилий; *произвольное* - включает волевую регуляцию; *чувственное* - связано с эмоциями и избирательной работой органов чувств; *интеллектуальное* – связано с сосредоточенностью и направленностью мысли.

Одну из наиболее известных *психологических теорий внимания* предложил Т.А.Рибо. Он считал, что внимание, независимо от того, является оно ослабленным или усиленным, всегда связано с *эмоциями* и вызывается ими. Между эмоциями и произвольным вниманием Т.А.Рибо усматривал особенно тесную зависимость. Он полагал, что интенсивность и продолжительность такого внимания непосредственно обусловлены интенсивностью и продолжительностью эмоциональных состояний. Непроизвольное внимание также всецело зависит от аффективных состояний.

Имеется еще одна теория, которая связывает внимание с понятием установки. *Теория установки* предложена Д.Н.Узнадзе. Так, если человеку дать в руки два одинаковых по объему, но разных по весу шара, то затем он будет по-разному оценивать вес других, одинаковых шаров. Тот из них, который окажется в руке, где раньше находился более легкий шар, на этот раз покажется более тяжелым, и наоборот, хотя два новых шара будут одинаковыми. Говорят, что у человека, обнаруживающего такую иллюзию, сформировалась определенная установка на восприятие веса предметов. *Установка*, по мнению Д.Н.Узнадзе,

напрямую связана с *вниманием*. Внутренне она и выражает собой состояние внимания человека.

Теоретическую концепцию внимания предложил П.Я.Гальперин. Основные положения этой концепции сводятся к следующему:

- **Внимание** является одним из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности. Оно *представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент времени в психике человека.*

- По своей функции *внимание* представляет собой *контроль* за этим содержанием. В каждом действии человека есть *ориентировочная, исполнительная и контрольная части*. Эта последняя и представляется вниманием как таковым.

- В отличие от других действий, которые производят определенный продукт, *деятельность контроля, или внимания, не имеет отдельного особенного результата.*

- *Внимание* как самостоятельный, конкретный акт выделяется лишь тогда, когда действие становится не только умственным, но и сокращенным. Не всякий контроль следует рассматривать как внимание. *Контроль лишь оценивает действие, в то время как внимание способствует его улучшению.*

- Во внимании *контроль* осуществляется при помощи *критерия, меры, образца*, что создает возможность сравнения результатов действия и его уточнения.

- *Произвольное внимание* есть планомерно осуществляемое внимание, т.е. форма контроля, *выполняемого по заранее составленному плану, образцу.*

- Для того, чтобы сформировать новый прием произвольного внимания, мы должны наряду с основной деятельностью *предложить человеку задание проверить ее ход и результаты, разработать и реализовать соответствующий план.*

- Все известные *акты внимания*, выполняющие функцию *контроля*, как произвольного, так и произвольного, являются результатом формирования *новых умственных действий*. [Гальперин П.Я. К проблеме внимания. // Хрестоматия по вниманию. - М., 1976].

Внимание в жизни и деятельности человека выполняет много различных функций:

- *активизирует нужные и тормозит ненужные* в данный момент психологические и физиологические *процессы*;

- *способствует* организованному и целенаправленному *отбору* поступающей в организм *информации* в соответствии с его актуальными потребностями;

- *обеспечивает* избирательную и длительную *сосредоточенность* психической активности *на одном и том же объекте или виде деятельности*;

- с вниманием связаны *направленность и избирательность познавательных процессов* (что в данный момент времени представляется наиболее важным для организма, для реализации интересов личности);

- вниманием определяется *точность и детализация восприятия, прочность и избирательность памяти, направленность и продуктивность мыслительной деятельности*, т.е. функционирование всей познавательной активности;

- для *перцептивных процессов* (восприятия) внимание является усилителем, позволяющим различать детали изображений;

- для *человеческой памяти* внимание выступает как фактор, способный удерживать нужную информацию в кратковременной и оперативной памяти, как обязательное условие перевода запоминаемого материала в долговременную память;

- для *мышления* внимание выступает как обязательный фактор правильного понимания и решения задачи;

- в *системе межчеловеческих отношений* внимание способствует лучшему взаимопониманию, адаптации людей друг к другу, предупреждению и своевременному разрешению межличностных конфликтов. (О внимательном человеке говорят как о приятном собеседнике, тактичном и деликатном партнере по общению. Внимательный человек лучше и успешнее обучается, большего достигает в жизни, чем недостаточно внимательный).

Развитию внимательности в процессе обучения способствуют: *установка на внимательность; периодический контроль обсуждаемых на занятии вопросов; использование активных методов обучения, которые побуждают студентов к мыслительной активности, внимательности; перегрузка большим количеством впечатлений ведет к рассеянности; разбросанность интересов (участие в нескольких кружках, чтение нескольких книг, увлечение разными видами спорта, коллекционирование, а в результате и ничем серьезно не занимается); определенный режим в занятиях, развлечениях и отдыхе;- случайность преподавания - не будит мысль, не затрагивает чувств.*

Часто задают вопросы: «В чем причина слабой памяти?», «Почему плохо запоминается учебный материал?». Многолетние практические занятия со студентами по составлению индивидуально-психологической характеристики личности в ходе выполнения тестов по основным темам предмета, в том числе и тестов на память, показывают, что у подавляющего большинства студентов хорошая и отличная зрительная, образная память. А это говорит о том, что ее надо максимально использовать в ходе как лекционных, так и практических занятий, самостоятельной работы с учебным материалом (т.е. постоянно использовать карандаш, работать с таблицами, рисунками), создавая зрительный образ. Только созданные зрительный образ или смысл прочитанного (услышанного) запо-

минаются в долговременной памяти человека. Но для создания образа или смысла надо проявить внимание; быть внимательным – одно из главных условий в развитии памяти. А так как внимание, как психический процесс, имеет колебательную структуру с периодом колебания от 2-12 сек., то в лучшем положении те, у которых развиты такие свойства внимания как устойчивость, переключаемость, сосредоточенность и распределение внимания. Но все эти указанные свойства тренируемы с помощью тестов на развитие внимания (тест Шульте, тест Горбова).

4.3. Ощущение и восприятие. Виды и свойства

(см. А.В.Агафонов. Психология и педагогика: Тексты лекций :- МГТУ ГА,2000, с. 22-26).

Ощущение и восприятие тесно связаны между собой, являясь чувственным отображением объективной реальности. Но *восприятие* - это осознание чувственного данного предмета или явления в целом, а *ощущение* - это отражение отдельного чувственного качества предмета или явления. Ощущения и восприятия едины и различны. Например, если задать вопрос: «Горячая или холодная вода в чайнике?», то вы *прикоснувшись* к чайнику рукой отвечаете на поставленный вопрос. А если ставится аналогичный вопрос и вы видите, что из горлышка чайника подымается пар, то сразу отвечаете, не прикасаясь к чайнику рукой, что в нем вода горячая. Итак, первый ответ характеризует психический процесс *ощущения*, второй – *восприятия*.

Ощущения - *начальный источник всех наших знаний о мире*. Предметы и явления действительности, воздействующие на наши органы чувств, называются *раздражителями*, а воздействие раздражителей на органы чувств - *раздражением*, которое вызывает в нервной ткани возбуждение. Ощущение возникает как реакция нервной системы на тот или иной раздражитель и имеет рефлекторный характер. Способность к ощущениям имеется у всех живых существ, обладающих нервной системой. Осознаваемые ощущения есть только у живых существ, имеющих головной мозг и кору головного мозга (*человек утрачивает состояние сознания и вместе с ним способность иметь ощущения, например, во время сна, при наркозе, при болезненных нарушениях сознания*).

Физиологическим механизмом ощущений является деятельность специальных нервных аппаратов, называемых *анализаторами*.

Органы чувств (анализаторы) человека с рождения приспособлены для восприятия и переработки разнообразных видов энергии в форме стимулов-раздражителей (*физических, химических, механических и других воздействий*).

Различают пять основных видов ощущений: обоняние, вкус, осязание, зрение и слух.

Обоняние - вид чувствительности, порождающий специфические ощущения запаха. Это одно из наиболее древних, простых, но жизненно важных ощущений. Анатомический орган обоняния расположен у большинства живых существ в наиболее выгодном месте - впереди, в выдающейся части тела. Путь от рецепторов обоняния до тех мозговых структур, где принимаются и перерабатываются получаемые от них импульсы, наиболее короткий. Нервные волокна, отходящие от обонятельных рецепторов, без промежуточных переключений попадают в головной мозг.

Вкус - имеет четыре модальности: *сладкое, солёное, кислое и горькое*. Все остальные ощущения вкуса представляют собой разнообразные сочетания этих четырёх основных.

Осязание (кожная чувствительность) - это наиболее широко представленный и распространённый вид чувствительности. Ощущение, возникающее при прикосновении какого-либо предмета к поверхности кожи, не представляет собой элементарного осязательного ощущения. Оно есть результат сложного комбинирования четырёх других, более простых видов ощущений: *давления, боли, тепла и холода*, и для каждого из них существует специфический вид рецепторов, неравномерно расположенных в различных участках кожной поверхности.

Зрительная система человека отражает электромагнитные волны в диапазоне от 380 до 780 миллиардных долей метра, т.е. весьма ограниченную часть электромагнитного спектра. Волны различной длины, находящиеся внутри этого диапазона, порождают ощущения различного цвета.

Ухо человека реагирует на механические воздействия, связанные с изменениями атмосферного давления. Колебания давления воздуха, следующие с определённой частотой и характеризующиеся периодическими появлениями областей высокого и низкого давления, воспринимаются нами как звуки определённой высоты и громкости. *Существует специальная физическая единица, посредством которой оценивается частота колебаний воздуха в секунду - герц (Гц), численно равная одному колебанию, совершаемому за секунду.*

Чем больше частота колебаний давления воздуха, тем выше воспринимаемый нами звук. Человек обладает способностью слышать звуки, при которых частота колебаний давления воздуха находится в пределах диапазона от 20 до 20 000 Гц. Так, фортепиано порождает звуки с частотой в диапазоне от 27 до 4200 Гц.

Для оценки субъективной громкости воспринимаемого звука также предложена специальная шкала, единицей которой является децибел (дБ). *(Так, шёпот человека, слышимый на расстоянии полутора-двух метров от говорящего, - 16-18 дБ; шум мотора среднего по величине автомобиля - 75 дБ; шум электропоезда метро на расстоянии 3 м от края платформы - 95 дБ; шум реактивного самолёта - 115 дБ; верхний предел воспринимаемых человеком звуков, за которым слуховые ощущения превращаются в болевые, - более 120 дБ).*

Надо помнить, что длительные и сильные воздействия физических стимулов на наши органы чувств способны вызывать определённые нарушения в их функционировании. Так, глаз, подвергаемый воздействию сильного света в течение длительного времени, слепнет; при воздействии на орган слуха длительных и сильных звуков, амплитуда колебаний которых превышает 90 дБ, может наступить временная потеря слуха.

Различные виды ощущений характеризуются не только специфичностью, но и общими для них свойствами. К таким свойствам относятся: *качество, интенсивность, длительность (продолжительность) и пространственная локализация.*

Качество - это основная особенность данного ощущения, отличающая его от других видов ощущений и варьирующая в пределах данного вида ощущений.

Интенсивность ощущения является его количественной характеристикой и определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора.

Длительность ощущения есть его временная характеристика. Она также определяется функциональным состоянием органа чувств, но главным образом временем действия раздражителя и его интенсивностью. При воздействии раздражителя на орган чувств ощущение возникает не сразу, а спустя некоторое время - латентный (скрытый) период ощущения. (Так, для тактильных ощущений (прикосновение) он составляет 130 мс, для болевых - 370, а для вкусовых - всего 50 мс). Ощущение не возникает одновременно с началом действия раздражителя, оно и не исчезает одновременно с прекращением его действия. Это так называемое *последствие*. Зрительное ощущение исчезает не сразу после прекращения действия раздражителя. След от раздражителя остаётся в виде последовательного образа. Различают *положительные образы* (соответствующие по светлоте и цветности первоначальному раздражению) и *отрицательные образы* (противоположные по светлоте и цветности).

Для ощущений характерна пространственная локализация раздражителя. Анализ, осуществляемый пространственными рецепторами, даёт нам сведения о локализации раздражителя в пространстве.

Как показывают исследования, чувствительность наших органов чувств может меняться в очень больших пределах. Так, в темноте наше зрение обостряется, а при сильном освещении его чувствительность снижается. Особенно это проявляется, когда переходишь из тёмной комнаты на свет, или из ярко освещённого помещения в темноту. В первом случае глаза человека начинают испытывать резь, человек временно "слепнет", требуется некоторое время, чтобы глаза приспособились к яркому освещению.

Во втором случае имеет место обратное явление. Человек, который перешёл из ярко освещённого помещения или открытого места с солнечным светом

в тёмную комнату, сначала ничего не видит, и ему необходимо 20÷30 минут, чтобы он стал достаточно хорошо ориентироваться в темноте.

Описанные изменения чувствительности, зависящие от условий среды и носящие название *адаптации* органов чувств к окружающим условиям, существуют и в слуховой сфере, и в сфере обоняния, осязания, вкуса. (Так, для того, чтобы зрение в тёмной комнате приобрело нужную чувствительность, должно пройти около 30 мин. Слух человека адаптируется к окружающему фону уже через 15с. Слабое прикосновение к коже перестаёт восприниматься уже через несколько секунд).

Таким образом, адаптация является одним из важнейших видов изменения чувствительности, указывающих на большую пластичность организма в его приспособлении к условиям среды.

Восприятие (или отражение) целых предметов или ситуаций гораздо сложнее. Оно требует выделения из всего комплекса воздействующих признаков (*цвет, форма, осязательные свойства, вес, вкус и т.п.*) основных ведущих признаков с одновременным отвлечением от несущественных. Оно требует объединения группы основных существенных признаков и сопоставления принятого комплекса признаков с прежними знаниями о предмете. Если при таком сопоставлении гипотеза о предлагаемом предмете совпадает с поступающей информацией, возникает узнавание предмета и происходит его восприятие. Если гипотеза не согласуется с реально доходящей до субъекта информацией, поиски нужного решения продолжаются до тех пор, пока субъект не найдёт его, т.е. пока он не узнает предмет или не отнесёт его к определённой категории.

Таким образом, *восприятие* - это наглядно-образное отражение действующих в данный момент на органы чувств предметов и явлений действительности в совокупности их различных свойств и частей.

К сложным формам восприятия следует отнести восприятие пространства, времени, движения.

В основе восприятия трёхмерного пространства лежит функция специального вестибулярного аппарата, расположенного во внутреннем ухе. Этот аппарат имеет характер трёх изогнутых полукружных трубок, расположенных в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях, заполненных жидкостью. Когда человек меняет положение головы, жидкость, заполняющая каналы, меняет своё положение, раздражая волосковые клетки, и их возбуждение вызывает изменения в ощущении устойчивости тела (статические ощущения). Этот аппарат, реагирующий на отражение трёх основных плоскостей пространства, является его специфическим рецептором.

Наиболее элементарными формами восприятия времени являются процессы восприятия длительности, последовательности, в основе которых лежат элементарные ритмические явления, известные под названием "*биологических часов*" (ритмические процессы в нейронах коры и подкорковых образований). Смена процессов возбуждения и торможения при длительной нервной деятель-

ности воспринимается как волнообразно чередующиеся усиления и ослабления звука при длительном вслушивании (биение сердца, ритм дыхания, ритмика смены сна и бодрствования, появление голода и т.п.).

Восприятие движения - очень сложный вопрос, природа которого ещё не вполне выяснена. Если предмет объективно движется в пространстве, то мы воспринимаем его движение вследствие того, что он выходит из области наилучшего видения и этим заставляет нас передвигать глаза или голову, чтобы вновь фиксировать на нём взгляд. Смещение же точки по отношению к положению нашего тела указывает нам на её передвижение в объективном пространстве. Восприятие движения в глубину пространства, которое экспериментально ещё почти не исследовалось, возникает вследствие смещения соответствующих точек на сетчатке глаза влево и вправо. Таким образом, некоторую роль в восприятии движения играет движение глаз, следящих за движущимся предметом. Но иногда восприятие может выступать и как относительно самостоятельная деятельность (наблюдение).

Свойствами восприятия являются *предметность, константность, целостность (структурность), осмысленность, апперцепция.*

Предметность восприятия выражается в так называемом акте *объективации*, т.е. в отнесении сведений, получаемых из внешнего мира, к этому миру. Предметность в практической деятельности выполняет ориентирующую и регулирующую функцию. Обычно мы определяем предметы не по их виду, а в соответствии с их практическим назначением или их основным свойством.

Константностью восприятия называется относительное постоянство некоторых свойств предмета при изменении его условий. В наибольшей степени константность наблюдается при зрительном восприятии цвета, величины и формы предметов (кусочек угля в летний солнечный полдень посылает примерно в 8-9 раз большее количество света, чем мел в сумерки; размеры человека с расстояния 3, 5 и 10 м отражаются сетчаткой глаза одинаково, хотя изображение на ней меняется).

Восприятие у человека теснейшим образом связано с *мышлением*. Сознательно воспринять предмет - значит мысленно назвать его, т.е. отнести к определённой группе, классу, обобщить его в слово. При виде незнакомого предмета мы пытаемся установить в нём сходство со знакомыми.

Восприятие зависит не только от раздражения, но и от самого субъекта. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, от особенностей его личности, называется *апперцепция*.

4.4. Память. Типы, виды и процессы памяти

(см. А.В.Агафонов. Психология и педагогика: Тексты лекций :- МГТУ ГА,2000. с.26-31).

Память - сложный психический процесс, состоящий из нескольких частных процессов, связанных друг с другом (запечатление, сохранение, узнавание и воспроизведение).

Типы памяти:

1) "*Непосредственный отпечаток*" сенсорной информации (длительность сохранения - 0,1-0,5 с). Примеры:

а) похлопывание 4 пальцами по своей руке (сначала сохраняется реальное ощущение похлопывания, а затем - лишь воспоминание);

б) закройте глаза, затем откройте на мгновение и снова закройте (картина сохраняется некоторое время, а затем медленно исчезает);

в) карандаш или палец поведите влево, а затем вправо перед глазами, глядя прямо перед собой (появляется расплывчатый образ, следующий за движущимся предметом).

2) *Кратковременная память* - представляет собой не полное отображение событий, а непосредственную интерпретацию этих событий. (Пример: *при вас произнесли какую-то фразу, вы запомните не звуки, её составляющие, а 5-6 последних слов, и их можно удерживать в кратковременной памяти на неопределённо долгое время, повторяя вновь и вновь материал*).

3) *Долговременная память*. Наиболее важная и наиболее сложная из систем памяти. Если ёмкость первой очень ограничена (несколько десятых секунд), второй - несколько (5-6) единиц хранения, то ёмкость долговременной безгранична. Всё, что удерживается на протяжении более чем нескольких минут, должно находиться в системе долговременной памяти. Главная трудность в долговременной памяти - это проблема поиска информации. И хотя мозг человека состоит из 10 млрд. нейронов и каждый способен удерживать существенное количество информации, можно считать, что практически память человеческого мозга неограниченна.

Рассмотрим различные виды памяти:

- *по характеру психической активности*, преобладающей в деятельности, память делят на *двигательную, эмоциональную, образную и словесно-логическую*;

- *по характеру целей деятельности* - на *непроизвольную и произвольную*;

- *по продолжительности закрепления и сохранения материалов* (в связи с его ролью и местом в деятельности) - на *кратковременную, долговременную и оперативную*.

Двигательная память (ловкость человека, сноровка в труде, "золотые руки") - это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем. Этот вид памяти имеет огромное значение для формирования различных практических и трудовых навыков, навыков ходьбы, письма и т.д.

Эмоциональная память - память на чувства. Способность сочувствовать другому человеку, сопереживать герою книги основана на эмоциональной па-

мноты. Пережитые и сохранённые в памяти чувства выступают в виде сигналов либо побуждающих к действию, либо удерживающих от действий, вызвавших в прошлом отрицательные переживания.

Образная память - память на представления, картины природы и жизни, а также на звуки, запахи и вкусы. Она бывает зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной, вкусовой. Зрительная и слуховая память развита почти у всех людей, а осязательная, обонятельная и вкусовая - это профессиональные виды памяти (например, у дегустаторов, слепых, глухих).

Словесно-логическая память - память на мысли. Но мысли не существуют без языка, поэтому память на них и называется словесно-логической, а не просто логической. Словесно-логическая память - основная в усвоении знаний учащимися в процессе обучения.

В зависимости от целей деятельности память делят на *непроизвольную* и *произвольную*. Запоминание и воспроизведение, в котором отсутствует специальная цель что-то запомнить или припомнить, называется *непроизвольной памятью*; в случаях, когда это целенаправленный процесс, говорят о *произвольной памяти*. В последнем случае процессы запоминания и воспроизведения выступают как специальные мнемические действия. В нашей жизни огромное место занимает непроизвольная память, на основе которой формируется часть нашего жизненного опыта. Но в деятельности человека нередко возникает задача руководить своей памятью, т.е. преднамеренно заучить или применить что-то (*произвольная память*).

Особый интерес вызывают процессы, происходящие в начальной стадии запоминания, когда запоминаемый материал должен быть соответствующим образом переработан, на что требуется время (этот материал на какое-то мгновение мы как бы продолжаем видеть, слышать и т.д.). Эти процессы неустойчивы и обратимы, специфичны, и их роль в функционировании механизмов накопления опыта столь значительна, что их рассматривают в качестве особого вида запоминания, сохранения и воспроизведения информации, который получил название *кратковременной памяти*. В отличие от *долговременной памяти* (длительное сохранение материала после многократного его повторения и воспроизведения) кратковременная память имеет очень краткое сохранение.

Когда любой из нас выполняет какие-либо арифметические действия, то выполняем их по частям (*сначала в скобках, затем умножение, деление, затем сложение и вычитание*), при этом некоторые промежуточные результаты удерживаем "в уме" на время, а, получив окончательный результат вычислений, промежуточный результат можем и забыть, т.е. исключаем его из так называемой *оперативной памяти*.

4.5. Процессы памяти

К ним относятся:

запоминание, мнемическая деятельность, механическое и осмысленное запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение, забывание.

Первоначальная форма запоминания - это непреднамеренное или непроизвольное запоминание, т.е. запоминание без заранее поставленной цели, без использования каких-либо приёмов. *Непроизвольно* запоминается многое из того, с чем человек встречается в жизни, но лучше всего запоминается то, что связано с его интересами и потребностями, с целями и задачами его деятельности. *Произвольное* (преднамеренное) запоминание представляет собой особую и сложную умственную деятельность, подчинённую задаче запомнить и включающую в себя разнообразные действия для лучшего запоминания (в процессе обучения преднамеренное запоминание принимает форму заучивания, т.е. многократного повторения учебного материала до полного и безошибочного его запоминания (стихи, законы, формулы, даты и т.д.)). *Исследования П.И.Зинченко и А.А.Смирнова подтвердили, что непроизвольное запоминание может быть продуктивнее, чем намеренное, т.е. запоминание, включённое в какую-нибудь деятельность, оказывается наиболее эффективным, вскрывает характер зависимости запоминания от деятельности, в ходе которой оно совершается.*

И всё же необходимо учитывать, что подавляющее большинство наших систематических знаний возникает в результате специальной деятельности, цель которой - запомнить соответствующий материал с тем, чтобы сохранить его в памяти. Такая деятельность, направленная на *запоминание и воспроизведение* удержанного материала, называется мнемической деятельностью, которая всегда носит избирательный характер.

После выполнения задачи запоминания материала необходимо его сохранить. Мозг человека хранит то, что запомнил и хранит более или менее длительное время. Сохранение может быть *динамическим* (в оперативной памяти) и *статическим* (в долговременной памяти). При динамическом сохранении материал изменяется мало, при статическом, наоборот, он подвергается переработке с приходом вновь поступающей информации.

О том, что информация сохранена в памяти, судят по двум процессам памяти – узнавание и воспроизведение. *Узнавание* какого-либо объекта происходит в момент его восприятия. Увидев движущуюся точку в небе, человек считает, что "это птица или самолёт", т.е. относит восприятие к одной из категорий (птица - летающие машины).

Воспроизведение отличается от восприятия тем, что оно осуществляется после него, вне его. Воспроизведение может проходить в виде последовательного припоминания, это - активный волевой процесс. Припоминанию помогают вопросы.

Запомнив и сохранив в памяти материал, тем не менее он забывается со временем. Забывание выражается в *невозможности вспомнить или в ошибочном узнавании и воспроизведении*.

Наибольшая потеря материала происходит сразу же после его восприятия, а в дальнейшем забывание идёт медленно. Так, опыты Г.Эббингауза показали, что через час после заучивания 13 бессмысленных слогов забывание достигает 56%, в дальнейшем оно идёт медленнее.

Интересная закономерность подтверждена данными М.Н.Шардакова. *Без повторения* в первый день сохранилось в памяти 74%; через 3-4 дня - 66%; через 1 месяц - 58%; через 6 месяцев - 38%. *При повторении* в первый день удержалось в памяти 88%; через 3-4 дня - 84%; через 1 месяц - 70%; через 6 месяцев - 60%. Таким образом, при своевременной организации повторения материал удерживается в памяти значительно лучше.

Забывание протекает быстрее, если материал *недостаточно понят* человеком, если материал *неинтересен человеку, не связан непосредственно с его практическими потребностями* (взрослые лучше помнят то, что относится к их профессии, что связано с их жизненными интересами; школьники хорошо помнят материал, который их увлекает, и быстро забывают то, что их не интересует, поэтому важно у детей воспитывать познавательные интересы).

Скорость забывания прямо зависит от *объема материала и степени трудности его усвоения*. Забывание выражено заметнее, если деятельность следует без перерыва, если последующая деятельность сходна с предыдущей и если последующая деятельность труднее деятельности заучивания. То есть, трудная деятельность затормозила более легкую. Это необходимо учитывать при организации учебной работы: соблюдать перерывы в занятиях, чередовать учебные предметы так, чтобы между ними были значительные отличия (предметы трудные для усвоения ставить раньше, чем легкие).

Одна из основных задач психологии - измерить доступный человеку *объём памяти, быстроту*, с которой он может запомнить материал, и *время*, в течение которого он может удерживать этот материал.

Немецким психологом *Г.Эббингаузом* была разрешена задача измерения объёма памяти. Испытуемому предлагалось запомнить 10-12 бессмысленных слогов и отмечалось количество удержанных в памяти. Эббингауз принял это число за объём "чистой" памяти. Оказалось, что после первого чтения человек в среднем запоминает 5-7 отдельных элементов (люди с плохой памятью удерживают 4-5 элементов, с хорошей - 7-8).

Рассмотрим, *какие же условия необходимы для прочного запоминания*.

Успех запоминания зависит от того, в какой степени материал *осмысливается* человеком. При *механическом запоминании* слова, предметы, события, движения запоминаются точно в таком порядке, в каком они воспринимались, без каких-либо преобразований. *Осмысленное запоминание* основано на понимании внутренних логических связей между частями материала. Доказано, что оно *во много раз продуктивнее механического*, которое неэкономно, требует многих повторений, механически заученный материал трудно припомнить к месту и ко времени.

Как же добиться осмысленного запоминания, при каких условиях?

Прежде всего - это *выделение главных мыслей в изучаемом материале*, затем их *группирование* в виде плана (обобщённый заголовок определённой части текста). Переход от одной части к следующим частям - это логическая последовательность основных мыслей текста. При воспроизведении текста материал концентрируется вокруг заголовков плана, стягивается к ним, что облегчает его припоминание. Необходимость составить план приучает человека к вдумчивому чтению, сопоставлению отдельных частей текста, уточнению порядка и внутренней взаимосвязи вопросов.

- Полезным приёмом осмысления материала является *сравнение (нахождение сходства и различия между предметами, явлениями, событиями и др.)*.
- Осмыслению материала помогает его *конкретизация*, пояснение общих положений, правил *примерами*, решение задач в соответствии с правилами, проведение наблюдений, лабораторных работ и т.п.
- Прочность запоминания во многом зависит от *повторения*. Повторение - важнейшее условие овладения знаниями, умениями и навыками. Требования к повторению: должно быть активным и разнообразным (придумать примеры, ответить на вопросы, начертить схему, составить таблицу, изготовить наглядное пособие и т.д.). В психологии известны *два способа повторения: концентрированное и распределённое*. При первом способе материал заучивается в один приём, при втором - повторения отделены друг от друга промежутками времени. Второй способ экономит время и энергию, способствует более прочному усвоению знаний.

Распределённое повторение обеспечивает и большую прочность знаний. Поэтому опытные учителя повторяют учебный материал в течение целого года. Повторения особенно полезны в первые часы и дни после ознакомления с учебным материалом.

Рассмотрим, какие *способы заучивания* применяются в зависимости от характера материала. Психологии известны три способа заучивания: *целостный* (материал читается от начала до конца несколько раз, до полного усвоения), *частичный* (материал делится на части и каждая часть заучивается отдельно), *комбинированный* (сочетание целостного и частичного: материал прочитывается целиком, выделяются трудные места и заучиваются отдельно, после чего снова весь текст читается целиком). Наиболее целесообразным является комбинированный. Он обеспечивает равномерное запоминание всех частей материала, требует глубокого осмысления, умения выделить главное.

Итак, при заучивании связного текста лучше пользоваться комбинированным способом, частичный лучше применять при заучивании иностранных слов, географических названий. Небольшой по объёму и лёгкий текст можно заучивать целиком.

Успех запоминания обеспечивается также *самоконтролем*. При заучивании важно воспроизводить материал на всех этапах усвоения. Это помогает ус-

тановить, что мы запомнили, какие ошибки допустили при воспроизведении и на что следует обратить внимание в последующем чтении.

Успех запоминания зависит и от *характера материала*. Наглядно-образный материал запоминается лучше словесного: логически связанный текст воспроизводится полнее, чем разрозненные предложения.

Существенную роль в развитии и совершенствовании памяти играет речь. Отсюда следующие выводы:

1. То, что выражается словами, запоминается легче и лучше; а еще лучше, если слово - не название, а понятие. Чем больше думать над материалом, чем активнее представить его зрительно и выразить словами, тем легче и прочнее он запомнится.
2. Если предмет запоминания - текст, то наличие **заранее** продуманных и четко сформулированных к нему вопросов способствует лучшему запоминанию. Текст в памяти в этом случае хранится дольше и точнее воспроизводится, чем тогда, когда вопросы к нему ставятся уже после его прочтения.
3. Сохранение и припоминание имеют свои особенности. Плохая память может быть больше связана с трудностями припоминания (сравните: найти книгу в библиотеке, или слова или цитаты в книге).
4. Чем богаче и разнообразнее **стимулы** - средства, которыми мы располагаем для запоминания, чем более просты и доступны они для нас в нужный момент времени, тем лучше произвольное припоминание.
5. Чем больше умственных усилий прилагается для придания информации целостной осмысленной структуры, тем легче она потом припоминается (структура типа “дерево”).
6. Поскольку от внимания к материалу непосредственно зависит его запоминание, любые приемы, улучшающие внимание, улучшают и память.
7. Положительные эмоции способствуют припоминанию, а отрицательные - препятствуют.
8. Улучшению восприятия материала способствует освоение техники “ускоренного” чтения (научиться быстро обнаруживать в тексте наиболее важное и воспринимать главным образом это, сознательно пропуская все другое).
9. Способность что-либо зрительно представить положительно влияет на запоминание.
10. Привычка к осмысленному восприятию материала также связана с улучшением памяти (мнемотехнические средства).

Лучше всего человеку опираться при совершенствовании памяти на то, что у него больше всего развито: зрение, слух, осязание, движение и т.п.

Активное использование при запоминании и воспроизведении материала **образного мышления:**

а) мысленно связать запоминаемое с хорошо известным предметом, этот предмет далее связать с другим;

б) оба предмета в воображении соединить друг с другом в единый фантастический предмет;

в) мысленно представить себе, как будет выглядеть этот предмет (позвонить - бросить письмо - взять книги в библиотеке).

Память у людей проявляется по-разному, отличается содержанием и объемом запечатленной и хранимой информации, имеет различную силу памяти, скорость запоминания и воспроизведения, способность быстро и к месту припомнить нужную информацию.

Индивидуальные различия памяти проявляются и в виде предъявления материала при запоминании: *в зрительном* (видеть), *слуховом* (слышать содержание текста) или *двигательном предъявлении материала* (заучивать или проговаривать заучиваемый материал). Чаще встречается смешанный тип памяти: *слухо-моторный, зрительно-двигательный, зрительно-слуховой*. Полезно запоминать учебный материал разными способами: *прослушивая, читая, рассматривая иллюстрации, делая зарисовки, наблюдая и др.*

Воспитанию положительных свойств памяти содействуют *рационализация умственной и практической работы человека*: порядок на рабочем месте, планирование, самоконтроль, использование разумных способов запоминания, соединение умственной работы с практической, критическое отношение к своей деятельности, умение отказаться от неэффективных приемов работы и брать на вооружение более эффективные.

Тема №4 ЧУВСТВЕННОЕ ПОЗНАНИЕ

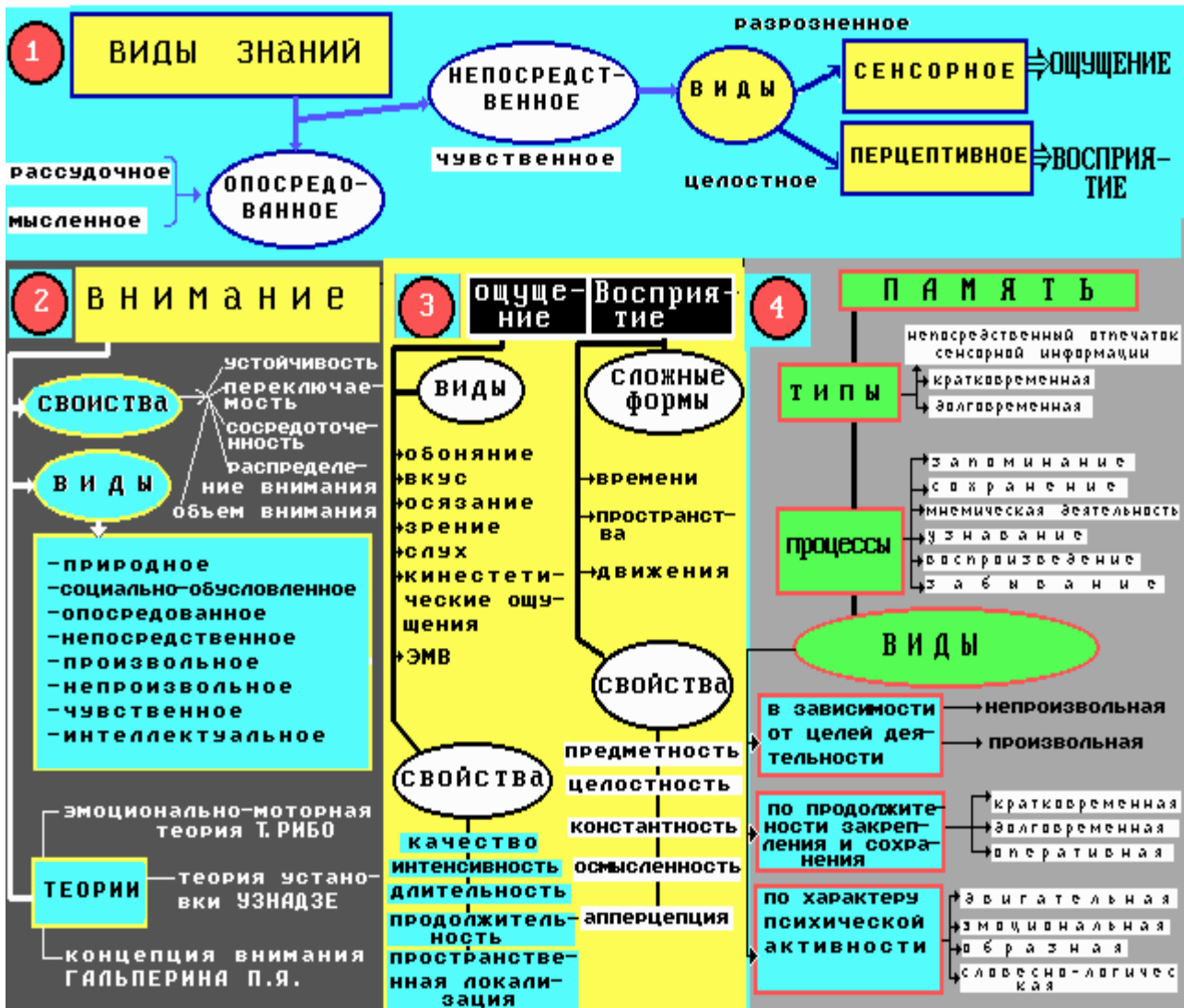


Рис.5. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №4.

Контрольные вопросы

1. Назовите виды знаний.
2. Какие два основных вида непосредственного знания различают?
3. Что такое внимание?
4. Назовите основные свойства внимания. Какие свойства тренируемы?
5. Назовите основные виды внимания. Какие способы развития внимания вы знаете?
6. В чем общее и различие между ощущением и восприятием?
7. Назовите виды и свойства ощущения.
8. Назовите сложные формы и свойства восприятия.
9. Назовите типы памяти. В чем их различие?
10. Какие виды памяти вы знаете? Какие из них развиты у всех, а какие - у профессионалов?
11. Какие процессы памяти вы знаете?

12. Какой процесс памяти характеризует «кривая» Г. Эббингауза? В чем ее суть?
13. Какие условия необходимы для прочного запоминания?
14. Как добиться осмысленного запоминания, при каких условиях?
15. Какую роль в развитии и совершенствовании памяти играет речь?
16. Как проявляется и чем отличается память у различных людей?

Рекомендуемая литература

1. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997, с.118 - 151.
2. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер, 2000, с.155-202. ил. (Серия «Учебник нового века»).
3. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.163-234, 247-283, 354-373. ил. (Серия «Учебник нового века»).
4. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000, с.13-31.
5. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56 с.

Тема № 5. РАЦИОНАЛЬНОЕ ПОЗНАНИЕ

5.1. Виды знаний. Опосредованное знание: мышление, интеллект

На предыдущем занятии по тем «Чувственное познание» отмечалось, что в принятии решения, регулировании поведения, построении профессионального жизненного пути, управлении действиями выделяются два вида знаний: непосредственное (*чувственное*), возникающее в ходе взаимодействия объектов с нашими органами чувств, и опосредованное (*рациональное*) рассуждениями, речью (рассудочное, мысленное).

Чувственное познание включает такие психические процессы, как *ощущение, восприятие, внимание, память*. Рациональное познание включает *мышление и интеллект*.

Мышление и интеллект близкие по содержанию термины. Термину «интеллект» соответствует слово «ум». Когда говорят, что этот «человек умный», то этим подчеркиваются его индивидуальные особенности интеллекта. С ростом ребенка мы часто слышим, что «ум ребенка развивается». Этим подчеркивается развитие интеллекта ребенка.

Термину «мышление» соответствует слово «обдумывание», т.е. сам процесс.

По термометру за окном узнаем, как на улице: холодно или тепло. Низкие облака, раскачивающиеся верхушки деревьев - и

Мышление - это процесс, характеризующийся обобщённым и опосредованным отражением действительности.

нам понятно, что на улице ненастье, ветер. Мы проходили с вами такие психические явления, как ощущение и восприятие, отражающие отдельные стороны действительности в разных сочетаниях (отдельных или более полных). Мышление помогает человеку полученные ощущения и восприятия, сопоставлять, сравнивать, различать и раскрывать отношения, выявлять взаимосвязи: *то есть мышление глубже познает сущность окружающего мира, отражает бытие в его связях и отношениях. Раскрытие отношений, связей между предметами составляет существенную задачу мышления.*

Мышление и интеллект - это важнейшие отличительные черты человека. Термин современного человека - *Homo sapiens* (человек разумный). Оглухший Бетховен, ослепший Гомер не перестали быть великими, а вот человек, который потерял разум, кажется пораженным в самой человеческой сути.

Мышление – это прежде всего *познание*, которое с психологической точки зрения создает представление внешнего мира, его моделей и образов. Но восприятие – это тоже *познание*. А в чем разница между этими двумя психическими процессами? Например, человек, выглянув на улицу, видит, что крыша соседнего дома мокрая. Это пример восприятия. Но если человек по факту мокрой крыши соседнего дома заключает, что прошел дождь, то это уже пример простого мышления, т.е. мышления опосредованного, когда по одному факту выводится заключение о другом. Таким образом, мышление значительно сложнее: вначале создается модель внешних условий, а затем из нее выводится следующая модель. В выше приведенном примере первая модель – мокрая крыша (это относится к восприятию), а вторая модель - недавно прошел дождь (это относится к мышлению).

Итак, интеллект – способность к мышлению, а мышление – это процесс реализации интеллекта. Благодаря интеллекту человек занял доминирующее положение на Земле, получил дополнительные средства для биологического выживания, но в то же время интеллект человека создал и колоссальные разрушительные силы. Для большинства видов деятельности существует определенный *минимум интеллекта*, который обеспечивает человеку возможность успешного занятия этим видом деятельности. Так, для математиков, шахматистов и др. этот минимум очень высок, а для других (например, работа курьера) – значительно ниже. Но возможен и такой факт, когда высокий интеллект может отрицательно отражаться на отношениях человека с другими людьми, что ведет к снижению успехов, и наоборот, если интеллект человека ниже оптимума, то снижается способность разбираться в ситуации, предсказывать развитие событий и т.д. При значительном превышении оптимума руководитель становится

непонятным для людей своей группы, и в тоже время, чем выше интеллектуальный уровень группы, тем выше оптимум интеллекта для руководителя этой группы.

Если ребенок имеет очень высокий уровень интеллекта (более 155 баллов по тестам *IQ*), то это отрицательно сказывается на его адаптации по отношению к другим детям, так как он опережает своих сверстников в умственном развитии более чем на 4 года и становятся чужими в своих коллективах.

Для мышления человека существенна взаимосвязь с речью и языком.

Высшей формой мышления является *вербально-логическое мышление*, посредством которого человек, опираясь на коды языка, становится способен отражать сложные связи, отношения, формировать понятия, делать выводы и решать сложные теоретические задачи. *Человеческое мышление невозможно без языка, в каких бы формах оно не осуществлялось.*

Речь - процесс общения, опосредованный языком. Если **язык** - объективная, исторически сложившаяся система кодов, предмет науки языкознания (лингвистики), то **речь** является психологическим процессом формирования и передачи мысли средствами языка

Какие же этапы проходит мысль человека прежде, чем она будет выражена в развёрнутой речи одного человека другому? Прежде всего - это *мотив высказывания* (движущая сила процесса). Далее - *возникновение мысли* или общей схемы того содержания, которое должно быть воплощено в высказывании. Но прежде чем воплотиться в высказывании речевом, необходимо пройти этап *внутренней речи* - существенный переходный этап между замыслом (или "мыслью") и *развёрнутой внешней речью*. Внутренняя речь порождает (генерирует) развёрнутое речевое высказывание, включающее исходный замысел в систему грамматических кодов языка.

Мышление и речь - не одно и то же. Мыслить - не значит говорить про себя (одну и ту же мысль можно высказать разными словами, но иногда не находим ни одного слова, чтобы выразить свою мысль). Основной единицей языка является *слово*, которое имеет сложное строение и состоит из двух частей: "*предметная отнесённость*" и "*значение*". Каждое слово обозначает какой-либо предмет, указывает на него, вызывает у нас образ того или иного предмета (этим язык человека отличается от "языка" животных, звуки которых выражают лишь определённое эффективное состояние, но никогда не обозначают предметов). Это *первая функция слова (предметная отнесённость)*.

Вторая функция слова - значение слова - даёт возможность анализировать предметы, выделять в них существенные свойства, относить предметы к определённой категории.

Реальное употребление слова - всегда результат выбора нужного значения из системы значений. Эта выделенная из многих возможных значений, соответствующая ситуации, система связей называется в психологии *смыслом*

слова (от наглядного обозначения - *ель, сосна*, к более общему понятию - *дерево, растение*; далее к - *растение, животное*). Система смысловых связей, стоящих за словом выражающим понятие, позволяет мысли двигаться во многих направлениях, следовательно, понятие может считаться наиболее существенным механизмом в основе движения мысли.

Понятие - это опосредованное и обобщённое знание о предмете, основанное на раскрытии его более или менее существенных объективных связей и отношений. В любом слове, носителе понятия, выделяются как эмоционально-образные, наглядные компоненты, так и системы логических связей. Только их соотношение у разных людей, в зависимости от умственного развития, разное (у детей дошкольного возраста преобладают за словом *эмоционально-образные* переживания; у школьников младших классов - *наглядные*, конкретно-образные и ситуативные связи; у старшеклассников и взрослых - *сложные логические связи*).

Понятие может быть раскрыто разными способами: внешним описанием явлений, перечислением существенных признаков и последовательностей, дать определение (*тезаурус*). Важнейшим показателем усвоения понятия является умение пользоваться им в познавательной и практической деятельности. Выделяется следующая последовательность этапов усвоения понятия: *конкретное единичное использование понятия; выделение понятий из круга родственных понятий, но неразличение при этом существенных и несущественных признаков; определение обобщённых существенных признаков без умения широкого употребления понятия; выделение существенных признаков, широкое использование понятия*.

Рассмотрим основные этапы или фазы процесса мышления.

Начинается мыслительный процесс в сознании *проблемной ситуации (ПС)*. (Этот этап не всем под силу - тот, кто не привык мыслить, воспринимает окружающий мир как само собой разумеющееся; чем больше знаний, тем больше видится проблем). Проблемная ситуация содержит в себе противоречие и не имеет однозначного решения.

В результате анализа проблемной ситуации *формулируется задача (ФЗ)*. Это означает, что в ранних условиях удалось предварительно расчлнить известное (данное) и неизвестное (искомое), а также определить требование (цель). *Задача* всегда ставит перед субъектом цель, сформулированную в вопросе, которым кончается каждая задача и который не заключает в себе ответа. Цель дана в определённых условиях, и субъект, решающий задачу, должен ориентироваться в её условиях, выделить из содержания самое важное. Это позволяет создать *гипотезу* того пути, по которому должно идти решение, т.е. создать *общую схему решения (ОСР)*.

Поставленная задача решается различными способами в зависимости от условий, типа умственной деятельности субъекта, способа решения (*алгоритм, эвристика, правила и т.д.*). Если решение поставленной задачи будет идти по

правилам, то это означает необходимость выполнить еще два этапа: *на первом этапе определить необходимое для решения задачи правило, а на втором - применить данное общее правило к конкретным, частным условиям.*

Определив путь решения поставленной задачи, можно обратиться к *выделению частных операций (стратегии решения - СР)*, которые могут быть как простыми, так и иметь сложный характер и состоять из целой цепи последовательных звеньев. Получив какой-то результат, решающий задачу человек *сличает его с исходным условием* и если результат соответствует условию - заканчивает решение, а если не соответствует - начинает действие снова, пока полученный результат будет согласован с исходным условием.

Описанный процесс должен определяться основной задачей и не выходить за пределы её условия, несоблюдение этого неизбежно приведёт к невозможности решения задачи. Но человек не всегда в состоянии выделить этапы, последовательно проходимые мыслью в ходе решения задачи. При *интуитивном* мышлении человеку кажется, что решение пришло внезапно, как озарение (*инсайт*).

Какие требования обеспечивают полноценный характер решения задачи?

- *Решающий задачу должен запомнить её и не потерять связь вопроса с её условием.*

- *Он должен ориентироваться в условии задачи и затормозить всякие проявления непосредственных импульсивно возникающих операций, не подчинённых её общей смысловой схеме.*

- *Он должен создать известное "внутреннее поле", в пределах которого должны протекать все его поиски и операции и ни в коем случае не выходить за границы этого логического поля.*

- *Он должен выполнять необходимые операции счёта, не забывая, какое место в общей стратегии решения задачи занимает каждая операция.*

- *Он должен сличить полученный результат с исходным условием.*

5.2. Мыслительные операции.

Основными мыслительными операциями являются *анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация и обобщение.*

Анализ - это мысленное разложение целого на части или мысленное выделение из целого его сторон, действий, отношений (*Пример: стол можно разложить на крышку стола, ножки, ящики, распорки и т.д.*). Анализ бывает *практическим* (когда мыслительный процесс непосредственно включен в речевую деятельность) и *умственным (теоретическим)*. Если анализ оторван от других операций, он становится порочным, механистичным (так, ребенок разбирает, ломает игрушку на отдельные части, никак не используя их дальше).

Синтез - это мысленное объединение частей, свойств, действий в единое целое. Операция синтеза противоположна анализу. Синтез не является механическим соединением частей и поэтому не сводится к их сумме. *(При соединении отдельных частей машины, при их синтезе получается не грудa металла, а машина, которая передвигается. При химическом соединении кислорода и водорода получается вода. И синтез, и анализ занимают важное место в учебном процессе. Так, при обучении чтению звуков и букв составляются слоги, из слогов - слова, из слов - предложения).*

Сравнение - это установление сходства или различия между предметами и явлениями или их отдельными признаками *(сравнение при прикладывании одного предмета к другому: линейки к бумаге и т.д.)*. Сравнение бывает *односторонним* (неполным, по одному признаку) и *многосторонним* (полным, по всем признакам); *поверхностным* и *глубоким*; *непосредственным* и *опосредованным*.

Абстрагирование состоит в том, что субъект, вычлняя какие-либо свойства, признаки изучаемого объекта, отвлекается от остальных *(говоря о зеленом цвете как о благотворно действующем на зрение человека, при этом не указывают на конкретный предмет зеленого цвета)*. Здесь признак, отделяемый от объекта, мыслится независимо от других признаков предмета, становится самостоятельным предметом мышления. Абстрагирование обычно осуществляется в результате анализа. Путём абстрагирования были созданы отвлечённые, абстрактные понятия длины, широты, количества, равенства, стоимости и т.д. Благодаря абстракции, человек может отвлечься от единичного конкретного.

Конкретизация предполагает возвращение мысли от общего и абстрактного к конкретному с целью раскрыть содержание. Если высказанная мысль оказывается непонятной другим, то в данном случае стараются её конкретизировать (просьба привести пример по высказанному - это и есть конкретизация).

Обобщение - мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам *(яблоки, груши, сливы и т.д. соединяются в одном понятии "фрукты"; человек анализирует предметы и выявляет в них общие закономерности; психолог изучает людей, чтобы вскрыть общие закономерности их развития)*.

5.3. Виды мышления.

Мышление человека не только включает в себя различные операции, но и протекает на различных уровнях, в различных формах, что говорит о существовании разных видов мышления.

По степени развёрнутости мышление может быть *дискурсивным* (поэтапно развёрнутым процессом) и *интуитивным* (характеризуется быстротой протекания, отсутствием чётко выраженных этапов, минимальной осознанностью).

С точки зрения новизны и оригинальности решаемых задач выделяется мышление *творческое (продуктивное)* и *воспроизводящее (репродуктивное)*. *Творческое мышление* направлено на создание новых идей, новообразований.

Но надо отличать объективно новое (*т.е. то, что ещё никем не было сделано*) от субъективно нового (*т.е. нового для данного конкретного человека*). Так, студент, выполняя опыты по специальным предметам, открывает новые, неизвестные ему лично свойства, положения, выводы и т.д. Но это неизвестное студенту не означает, что оно не было известно преподавателю. В качестве препятствий развитию творческого мышления может выступать излишняя критичность, внутренняя цензура, желание найти ответ немедленно, *ригидность* (стремление пользоваться старыми знаниями) и *конформизм* (боязнь выделиться и стать смешным для окружающих).

В отличие от творческого мышления *репродуктивное* представляет собой применение готовых знаний и умений. В тех случаях, когда в процессе применения знаний осуществляется их проверка, выявление недостатков и дефектов, говорят о *критическом мышлении*.

По характеру решаемых задач мышление разделяют на *теоретическое* и *практическое*. В психологии долгое время изучался только теоретический аспект мышления как направленного на открытие законов, свойств объектов, а вопрос практического мышления если и ставился, то сужался до понятия сенсомоторного интеллекта, который рассматривался неотрывно от восприятия и от прямого манипулирования с предметами. Между тем в жизни мыслят не только "теоретики". Б.М.Теплов в работе "Ум полководца" показал, что практическое мышление - это не начальная форма мышления ребёнка, а зрелая форма мышления взрослого. *В работе любого организатора, администратора, производственника и т.д. ежесекундно возникают вопросы, требующие напряжённой мыслительной деятельности*. Практическое мышление связано с постановкой целей, выработкой планов, проектов и часто развёртывается в условиях дефицита времени, что делает его ещё сложнее, чем теоретическое мышление. Возможности пользоваться гипотезами у "практики" более ограничены, так как проверяться эти гипотезы будут не в специальных экспериментах, а в самой жизни, и не всегда есть время для этих проверок. Высшие проявления человеческого ума наблюдались в одинаковой мере как у великих практиков (Пётр I, А.В.Суворов), так и у великих теоретиков (М.В.Ломоносов, К.Э.Циолковский).

В зависимости от содержания решаемой задачи выделяют следующие виды мышления: *предметно-действенное* (решение задач с помощью реального, физического преобразования ситуации, апробирования свойств объектов - характерно для детей до трёх лет, движение рук опережает мышление, этот вид мышления ещё называют ручным, оно встречается и у взрослых - работа испытателя, конструктора); *наглядно-образное* (оперирование образами - видение предмета с нескольких точек: проявляется у дошкольников, 4-7 лет, практические действия у них отходят на второй план, объект познаётся наглядным его представлением; у взрослых - приступая к ремонту квартиры они заранее представляют, что из этого выйдет. Этим видом мышления были созданы изображения атомного ядра, внутреннее строение земного шара); *словесно-логическое*

мышление (функционирует на базе языковых средств, человек устанавливает общие закономерности, предвидит развитие процессов в природе и обществе, обобщает различный наглядный материал).

Все виды мышления тесно взаимосвязаны, постоянно взаимно переходят друг в друга. Так, работая со схемами и графиками, трудно разделить наглядно-образное и словесно-логическое мышление, когда содержанием задачи являются схемы и графики.

Практически-действенное мышление позволило П.Н.Яблочкову (изобретателю первой электрической лампочки) решить сложную теоретическую задачу - как сделать, чтобы расстояние между углями лампы, расположенными на одной вертикальной линии, оставалось постоянным и не увеличивалось. Сидя в кафе и что-то писав, он положил два карандаша рядом. И сразу мысль: поместить угли в лампе параллельно.

5.4. Индивидуальные особенности мышления

В мышлении каждого человека есть свои особенности (так называемые *качества ума*). Одни оперируют наглядными образами, другие - абстрактными теоретическими моделями. Мыслительная деятельность зависит от эмоциональности человека, знаний и опыта человека (*держатель неофициального мирового рекорда по скорости устного счёта - сотрудник Европейского центра ядерных исследований в Женеве голландский математик Калем Клейн. Он извлекает корень 19-й степени из числа со 133 цифрами. Его трюк - просит загадать шестизначное число, затем ЭВМ возводит его в 37-ю степень и результат - число из 220 цифр - передают Клейну. Клейн в уме извлекает из этого числа корень 37-й степени и выдаёт результат (загаданное шестизначное число) за 3 мин. 26 сек.*).

Многие выдающиеся люди отличались большими способностями в детстве. Так, французский философ, писатель, математик и физик Блез Паскаль (1623-1662), хилый, легко возбудимый и болезненный от рождения, был изолирован отцом от языков и математики, которым обучали его сестер. Но так как он жил вместе с ними и, слушая их разговоры, впитывая знания так быстро, что уже к четырем годам не только читал и писал, но и производил в уме сложные вычисления. В девять лет он написал «Трактат о звуках»: звук возникает от сотрясения частиц ударяемого предмета, эти сотрясения достигают нашего уха через воздух, сила звука пропорциональна размаху колебаний, тон – частоте колебаний вещества. А поводом к этому трактату был услышанный за обедом звук, издаваемый посудой при ударе. Не удовлетворившись объяснением отца, он несколько дней проводил эксперименты, стуча по разным предметам. И как результат написал этот трактат.

С 13 лет юный Паскаль на равных участвовал в заседаниях математического кружка, руководимого французским ученым Мерсенна Марена (1588-1648).

К индивидуальным особенностям мышления относятся такие его свойства, как самостоятельность мышления (умение увидеть и поставить новый вопрос, новую проблему, попытаться решить их особыми путями);

инициативность мышления (постоянное стремление самому искать и находить пути и средства для разрешения задачи (возраст "почемучек");

широта мышления (способность охватить вопрос в целом, привлечь большое количество областей действительности, прошлое, настоящее, будущее человека) - это "люди с широким кругозором";

критичность мышления (умение не принимать на веру своих и чужих мыслей, а подвергать их критическому рассмотрению, взвешивать все доводы "за" и "против");

гибкость мышления (свобода от сковывающего влияния закреплённых в прошлом приёмов и способов решения задач).

5.5. Интеллект.

Слово «интеллект» происходит от латинского *intellectus* (в переводе на русский - «разумение», «понимание», «постижение»). Но единого понимания этого слова нет до сих пор. Рассматривая первый вопрос темы, мы отмечали значение этого слова как «ум», «умный человек». Различные авторы связывают понятие «интеллект» с системой умственных операций, со стилем и стратегией решения жизненных проблем, с эффективностью индивидуального подхода к ситуации. Другой распространённой точкой зрения стало мнение Жана Пиаже (швейцарский психолог, 1896-1980 гг., основатель Женевской школы генетической психологии; детально отразил специфику детского мышления в труде «Речь и мышление ребенка», 1923 г.; особое внимание обращал на развитие интеллекта. В своих исследованиях он старался доказать, что развитие мышления связано с трансформацией внешних действий во внутренние через превращение их в операции. Значительная часть исследований в области интеллекта была отражена им в книге «Психология интеллекта», 1964 г.).

Исследование индивидуальных различий интеллекта началось в XIX в., когда Ф. Гальтон (английский психолог и антрополог, 1822-1911 гг., является основоположником экспериментального подхода к решению проблемы способностей, одаренности, таланта) провел первые сеансы тестирования с людьми.

Под интеллектом понимается совокупность самых разнообразных умственных способностей, обеспечивающих успех познавательной деятельности человека.

А.Г. Маклаков. *Общая психология*. 2002. с. 311.

В 1911 г. появился первый тест для оценки умственного развития детей, созданный французами *Бине* и *Симоном* (*Бине Альфред* - французский психолог, 1857-1911 гг., один из основателей французской экспериментальной психологии, создатель тестологии). Тесты интеллекта представляют собой набор относительно несложных задач с правильным единственным ответом. Тестируемый должен решить в отведенный интервал времени (20-40 мин.) как можно большее количество из этих задач.

При оценке роли тестов интеллекта последнее слово принадлежит фактам. Эти факты касаются связи показателей с реальными творческими достижениями в жизни и результатами выполнения других заданий на творчество. В лонгитюдном исследовании, проведенном Л. Терменом, его сотрудники в 1921 г. обследовали по тестам интеллектуального развития около 150 тыс. школьников Калифорнии в возрасте от 8 до 12 лет. Из них было отобрано 1528 детей (т.е. примерно 1 из 100) с наиболее высокими результатами тестирования. Затем через 6-7, 11-19, 30-31 и 60 лет были проведены контрольные исследования жизненных успехов, которых добились отобранные дети. Выяснилось, что практически все члены выборки Термена добились высокого социального статуса. Все они окончили школу, а 2/3 – университет. Каждый восьмой стал доктором наук. Через 30 лет после первого обследования (то есть, к 40-летнему возрасту) членами выборки Термена было опубликовано 67 книг, получено 150 патентов. Эти показатели в 30 раз превысили уровень контрольной выборки, доход среди членов группы был в 4 раза выше среднего по США. В то же время отмечается, что ни один из обследуемых не проявил исключительного таланта в области науки или искусства, который можно было бы рассматривать как вклад в мировую культуру (Дружинин В.Н., 2000, с.227). В ходе решения проблемы по структуре интеллектуальных способностей развилось направление исследований, использующее факторный анализ в сфере интеллектуальных тестов.

В чем суть факторного анализа? Рассмотрим пример. Пусть сначала надо решить первую серию из двух задач: достичь максимальной мощности на велоэргометре и максимума приседаний со штангой. Это требует от человека одного – силы ног. И те люди, у которых есть сила в ногах успешно справятся и с велоэргометром, и со штангой. А те, у которых ноги слабые, не справятся с обеими задачами. Между этими двумя задачами, говоря математическим «языком», существует высокая *корреляция* (соотношение, взаимосвязь).

Теперь надо решить вторую серию, и тоже состоящую из двух задач, но теперь не на силу, а на скорость реакции, а именно: нажимать кнопки при появлении зрительного стимула и способность поймать мяч, пущенный с близкого расстояния. Эти две задачи между собой также будут высоко коррелированы.

Что касается двух серий задач (на силу ног и скорость реакции), то они будут иметь низкую корреляцию, близкую к нулю. Отсюда вывод: что те люди, у которых быстрая реакция, не обязательно обладают большой силой ног.

Таким образом, если предъявить большое количество задач большому количеству испытуемых, то высокая корреляция между какими-либо задачами будет свидетельствовать о том, что в их решении участвует некоторый общий механизм (или механизмы).

К. Спирмен в 1927 г. положил начало факторному анализу, считая, что существует единый фактор, который определяет успешное решение от наиболее сложных задач (математических) до менее сложных (сенсомоторных). Он назвал его фактором **G** (*general* - общий).

Факторный анализ является таким математическим методом, который позволяет свести эти корреляции воедино и выявить их организующие принципы.
(В.Н. Дружинин. Психология. 2000.с 228.)

Но решение любой конкретной задачи человеком зависит как от общего фактора **G**, так и от специфических способностей, так называемых **S**-факторов (*special* - специальный). Но между этими факторами (**G** и **S**) имеют место промежуточные факторы, которые участвуют в решении широких классов задач. Спирмен выделил три промежуточных фактора интеллекта: числовой, пространственный и вербальный.

Главным оппонентом Спирмена стал также американский ученый Л.Терстоун. Он отрицал влияние G-фактора, считая, что он просто не существует. По его мнению имеется 12 независимых способностей, которые и определяют успешность интеллектуальной деятельности. В экспериментальных исследованиях чаще всего подтверждалось 7 из 12 способностей: словесное понимание, речевая беглость, числовой фактор, пространственный фактор, ассоциативная память, скорость восприятия, индуктивный фактор.

К началу 1970-х гг. Д.Гилфорд разработал «кубическую» модель интеллекта, с помощью которой пытался использовать факторный анализ не для поиска основных способностей, а для подтверждения априорно выдвинутой теории.

Он считал, что наши способности определяются тремя основными категориями: операциями, содержанием и продуктами.

Среди **операций** в исходном варианте своей модели Гилфорд (1965) различал познание, память, дивергентное и конвергентное мышление и оценку. Среди **продуктов** – элементы классы, отношения, системы, преобразования, предвидения. **Операции:**

- *познание* включает процессы понимания, восприятия информации с помощью пяти органов чувств;
- *память* связана с процессами запоминания, сохранения и воспроизведения информации;
- *дивергентное мышление* допускает существование нескольких правильных ответов на один и тот же вопрос;
- *конвергентное мышление* связано с решением задач, имеющих единственный правильный ответ;

- *оценивание* позволяет сравнивать полученный результат с требуемым и судить о том, решена ли поставленная задача.

Содержание мыслительных операций может быть четырех типов:

- *образное* - наглядно-образная информация (образы восприятия, памяти);
- *символическое* - знаки (буквы, числа, коды и т.п.);
- *семантическое* - идеи и понятия;
- *поведенческое* - чувства, мысли, настроения и желания людей, их взаимоотношения.

Продукты мыслительной деятельности могут принимать вид:

- *единиц* - отдельные сведения;
- *класса* - совокупность сведений, сгруппированных по общим существенным элементам;
- *отношений* - выражают связи, существующие между вещами;
- *системы* - являются блоками, состоящими из элементов и связей между ними;
- *трансформации* - преобразования и модификации информации;
- *применения* - возможные выводы из имеющейся информации.

Любая задача имеет тот или иной вид *содержания*, предполагает осуществление определенной *операции*, которая приводит к соответствующему *продукту*. В общей сложности выделяется $4 \times 5 \times 6 = 120$ типов задач, каждому из которых соответствует *определенная способность*.

Например, задача такая: *вставьте гласные буквы в слово «з_л_в» (слово «залив»)*. Эта задача разворачивается на символическом материале (*буквы*), связана с операцией *познания* и приводит к *элементу в качестве продукта*.

Другой пример: *продолжите ряд «лом-мол, куб-бук, сон-нос...»*. По мнению *Гилфорда*, это будет задача на конвергентное мышление, относящееся к *отношениям, на символическом уровне*.

В настоящее время математические методы *Гилфорда* подвергнуты резкой критике. Показаны, что его данные могут быть объяснены исходя из другой факторной модели (*Стернберг Р., Григоренко Е.Л., 1997*).

Среди *операции* модели интеллекта по *Дж.Гилфорду* одна вызвала большой интерес у последующих исследователей.

Из физики известны такие понятия как «конвергенция» - схождение лучей и «дивергенция» - их расхождение.

В психологии «**конвергентное мышление**» - это такое мышление, когда на поставленный вопрос дается только один ответ. (Вопрос: «*Маятник часов совершает колебательное движение?*» Ответ: «*Да*»).

Дивергентное мышление – это мышление в разных направлениях, при котором получается множество возможных решений, а не один правильный ответ.

«**Дивергентное мышление**» - это такое мышление, когда на поставленный вопрос дается несколько правильных ответов. (Вопрос: «*Какие значения*

имеет слово «коса»?». Ответ: песчаная коса, девичья коса, косить траву. Все три ответа правильные.

Интерес к проблеме *дивергентного мышления* определялся тем, что оно рассматривалось *Гилфордом* как основной компонент творческих способностей.

Существующие на сегодняшний день способы измерения интеллекта отстают от теоретического определения этого понятия. Появившееся в психометрии понятие «*креативность*» отобрало часть нагрузки у понятия «*интеллект*».

Поэтому к тестовым оценкам интеллекта нужно относиться с определенной осторожностью. (В.Н. Дружинин. Психология. 2000, с.230).

«**Креативность**» - для обозначения умственных процессов, которые ведут к решениям, идеям, осмыслению, созданию художественных форм, теорий или любых продуктов, которые являются уникальными и новыми.

(Артур Ребер. Большой толковый психологический словарь. 2000, с.388)

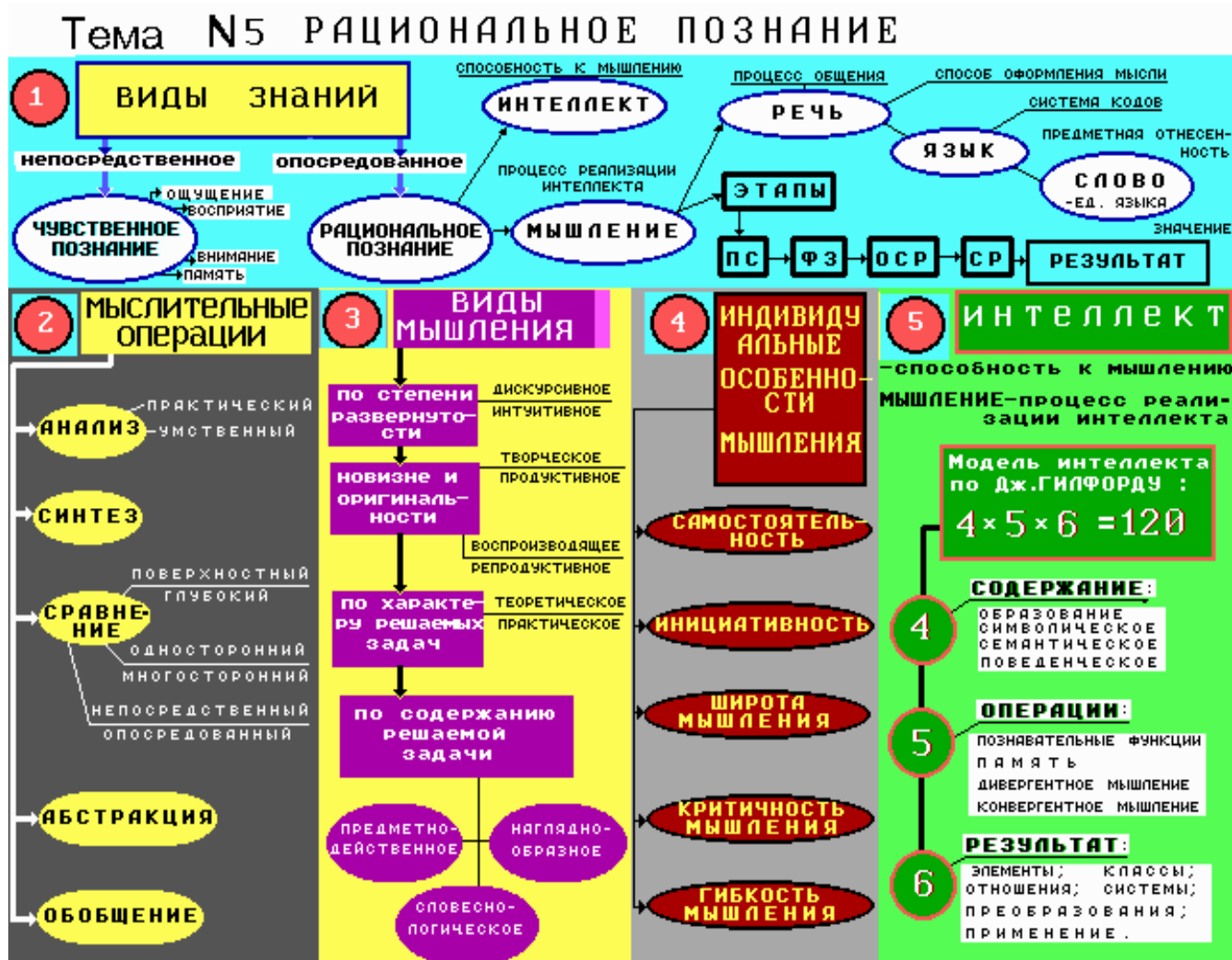


Рис 6. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №5.

Контрольные вопросы

1. Что отражают ощущение и восприятие?
2. В чем проявляется соотношение между мышлением, ощущением и восприятием?
3. В чем одно из принципиальных различий между человеческой психикой и психикой животных?
4. Как вы думаете мышление и речь – это одно и то же?
5. Что является основной единицей языка? Какие две части ее определяют?
6. Дайте определение мыслительным операциям?
7. В чем различие дискурсивного и интуитивного мышления?
8. В чем различие творческого и воспроизводящего мышления?
9. Что является результатом теоретического и практического мышления?
10. В чем суть предметно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического мышления?
11. Назовите и дайте определение индивидуальным особенностям мышления.
12. Что понимается под интеллектом?

Рекомендуемая литература

1. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997, с.151-191.
2. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер. 2000, с.207-257, ил. (Серия «Учебник нового века»).
3. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.298-333, ил. (Серия «Учебник нового века»).
4. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000, с.31-37.
5. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56 с.

Раздел III. ОБЩЕЕ И ИНДИВИДУАЛЬНОЕ В ПСИХИКЕ

Тема № 6. ЦЕЛОСТНОЕ И ПАРЦИАЛЬНОЕ ОПИСАНИЕ ПСИХОЛОГИИ ЧЕЛОВЕКА

6.1. Структура личности

Каждый из нас имеет свое представление о личности. У кого-то личность связана с популярностью, силой воли, высоким уровнем развития и т.д. У одних эти качества выражены сильнее, у других – менее. Спрашивается: почему? Понятие личность изучается не только психологией, но и такими науками, как философия, социология, педагогика и др.

В чем специфика изучения личности в рамках психологической науки и что такое личность с психологической точки зрения?

*Каждое из определений «личности», а мы рассмотрим несколько определений личности, подкреплено экспериментальными исследованиями и теоретическими обоснованиями. Чаще всего под личностью понимают человека в совокупности его социальных и жизненно важных качеств, приобретенных им в процессе социального развития. Следовательно, к числу личностных характеристик не принято относить особенности человека, которые связаны с генотипической или физиологической организацией человека. К числу личностных качеств также не принято относить качества человека, характеризующие особенности развития его познавательных психических процессов или индивидуальный стиль деятельности, за исключением тех, которые проявляются в отношениях к людям и обществу в целом. Чаще всего в содержание понятия «личность» включают устойчивые свойства человека, которые определяют значимые в отношении других людей поступки. (А.Г. Маклаков. Общая психология. 2002, с.471). Далее автор (А.Г. Маклаков) дает определение «**личности**» – «это конкретный человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих».*

Рассмотрим другие определения понятия «личности»:

«Личность - это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми, определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и

окружающих.” (Лавриненко В.Н. Психология и этика делового общения. Учебник. - М.: ЮНИТИ, 2001, с.64-87).

“Личность - многомерная и многоуровневая система психологических характеристик, которые обеспечивают индивидуальное своеобразие, временную и ситуативную устойчивость поведения человека.” (Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер, 2000, с.263).

“Личностью в психологии обозначается системное социальное качество, приобретаемое индивидом в предметной деятельности и общении и характеризующее уровень и качество представленности общественных отношений в индивиде.” (Петровский А.В. Общая психология. - М.: Просвещение, 1986, с.192).

“Личность - это такая система психических регуляторов, которая обеспечивает ориентировку и поведение человека в надситуативных целостностях социальной среды (таких, как идеалы, мораль, истина и подобные всечеловеческие ценности).” (Климов Е.А. Основы психологии. Учебник для студентов высших учебных заведений непсихологических специальностей. - М.: ЮНИТИ, 1997, с.109).

“Под личностью психология понимает конкретного человека с его неповторимыми морфофизиологическими качествами (рост, телосложение и т.д.), наделённого своей психической организацией и занимающегося какой-нибудь деятельностью.” (Васильев И.С., Агафонов А.В. Психология и педагогика. Курс лекций для студентов всех специальностей. - М.: МГТУ ГА, 1999, с.5).

Личность - это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми, определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих.” (Немов Р.С. Общие основы психологии. В 2 книгах. Книга 1. - М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1994, с.284),

Итак, что же общее в этих определениях «личности»? **Личность** – это система психологических социально обусловленных характеристик, определяющих поступки и поведение человека.

В психологии сложилось свое представление о проблеме исследования человека. Это представление было обосновано Борисом Герасимовичем Ананьевым (1907-1972) – выдающимся российским психологом, который выделил четыре уровня человеческой организации, представляющих наибольший интерес для научного исследования. К их числу были отнесены индивид, субъект деятельности (человек), личность, индивидуальность. Каждый человек как представитель биологического вида имеет определенные

врожденные особенности, т.е. строение его тела обуславливают возможность прямохождения, структура мозга обеспечивает развитие интеллекта, строение руки предполагает воз-

Человек - включает в себя совокупность всех человеческих качеств, свойственных людям, независимо от того, присутствуют или отсут-

возможность использования орудий труда и т.д. Всеми этими чертами младенец человека отличается от детеныша животного.

отличаются они у данного конкретного человека

Принадлежность конкретного человека к человеческому роду зафиксирована в понятии **индивид**. Появляясь на свет как индивид, человек включается в систему общественных взаимоотношений и процессов, в результате чего приобретает особое социальное качество – он становится **личностью**.

“Индивид” характеризует именно конкретного человека и дополнительно включает такие психологические и биологические свойства, которые наряду с личностными также ему присущи. Кроме того, в понятие “индивид” входят как качества, отличающие данного человека от других, так и общие для него и многих других людей свойства.

Особенности развития всех этих трех уровней характеризуют неповторимость и своеобразие конкретного человека, определяют его **индивидуальность**.

Таким образом, понятие «**личность**» характеризует особенности развития человека как социального существа. При рассмотрении структуры личности в нее обычно включают способности, темперамент, характер, волевые качества, эмоции, мотивация, социальные установки.

***Индивидуальность** - это самое узкое по содержанию понятие из всех обсуждаемых. Оно содержит в себе лишь те индивидные и личностные свойства человека, такое их сочетание, которое отличает данного человека от других людей.*

Ограничимся только их общими определениями:

а) **Способности** понимаются как индивидуально устойчивые свойства человека, определяющие его успехи в различных видах деятельности.

б) **Темперамент** включает качества, от которых зависят реакции человека на других людей и социальные обстоятельства. В темпераменте выражается отношение человека к происходящим вокруг него событиям.

Пример. Известный художник-карикатурист **Х.Бидstrup** как-то изобразил реакцию четырёх людей на одно и то же происшествие: **некто** нечаянно сел на шляпу отдыхающего на скамейке господина. В результате: **холерик** пришел в ярость, **меланхолик** страшно огорчился, **сангвиник** рассмеялся, а **флегматик**... невозмутимо надел шляпу на голову.

в) **Характер** содержит качества, определяющие поступки человека в отношении других людей. **Характеры** выявляются в **действии** - активном, целеустремлённом, нерешительном, покорном, подражательном и т.п.

Что является общим между темпераментом и характером? То, что ни темперамент, ни характер ничего не говорят о **социальных качествах** человека: обладающий отвратительным характером **холерик** может преследовать возвы-

шенные цели, а мягкий, уступчивый **сангвиник** вдруг оказывается отъявленным негодяем.

г) **Волевые качества** охватывают несколько специальных личностных свойств, влияющих на стремление человека к достижению поставленных целей.

д) **Эмоции и мотивация** - это, соответственно, переживания и побуждения к деятельности, а **социальные установки** - убеждения и отношения людей.

е) **Социальные качества человека** обнаруживаются в его **личности** - устойчивой системе социально значимых черт. Личность включает в себя и характер, и темперамент человека, но не ограничивается ими.

Классификации личностей нет вообще, хотя и есть некоторые определения: яркая личность, серая личность, криминальная личность, конфликтная личность...

6.2. Концепции и теории развития личности

Итак, при рассмотрении первого вопроса мы определили, что под *личностью* психология понимает *конкретного человека* с его неповторимыми морфофизиологическими качествами (рост, телосложение и т.д.), наделенного своей психической организацией и занимающегося какой-нибудь деятельностью. *Человек* - прежде всего *биологическое существо*, принадлежащее к виду *Homo sapiens* класса млекопитающих. Но вместе с тем *человек - существо социальное*, он является членом общества и ведёт общественный образ жизни. То есть, психология личности *детерминирована* случайной жизнью, и вместе с тем в ней проявляются свойства биологические.

В психологии выделяются следующие концепции развития личности:

а) **биогенетическая концепция** исходит из того, что развитие личности определяется биологическими факторами (биология - наука о живой природе). Согласно этой концепции человек от природы предрасположен к особенностям протекания психических процессов, преступности, самосовершенствованию, определённой профессиональной деятельности, травматизму и т.д. То есть, личность лишена собственной инициативы, активности, и ее жизнь определяется фатальными биологическими факторами;

б) **социологическая концепция** рассматривает развитие личности, целиком зависящее от социальной среды, в которой она находится. То есть, человек пассивно приспосабливается к окружающей социосреде;

в) **двухфакторная концепция**. Человек развивается в результате воздействия социальной среды и биологических факторов (в первую очередь, наследственность).

Концепция – определенный способ понимания какого – либо явления. А какие существуют психологические теории личности? Известно, что 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 следующие:

- 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?

Существуют самые разнообразные подходы к классификации теории личности. *Р.С. Немов* насчитывает до 48 теорий личности и классифицирует их по пяти параметрам:

1. По способу объяснения поведения (подразделяются на психодинамические, социодинамические и интеракционистские). Так, в *психодинамических теориях* личность и поведение человека описываются исходя из его психологических, или внутренних характеристик; в *социодинамических теориях* – определяются внешними ситуациями; в *интеракционистских теориях* – определяются на принципе взаимодействия внутренних и внешних факторов в управлении актуальными действиями человека.
2. По способу получения данных о личности подразделяются на *экспериментальные* и *неэкспериментальные*. Экспериментальные теории построены на анализе и обобщении данных, собранных опытным путем; неэкспериментальные теории опираются на жизненные впечатления, наблюдения и опыт и на основе этого делают теоретические обобщения.
3. По точке зрения авторов на личность как структурное или динамическое образование (структурные теории выясняют структуры личностей и системы понятий, описывающих эти структуры; в динамических теориях главное – динамика в развитии личности).
4. Ряд теорий личности, которые возникли с появлением возрастной и педагогической психологии (т.е. развитие личности от рождения и до окончания средней школы, т.е. от младенчества до ранней юности, а также проследить развитие личности в течение всей жизни человека).

5. Ряд теорий личности, обращающих внимание на: внутренние свойства, черты и качества личности или на ее внешние проявления (поведение, поступки). Это дает возможность выделить теории черт: с помощью описания личности на основе тестологического способа или с помощью способа объединения всех людей в типологические группы.

Рассмотрим одну из наиболее распространенных теорий (фрейдизма), создателем которой является Зигмунд Фрейд, (1856-1939), австрийский психолог, психиатр и невропатолог, создатель *метода психоанализа*. С 80-х г.г. XIX в. работал в области практической медицины. Начав свои исследования как физиолог и врач–невропатолог, он пришел к выводу, что источником многих заболеваний являются не осознаваемые большими комплексы. *Фрейд* несколько лет проработал в клинике знаменитого французского невролога *Ж.Шарко* в Сальпетриере (Париж) и клинике Бернгейма в Нанси, где познакомился с терапией неврозов. С начала 90-х гг. *Фрейд* работал вместе с *Й.Брейером*, применяя метод гипнотического *катарсиса* (катарсис – очищение, один из методов психоанализа). В 1895 г. совместно с *Й.Брейером* он опубликовал работу по проблеме происхождения истерии и возможности ее лечения гипнозом. В дальнейшем *Фрейд* отказался от применения гипноза и создал свой способ лечения больных при помощи психоанализа, основанного на толковании ассоциаций, сновидений, ошибочных действий больного. На полученном материале создал концепцию о структуре личности, выделив в ней три уровня: сознание, предсознательное и бессознательное. Учение *Фрейда* приобрело широкую известность в начале XX в. У него было много учеников и последователей, но чрезмерное увлечение *Фрейдом* проблемой сексуальности в жизни человека вызывало очень много нареканий и служило поводом для критики. В чем суть психоанализа, открытие которого, дав метод для дальнейших исследований, сделало психологию наукой, а не отдельным разделом в философии?

Согласно теории *Фрейда* в психике человека существует, как отмечалось выше, три сферы (области): **сознание** (*к сознанию относится все, что осознается и контролируется человеком*);

предсознание (*к предсознанию относятся скрытые или латентные знания, которые в данный момент отсутствуют в сознании, но могут возникнуть при определенной мотивации*): например, все знаем теорему Пифагора, но пока я о ней не сказал, она не присутствовала в вашем сознании. Видимо можно сказать или сделать вывод о том, что психика значительно шире сознания. Сознание – это лишь видимая часть айсберга, а его большая часть скрыта от осознанного контроля человеком;

бессознательное (*оно обладает рядом свойств*:

- содержание этой области не сознается, но оказывает существенное влияние на наше поведение;

- информация в области бессознательного с трудом переходит в сознание, что объясняется работой двух механизмов: вытеснения и сопротивления).

Спрашивается: что же находится в области бессознательного и почему оно так сильно влияет на поведение человека? Как считал Фрейд, психическая жизнь человека определяется его влечениями, главное из которых – сексуальное (либидо). Оно присутствует уже и у младенца, не говоря о взрослом человеке, но из-за существования множества социальных запретов сексуальные переживания вытесняются из сознания и живут в сфере бессознательного. Эти влечения имеют большой энергетический заряд, однако в сознание не пропускаются, так как оно оказывает этому сопротивление. Однако, несмотря на это, они периодически прорываются в сознательную жизнь человека, но при этом принимают искаженную или символическую форму (в виде сновидений, ошибочных действий, невротических симптомов). Для исследования этих форм был разработан метод их изучения – метод свободных ассоциаций и метод анализа сновидений.

По методу свободных ассоциаций психоаналитик должен найти закономерность в способах ответа пациента на поставленные вопросы и сделать вывод о причинах возникшего состояния больного. Как правило через несколько десятков вопросов в ответах начинают проявляться слова, связанные с его скрытыми переживаниями.

Аналогично анализируются сны. Фрейд считал, что во время сна снижается уровень контроля сознания, убирается преграда и перед человеком предстают сновидения, как результат частичного прорыва его влечений в сферу сознания.

Что же представляет собой влечение в виде невротических симптомов, которым З.Фрейд уделял особое внимание. Он считал, что создаваемый этим симптомом заряженный очаг надо вскрыть, так чтобы больной осознал причины его состояния и тогда невроз будет излечен.

Невротические симптомы – это следы вытесненных травмирующих обстоятельств, которые образуют в сфере бессознательного сильно заряженный очаг и оттуда производят разрушительную работу по дестабилизации психического состояния человека.

Фрейд считал, что основой возникновения невротических симптомов является потребность всех живых организмов в продолжении рода в форме сексуального влечения. Подавленное сексуальное влечение и является причиной невротических расстройств. Причинами этого могут быть также и другие неприятные переживания, которые сопровождают повседневную жизнь. В результате их вытеснения в сферу бессознательного они также образуют аналогичные энергетические очаги, которые проявляются в так называемых “ошибочных действиях”- забывание определенных фактов, намерений, имен, описки, оговорки и т.п. Эти явления Фрейд объяснял как следствие тяжелых,

неприятных переживаний. Он считал, что оговорки или случайные опуски содержат истинные намерения человека, тщательно скрываемые от других.

В рамках данной теории Фрейд подробно остановился на механизмах человеческого поведения, выделив две потребности, которые определяют психическую деятельность человека: либидозную и агрессивную. Обе эти потребности, наталкиваясь на препятствия со стороны окружающего мира, вытесняются, образуя область бессознательного, но иногда они прорываются, минуя “запреты” сознания, в виде символов.

Как это объясняет Фрейд? В структуре личности он выделяет три составляющие: **ИД** (“Оно”), **ЭГО** (“Я”), **СУПЕР-ЭГО** (“Сверх-Я”).

Ид - это область бессознательных инстинктов.

Эго - с одной стороны следует бессознательным инстинктам, а с другой – подчиняется нормативам и требованиям реальности.

Супер-эго - “цензор”, совокупность моральных устоев общества.

Таким образом, **Эго** находится в конфликте, так как требование **Ид** и **Супер-эго** несовместимы. Поэтому **Эго** постоянно использует защитные механизмы – вытеснение, сублимации, проекции, перенос регрессию и т.д.

Сублимация – это психический процесс преобразования и переключения энергии аффективных влечений на цели социальной деятельности и культурного творчества (противоположно «вытеснению»).

Но так как Фрейд рассматривал живой организм как сплошную энергетическую систему, управляемую законом сохранения энергии, то если либидо (влечение) было остановлено в одном из своих проявлений, что обеспечивается социальной неприемлемостью этих эффектов со стороны **Супер-эго**, то из-за постоянного конфликта между **Ид** и **Супер-эго**, это находило свое выражение в другом – в различных болезненных симптомах, отражающихся на поведении человека.

6.3. Некоторые психические свойства личности

Личность - это сложившаяся у данного человека в ходе усвоения или общественного опыта и устойчиво присущая ему целостная организация психических свойств, характеризующаяся следующими признаками:

- человек обнаруживает себя как инициативный, активный представитель определённого сообщества, способный руководствоваться целями и интересами широкой общности людей (такой, как народ, политическая партия, молодёжная организация большого масштаба) и вносить в связи с этим даже преобразования в окружающую обстановку, а не только соотноситься с ней своё поведение. Руководствуясь целями такого рода, человек может входить в противоречие с непосредственным узким социальным окружением -

это закономерные издержки личностного развития: прежде чем преобразовать среду, надо войти с ней в диалектическое противоречие, противоречие развития;

- человек оказывается определённо ценным или вредоносным с позиции своей социальной группы и, возможно, других групп, оказывается предметом определённой моральной оценки;
- человек, будучи социально типичным субъектом деятельности, проявляет себя в индивидуально своеобразной форме (поведение, поступки, деятельность, включая её процесс и результаты).

Какие психические свойства составляют структуру личности?

Указанные признаки - общие проявления того, что мы называем *личностью*, - обеспечиваются некоторым множеством *психических свойств*, которые и составляют структуру личности, ее “устройство”, прежде всего *свойства направленности, характера и самосознания*:

а) **свойства направленности** - мировоззрение человека (миропонимание, мироотношение), социологические потребности (интересы, склонности);

В *целом направленность личности* - это система устойчиво характеризующих человека побуждений (что человек хочет, к чему стремится, чего избегает, против чего готов бороться).

Ядром направленности личности являются идейные мотивы, убеждения (любые разговоры о деидеологизации можно понимать только в аспекте смены одного мировоззрения другим, а никак не устранения убеждений, мировоззрения, идей вообще. Это было бы психологической нелепостью: человек перестал бы быть самим собой);

б) **к свойствам характера** относят четыре системы отношений человека:

- *отношения к людям* (манеры поведения, поступки, способы общения с людьми - заботливость, высокомерие, чуткость и т.д.);
- *отношения к деятельности*, проявляющиеся в способах ее планирования и осуществления (предусмотрительность, аккуратность);
- *отношения к предметам*, вещам, общественной, личной и чужой собственности, проявляющиеся в способах обращения с ними (с оборудованием, инструментами, приспособлениями, предметами личного обихода и пр.) - бережливость, аккуратность, чистоплотность и т.д.;
- *отношения к самому себе*, проявляющиеся в способах самоорганизации поведения, построения своей личной, в частности, профессиональной судьбы, образа жизни, в типичной самооценке - самолюбие, самоуважение, себялюбие, скромность и т.д.;

в) **самосознание**. Чтобы человек владел собой, работал над собой, самоопределялся, совершенно необходимо, чтобы предметом его внимания и интереса был *не только окружающий мир, но и он сам* - его телесные и душевные качества, особенности.

Вопросы осознания себя, своих качеств переживаются человеком обычно остро, в связи с чем наиболее неприятные знания о себе выталкиваются, вытесняются из сознания в область бессознательного.

Если основным идеалом у мальчиков является, как поется в песне, “удаль молодецкая”, то у их сверстниц - “девичья краса”, привлекательность.

В структуру “Я-образа” входят знания о своих самых различных профессионально ценных качествах, способностях, темпераменте и характере, интересах и потребностях, убеждениях.

Любой человек не только старается знать о себе, о своих личных качествах, возможностях и ограничениях, но и *ставит себя в ряды других людей*. Самооценка может быть не только правильной, но и заниженной или завышенной.

Заниженная самооценка может сложиться в результате злоупотребления со стороны старших, в т.ч. педагогов, критическими, одергивающими замечаниями. В связи с этим часто появляется безразличное отношение к деятельности, учебе, профессии.

Завышенная самооценка может появиться, когда человека “захваливают” и обесценивают других. Может сложиться так, что человек причин своих неудач не замечает, а считает, что кто-то “помешал”, кто-то “не дал” и т.д. - в результате такой неуспех.

Реалистическая самооценка каждого человека с установкой самовоспитания. Это как бы взгляд на себя глазами других людей (“так они видят меня”, “таким они меня считают”). Причем не любых окружающих, а представителей эталонной, образцовой группы людей (референтной).

Высший уровень самооценки - оценка себя, своих качеств, поведения, деятельности с точки зрения глубоко и правильно понятых норм, требований, таких широких эталонных общностей, как народ, трудящиеся, политическая партия, молодежная организация. Такая самооценка и есть то, что называют “голосом совести”, совестью (от старославянского *ведать, вести* - “знать”, “знание”; *совесть* - это как бы “совместно-знание”, “со-знание”).

В связи со сказанным требуются вдумчивость, осторожность, такт при обращении с такой неявной, “бестелесной” реальностью, как личность со всем ее психическим, психосоматическим сопровождением.

Важно усвоить некоторую *заповедь* осторожного обращения с личностными структурами. Быть осторожным с применением диагностических или коррекционных методик.

Хирургический скальпель - вещь простая, но разумный человек, если он не специалист, не подумает применять его по назначению. “Лазить в брюхо”, не будучи хирургом, нельзя - это ясно всякому. А вот “лезть в душу”, “в личность” часто считают вполне допустимым. Тело после *физической травмы* может восстановиться за 3-4 дня, *психическая травма* может оставаться годы и даже всю жизнь.

Формирование и развитие личности.

Большинство психологов отмечают, что человек личностью не рождается, а становится. В одной из теории развития личности, по Э. Эриксону (американский психолог), каждый человек от рождения до конца своих дней проходит восемь жизненных психологических признаков:

1. *Кризис доверия – недоверия* (в течение первого года жизни).
2. *Автономия в противовес сомнениям и стыду* (в возрасте около 2-3 лет).
3. *Появление инициативности в противовес чувству вины* (примерно от трех до шести лет).
4. *Трудолюбие в противовес комплексу неполноценности* (возраст от семи до двенадцати лет).
5. *Личностное самоопределение в противовес индивидуальной сдержанности и конформизму* (от 12 до 18 лет).
6. *Интимность и общительность в противовес личностной психологической изолированности* (около 20 лет).
7. *Забота о воспитании нового поколения в противоположность «погружению в себя»* (между 30 и 60 годами).
8. *Удовлетворенность прожитой жизнью в противоположность отчаянию* (старше 60 лет).

Конформизм - приспособленчество, пассивное принятие существующего порядка, господствующих мнений, отсутствие собственной позиции, беспринципное и некритическое следование любому образу.

Становление личности по Эриксону понимается как смена этапов, при этом на каждом этапе происходит как качественное преобразование внутреннего мира человека и изменение его отношений с людьми, так и приобретение чего-то нового, характерного именно для этого этапа, развития и сохраняющегося в течение всей жизни. Но при этом человек приобретает не только положительные качества, но и недостатки.

В отечественной психологии принято считать, что развитие личности происходит в процессе ее социализации и воспитания. С первых дней своего существования человек включен в разного рода социальные взаимодействия. Первый опыт социального общения человек приобретает в рамках своей семьи, еще до того, как начинает говорить. В последующем, являясь частью социума, человек постоянно приобретает определенный субъективный опыт. Этот процесс, а также последующее активное воспроизводство индивидом социального опыта называется **социализацией**.

Процесс социализации неразрывно связан с общением и совместной деятельностью людей. Вместе с тем в отечественной психологии социализация не рассматривается как механическое отражение непосредственно испытанного или полученного в результате наблюдения социального опыта, усвоение которого субъективно. Разные личности могут выносить из объективно одинаковых ситуаций различный социальный опыт, а это основа другого процесса – *индивидуализации*.

Процесс социализации личности осуществляется как в рамках специальных социальных институтов (в школе), так и в различных неформальных объединениях. Важнейшим институтом социализации личности является **семья**, где закладываются основы личности человека. Иногда говорят и довольно часто, что основы личности закладываются в возрасте до трех лет. В этот период у человека происходит не только бурное развитие психических процессов, но он в этот период получает первый опыт и навыки социального поведения, которые остаются у него до конца жизни.

Планирование и выбор жизненного пути.

В целях наиболее полного исследования психологических особенностей личности в психологии была сформулирована проблема жизненного пути человека. Суть этой проблемы заключается в том, что личность стала рассматриваться двояко: и как **объект** (личность подвергается воздействию условий, событий жизни, находится

Жизненный путь - это процесс развития человека в качестве субъекта собственной жизни, в ходе которого осуществляется регуляция жизненного процесса и формирование устойчивой и одновременно пластичной структуры личности

под влиянием социальных отношений культурных традиций и нравственных законов), и как **субъект** (личность организует и структурирует свою жизнь, регулирует ее ход, выбирает и осуществляет избранное направление).

Современные психологические исследования показывают, что выбор и планирование индивидуальной стратегии жизни (осознанно или неосознанно) осуществляются самой личностью благодаря наличию у нее права на этот выбор. Рассмотрим два подхода к объяснению процесса структурирования жизненного пути с помощью ее планирования и сценарного воплощения.

Стратегия жизни - способ организации жизненного процесса.

В первом подходе (авторы С.Л.Рубинштейн, Б.Г.Ананьев и др.) личность осознанно выбирает и регулирует процесс жизни. Подчеркивается роль родителей в формировании представлений ребенка о целях и структуре жизненного пути.

В конечном итоге по выражению С.Л.Рубинштейна, человек сам определяет свое отношение к жизни, гармонично или дисгармонично связывает между собой трагедию, драму и комедию.

Жизненная цель - представление об основном результате (результатах) или событии (событиях), которые должны произойти в жизни, интегрирующие все частные события и оправдывающие человеческое существование.

Он полагает, что только определенные соотношения

этих мировоззренческих чувств этически оправданы, приемлемы, закономерны, как выражение отношения человека к типичным ситуациям жизни.

Во втором подходе (авторы А.Адлер, К.Роджерс, Э.Берн и др.) построен на уверенности и преимущественно бессознательном выборе жизненного плана и жизненного сценария, который осуществляется на ранних стадиях развития ребенка. Согласно этим концепциям, жизненный план рассматривается как прогнозирование собственной жизни и ее реализация в представлениях и чувствах, а сценарий жизни - как постепенно развертывающийся жизненный план, ограничивающий и структурирующий жизненное пространство личности.

Жизненный план - структурное воплощение жизненного процесса и его позитивной части – жизненной перспективы.

На выбор жизненного сценария влияет целый ряд факторов (порядок рождения ребенка в семье, влияние родителей, дедушки, бабушки, принятие ребенком своего имени и фамилии, случайные экстремальные события и др.).

Психологическая перспектива - когнитивная способность предвидеть будущее.

Жизненный план формируется на основе ранних жизненных событий, впечатлений, которые соотносятся с каким-либо знакомым ребенку сценарием, заимствованным из сказки, рассказа, истории, мифа, легенды, картины.

Личностная перспектива - готовность к будущему в настоящем.

Сценарий запускается в детском возрасте. В подростковый период он проходит стадию доработки, приобретает определенную структуру. Позднее он используется взрослым человеком для структурирования жизненного пространства, оптимального взаимодействия с окружающим миром и прогнозирования ближайшего и отдаленного будущего.

Основными составляющими сценария являются:

1. Герой, с которым идентифицирует себя ребенок.
2. Антигерой, который воплощает отвергаемые ребенком черты.
3. Идеальный герой, черты которого пока отсутствуют у ребенка, но именно он определяет направление личностного роста.
4. Сюжет – модель событий.
5. Другие персонажи, участвующие в жизненном процессе.
6. Свод нравственных правил.

Пространство и время жизни – психологические характеристики организации жизненного процесса; пространство рассматривается как свойство протяженности жизненного процесса, время-как свойство его регуляции.

Личность способна выбирать разные сценарии или модели поведения. Одни из них могут способствовать успеху, другие – приводить к неудаче, но все они позволяют ребенку и взрослому структурировать жизнь, задавать ей определенное направление, которое обеспечивает возможность достижения жизненной цели. (В.Н. Дружинин. Психология. 2000, с.307).

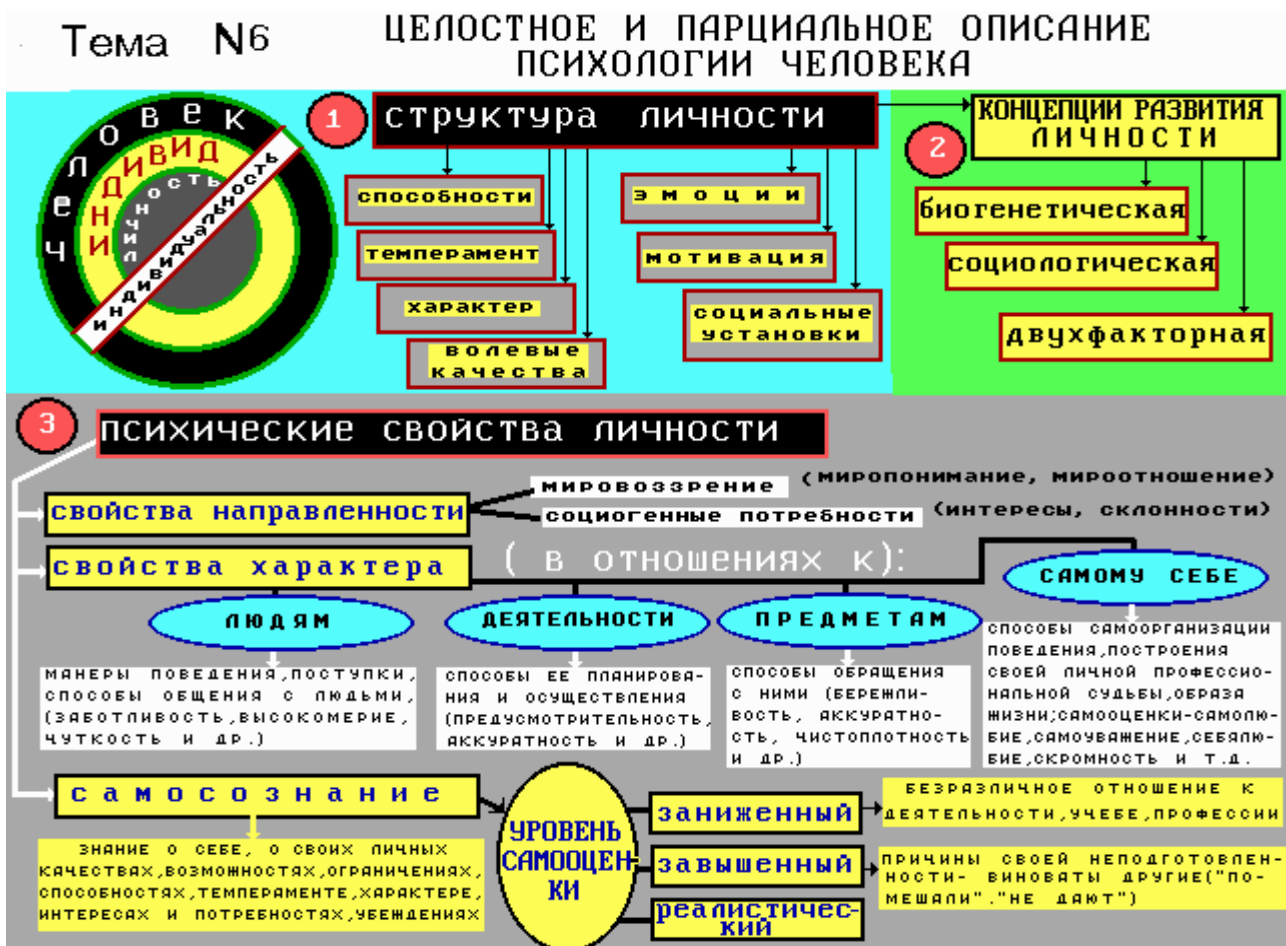


Рис 7. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №6.

Контрольные вопросы

1. Дайте определение понятиям «личности», «человека», «индивида», «индивидуальности».
2. Что включает в себя структура личности?
3. Что является общим и что отличает характер и темперамент?
4. Какие концепции развития личности выделяются в психологии?
5. Какие психические свойства составляют структуру личности?
6. Дайте определение направленности личности.
7. В чем выражаются свойства характера?
8. Дайте определение «самосознанию».
9. Назовите уровни самооценки. Что их характеризует?

Рекомендуемая литература

1. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997, с.69-95, 196-238, 262-283.
2. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер. 2000, с.237-325. ил. (Серия «Учебник нового века»).
3. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.469-490. ил. (Серия «Учебник нового века»).
4. (Немов Р.С. Общие основы психологии. В 2 книгах. Книга 1. - М: Просвещение, ВЛАДОС, 1994, с.284),
5. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000. - 93 с.
6. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56 с.

Тема № 7. Конституциональный уровень психики

7.1. Психика и строение головного мозга

Изучая тему № 3, мы рассмотрели вопрос **психики и строение мозга** (рецепторы, анализаторы, ЦНС). Всю поверхность больших полушарий можно представить в виде нескольких больших частей - *областей головного мозга*, имеющих неодинаковые функции.

Это затылочная область - задняя часть полушарий, теменная и височная области, если идти от затылочной области вперед. И затем лобная область - наибольшая по размерам передняя область и наиболее развитая у человека.

Так, например, анализ и синтез *зрительных раздражений* происходит в затылочной области коры (зрительная зона коры); *слуховых раздражений* - в

верхних отделах височной области (слуховая зона коры); *осязательных раздражений и раздражений в мышечно-суставном аппарате* - в передней части теменных отделов.

Большая площадь коры головного мозга (КГМ) соответствует большому раздражителю. (Например, в жизни ежа большую роль играет обоняние, поэтому в мозговой коре обонятельная зона занимает огромное место. А у человека наоборот - относительно небольшой участок занимает эта зона).

Аналогично в двигательной зоне коры большей территорией представлены органы, играющие более важную роль в жизни организма. (Например, клетки, связанные с туловищем, сконцентрированы у человека на небольшом участке двигательной зоны, а клетки, связанные с тонко дифференцируемыми у человека движениями пальцев руки, расположены на значительно большей территории. Особенно большой участок занимают клетки, связанные с большим пальцем руки, играющим очень важную роль в рабочих движениях человека. Значительную территорию КГМ занимают клетки, связанные с мышцами губ и языка - органов речи).

Ну а если говорить о работе более сложных психических процессов, то, соответственно, имеет место более сложная функциональная система. (Например, ходьба или чтение не могут быть «локализованы» в определенно ограниченном участке нервной системы. Даже относительно простое произвольное движение является сложной функциональной системой, включающей целый комплекс как *чувствительных (афферентных)*, так и *двигательных (эфферентных) импульсов*.

Какова же организация сложных психических процессов человеческого мозга? Принципы такой организации были разработаны видным отечественным психологом *Александром Романовичем Лурия (1902-1977)*.

Суть: головной мозг человека, обеспечивающий прием и переработку информации, созданию программ собственных действий и контроль за их выполнением всегда работает как единое целое. В головном мозгу человека выделяют **три основных блока**, каждый из которых играет свою роль в обеспечении психической деятельности.

Первый блок головного мозга - блок тонуса коры, или энергетический блок мозга. Поддерживает тонус (бодрствование) коры для того, чтобы успешно протекали как процессы получения и переработки информации, так и процессы формирования программ и контроля за их выполнением протекали успешно.

Постоянный тонус коры ГМ поддерживается, во-первых, постоянным притоком информации из внешнего мира (животное, лишенное этого притока информации засыпает; «информационный голод» у человека после длительного одиночного пребывания в темной и звуконепроницаемой камере приводит к возникновению галлюцинаций – к нереальным фантастическим образам). Во-

вторых, источник поддержания тонуса коры – импульсы, доходящие от внутренних обменных процессов организма.

Таким образом, первый мозга обеспечивает общий тонус (бодрствование) коры и возможность длительное время сохранять следы возбуждения.

Второй блок головного мозга связан с работой по анализу и синтезу сигналов, приносимых органами чувств из внешнего мира, то есть с приемом, переработкой и хранением получаемой человеком информации. Этот блок является системой центральных приборов, которые воспринимают зрительную, слуховую и тактильную (прикосновение) информацию, перерабатывают или «кодируют» ее и сохраняют в памяти следы полученного опыта. Аппараты этого блока могут рассматриваться как центральные (корковые) отделы воспринимающих их систем (анализаторов) – зрительного, слухового и тактильно – кинестетического, соответственно расположенных в затылочной, височной и теменной областях коры головного мозга.

Третий блок головного мозга человека осуществляет программирование, регуляцию и контроль активной человеческой деятельности. В него входят аппараты, расположенные в передних отделах больших полушарий, ведущее место в нем занимают лобные отделы головного мозга.

Лобные доли мозга играют существенную роль в проведении постоянного контроля над протекающей деятельностью. Больные с поражением лобных долей мозга не могут сличить результаты своих действий с исходным намерением, теряют критическое отношение к своим действиям, лишены возможности осознавать собственные ошибки и исправлять их. Таким образом, лобные доли мозга человека входят существенной составной частью в тот механизм, который играет важнейшую роль в обеспечении саморегулирующейся деятельности человека.

Как известно, все формы работы мозга построены по типу рефлексов, которые распадаются на две большие группы: безусловные (врожденные) и условные рефлексы.

Благодаря безусловным рефлексам приспособление организма к внешнему миру достигается лишь в узких пределах.

При образовании условных рефлексов раздражитель, который ранее был безразличен для организма, становится сигналом другого раздражителя, имеющего для организма прямое жизненное значение.

Рассмотрим подробнее прохождение внешней информации и процессы, происходящие в коре головного мозга.

Информация, полученная рецепторами, передается по нервным волокнам в виде афферентных импульсов в **первичные проекционные зоны** ко-

ры головного мозга (КГМ). Эти зоны представляют собой конечные корковые структуры анализатора.

Так, проективная зона зрительного анализатора располагается в затылочных отделах больших полушарий, а проективная зона слуховых анализаторов – в верхних участках височных долей.

Первичные проективные зоны анализаторов иногда **называют сенсорными зонами**, потому что они связаны с формированием определенного типа ощущений.

Если разрушить какую-либо зону, то человек может потерять способность воспринимать определенный вид информации (так, если разрушить зону

*Нервы, которые проводят сигналы из внешнего мира в ЦНС, входят в первую группу и называются **афферентными**. Нервы, которые проводят сигналы из ЦНС к периферии, входят в другую группу и называются **эфферентными**.*

зрительных ощущений, то человек слепнет). Таким образом, ощущения человека зависят не только от уровня развития и целостности органа чувств (в данном случае – зрения), но и от целостности проводящих путей (нервных волокон) и первичной проективной зоны коры головного мозга.

Кроме сенсорных полей, существуют и другие первичные поля, например, первичные двигательные поля, связанные с мышцами тела и отвечающие за определенные движения.

Первичные поля занимают относительно небольшую площадь КГМ – не более 1/3 части. Большую площадь занимают **вторичные поля**, которые чаще всего называют **ассоциативными**, или **интегративными**.

Вторичные поля коры представляют собой как бы «надстройку» над первичными. Их функции заключаются в синтезе или интегрировании отдельных элементов информации в целостную картину. Так, элементарные ощущения в сенсорных интегративных полях (или перцептивных полях) складываются в целостное восприятие, а отдельные движения, благодаря двигательным интегративным полям, формируются в целостный двигательный акт.

Вторичные поля играют исключительно важную роль в обеспечении функционирования как психики человека, так и самого организма. Если на эти поля воздействовать электрическим током, например, на вторичные поля зрительного анализатора, то у человека можно вызвать целостные зрительные образы, а их разрушение приводит к распаду зрительного восприятия предметов, хотя отдельные ощущения и остаются.

Среди интегративных полей КГМ человека необходимо выделить **дифференцированные только у человека центры речи** (центр слухового восприятия речи и двигательный центр речи). Наличие этих дифференцированных центров речи свидетельствует об особой роли речи для регуляции психики и поведения человека. Однако существуют и другие центры. Так, сознание, мыш-

ление, формирование поведения, волевой контроль связаны с деятельностью лобных долей, так называемых профронтальной и промоторной зон.

Представительство речевой функции у человека асимметрично. Она локализована **в левом полушарии**. Подобное явление получило название **функциональной асимметрии**. Асимметрия характерна не только для речи, но и для других психических функций. Известно, что **левое полушарие** в своей работе выступает как ведущее в осуществлении речевых и других связанных с речью функций: чтения, письма, счета, логической памяти, словесно-логического или абстрактного мышления, других психических процессов и состояний. **Правое полушарие** выполняет не связанные с речью функции, и соответствующие процессы обычно протекают на чувственном уровне.

Левое и правое полушария выполняют различные функции при восприятии и формировании образа отображаемого предмета. Для правого полушария характерны высокая скорость работы по опознанию, его точность и четкость, то есть правое полушарие отвечает за **целостное восприятие объекта**. Левое полушарие функционирует на основе **аналитического подхода**, заключающегося в последовательном переборе элементов образа, то есть левое полушарие осуществляет отображение предмета, формируя отдельные части психического образа. В восприятии внешнего мира задействованы оба полушария. Нарушение деятельности любого из полушарий может привести к невозможности контакта человека с окружающей действительностью. Специализация полушарий происходит в процессе индивидуального развития человека. Максимальная специализация отмечается при достижении человеком периода зрелости, а затем, к старости, эта специализация вновь утрачивается.

Мы должны остановиться на рассмотрении еще одной мозговой структуры – **ретикулярной формации**, которая играет особую роль в регуляции многих психических процессов и свойств. Такое название – **ретикулярная**, или **сетевидная**, – она получила из-за своего строения, так как представляет собой совокупность разреженных, напоминающих тонкую сеть нейронных структур, анатомически расположенных в спинном, продолговатом и заднем мозге.

Нарушение деятельности ретикулярной формации вызывает нарушение биоритмов организма, нарушение сна – человек не может заснуть, или, наоборот, приводит к длительному сну.

Таким образом, как отмечает А.Г.Маклаков, нервная система человека выполняет функции системы, регулирующей деятельность всего организма. Благодаря нервной системе человек в состоянии получать информацию о внешней среде, анализировать ее и формировать адекватное ситуации поведение, то есть успешно адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды [1].

Но интересно знать, а как же происходит передача информации от рецептора в мозг? Человек ощущает и воспринимает объективный мир благодаря мозгу, с которым связаны все органы чувств, которые, в свою очередь, реагируют на определенные раздражители (органы зрения – на световое воздействие,

органы слуха и осязания – на механическое воздействие, органы вкуса и обоняния – на химическое). Однако сам мозг эти воздействия не воспринимает – он реагирует на электрические сигналы, которые создают **рецепторы**. А рецептор – это специализированная нервная клетка, или нейрон, будучи возбужденной, она посылает электрический сигнал промежуточным нейронам. Так, **зрительные рецепторы** расположены тонким слоем на внутренней стороне глаза; в каждом зрительном рецепторе есть химическое, реагирующее на свет, и эта реакция запускает ряд событий, в результате которых возникает нервный импульс. **Слуховые рецепторы** представляют собой тонкие волосяные клетки, расположенные глубоко в ухе; вибрации воздуха, являющиеся звуковым стимулом, изгибают эти волосяные клетки, в результате чего и возникает нервный импульс.

Где-то в мозге этот электрический сигнал вызывает осознанное переживание ощущения, но это ощущение «происходит» не на коже, а в мозге; аналогично, ощущение горького вкуса рождается не на языке, а в мозге. Но мозг воспринимает не только воздействие раздражителя – он также воспринимает и интенсивность воздействия. Следовательно, рецепторы обладают способностью кодировать как интенсивность, так и качественные параметры раздражителя. Экспериментально установлено, что основной способ кодирования интенсивности раздражителя – это число нервных импульсов в единицу времени, то есть частота нервных импульсов.

Так, если кто-то вашей руки слегка коснется, то в нервных волокнах появится ряд электрических импульсов. Если давление увеличивается, величина импульсов остается той же, но их число в единицу времени возрастает. Это пример на осязание (прикосновение), но аналогично этому и с другими модальностями (слух, зрение и т.д.).

Есть и другие способы кодирования интенсивности стимула: в виде временного следования импульсов или в виде абсолютного числа активированных нейронов (чем больше интенсивность стимула, тем больше вовлеченных нейронов).

Кодирование качества стимула более сложное. Как мозг отличает красный цвет от зеленого (зрение), сладкое от кислого (вкус)? В этом вопросе этот процесс до конца не изучен. Или кодирование связано со специфическими нейронами (по «сладким» волокнам передается в основном информация от рецепторов сладкого, по «кислым» волокнам – от рецепторов кислого). Возможны и другие принципы кодирования, то есть одно нервное волокно максимально реагирует, скажем, на сладкое, слабее – на горькое и еще слабее – на соленое [2].

В ходе рассмотрения первого вопроса попытаемся понять: как и в чем проявляется взаимосвязь психики и мозга человека?

Идею о том, что психические явления тесно связаны с работой мозга, поддерживали многие ученые древности (в частности, **Гиппократ**). Идея взаимосвязи мозга и психики развивалась вместе с развитием психологических зна-

ний, и как результат в начале XX века сформировались две науки: **физиология высшей нервной деятельности** (изучает процессы, происходящие в головном мозге и вызывающие различные телесные реакции) и **психофизиология** (изучает анатомо-физиологические основы психики).

В понимание и развитие взаимосвязи мозга человека и психики, психических явлений и поведения внесли большой вклад **И.М.Сеченов** и **И.П.Павлов**. Сеченов полагал, что психические явления имеют место в любом поведенческом акте и сами представляют сложные рефлексы, то есть физиологические явления. Павлов считал, что поведение складывается из сложных условных рефлексов, образованных в процессе научения.

Наряду с их работами, существуют и другие работы. **Н.А.Бернштейн** даже самое простое приобретенное движение, не говоря о сложной человеческой деятельности и поведении в целом, не может быть выполнено без участия психики. Американский ученый **К.Халл** рассматривал живой организм как саморегулируемую систему со специфическими механизмами поведенческой и генетико-биологической регуляции.

Петр Кузьмич Анохин (1898-1974), известный отечественный физиолог, предложил свою концепцию регуляции поведенческого акта. Эта концепция широко известна как *модель функциональной системы*.

Модель функциональной системы. (Организация и регуляция поведенческого акта по модели П.К. Анохина).

Суть данной концепции заключается в том, что человек не может существовать изолированно от окружающего мира. Он постоянно испытывает *воздействие* определенных факторов внешней среды, которое Анохин назвал *обстановочной афферентацией*. Причем одни воздействия могут быть для человека несущественными (неосознаваемыми), а другие – необычными, вызывающими у человека ответную реакцию, которая носит характер *ориентировочной реакции* и является стимулом для проявления активности.

Итак, человек, оказавшийся в той или иной ситуации, подвергается совокупности разнообразных воздействий, которые должны быть восприняты, т.е. субъективно отражены человеком в виде *ощущений и восприятия*. Их взаимодействие с прошлым опытом (памятью) порождает *образ*. Сформировавшись, образ сам по себе поведения не вызывает. Он обязательно должен быть соотнесен с *мотивацией* и той информацией, которая хранится в памяти.

Сравнение образа с *памятью* и *мотивацией* через *сознание* приводит к *принятию решения*, к возникновению в сознании человека *плана* и *программы поведения*: нескольких возможных вариантов действий, которые могут привести к удовлетворению имеющейся потребности.

В центральной нервной системе (ЦНС) ожидаемый итог действий представлен в виде своеобразной нервной модели – *акцептора результата дейст-*

вия. Когда он задан и известна программа действия, начинается процесс осуществления действия.

С самого начала выполнения действия в его регуляцию включается воля и информация о действии передается в ЦНС, сличается там с акцептором действия, порождая определенные эмоции. Туда же через некоторое время попадают сведения о параметрах результата уже выполненного действия.

Если параметры выполненного действия не соответствуют акцептору действия (поставленной цели), то возникает отрицательное эмоциональное состояние, создающее дополнительную мотивацию к продолжению действия, его повторению по скорректированной программе до тех пор, пока полученный результат не совпадет с поставленной целью (акцептором действия). Если это совпадение произошло с первой попытки выполнения действия, то возникает положительная эмоция, прекращающая его.

Таким образом, **теория функциональных систем П.К.Анохина** получила широкое распространение вследствие того, что она позволяет приблизиться к решению вопроса о взаимосвязи физиологических и психических процессов, которые играют важную роль в регуляции поведения. Поведение в принципе невозможно без одновременного участия психических и физиологических процессов.

7.2. Темперамент: типы, свойства и деятельность

Темперамент – совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение.

Свойства темперамента биологически обусловлены и являются врожденными. Тем не менее, темперамент оказывает существенное влияние на формирование характера и поведения человека, иногда определяет его поступки, его индивидуальность, поэтому полностью отделить темперамент от личности нельзя. Он как бы выступает связующим звеном между организмом, личностью и познавательными процессами.

Вопросы об учении темперамента, о его свойствах и типах, особенностях работы с людьми с разными типами темперамента подробно описаны в учебном пособии: [А.В. Агафонов. Психология и педагогика: Тексты лекций: - М.: МГТУ ГА, 2000. - 92с.].

Темперамент - это индивидуально-своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые одинаково проявляясь в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и во взаимосвязи характеризуют тип темперамента.

Когда каждый из нас начинает про себя определять, к какому типу темперамента отнести личный, то надо помнить, что каждый тип темперамента имеет

свои положительные стороны, и темперамент надо не исправлять, а разумно использовать в конкретной деятельности его достоинств.

Создателем учения о темпераментах считается древнегреческий врач **Гиппократ** (V век до н.э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением 4 основных “соков организма” - *крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи*, - входящих в его состав. Самый знаменитый после Гиппократа врач античности **Клавдий Гален** (II век до н.э.), исходя из учения Гиппократа, разработал первую типологию темпераментов в известном трактате “*De temperamentum*” (лат. *temperamentum* - “соразмерность”, “правильная мера”). Согласно его учению тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены темпераменты, которые и в наше время пользуются широкой известностью: **сангвиника** (от лат. *sanguis* - “кровь”), **флегматика** (от греч. *phlegma* - “флегма”), **холерика** (от греч. *chole* - “желчь”) и **меланхолика** (от греч. *melas chole* - “черная желчь”). Эта фантастическая концепция имела огромное влияние на ученых на протяжении многих столетий. Я.Стреляу пишет: “*О влиянии, которое оказало учение древних врачей-философов на дальнейшее развитие типологии темпераментов, можно судить хотя бы по тому, что до середины XVIII в. почти все исследователи видели анатомо-физиологические основы темперамента в строении и функционировании нервной системы*” [7].

Но во всех этих теориях есть один недостаток: они открыто игнорируют роль среды и социальных условий в формировании психических свойств индивида. Давно известна зависимость протекания психических процессов и поведения человека от функционирования нервной системы, выполняющей доминирующую и управляющую роль в организме.

Теория связи некоторых общих свойств нервных процессов с типами темперамента была предложена **И.П.Павловым** и получила развитие и экспериментальное подтверждение в работах его последователей.

Выделенные И.П.Павловым свойства нервных процессов образуют определенные системы, комбинации, которые по его мнению образуют так называемый *тип нервной системы или тип высшей нервной деятельности*. Он складывается из совокупности основных свойств нервной системы - силы возбуждения и торможения, уравновешенности. Павлов выделил 4 основных типа нервной системы, близких к традиционной типологии Гиппократа, основываясь на силе нервных процессов, различая *сильные* и *слабые* типы. Дальнейшим основанием деления служит уравновешенность нервных процессов, но только для сильных типов, которые делятся на *уравновешенные* и *неуравновешенные* (неуравновешенный тип характеризуется преобладанием возбуждения над торможением). И, наконец, сильно уравновешенные типы делятся на *подвижные* и *инертные*, когда основанием деления является подвижность нервных процессов.

Выделенные И.П.Павловым типы нервной системы не только по количеству, но и по основным характеристикам соответствуют четырем классическим типам темперамента:

- **сильный, уравновешенный, подвижный - сангвиник;**
- **сильный, уравновешенный, инертный - флегматик;**
- **сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения - холерик;**
- **слабый тип - меланхолик.**

В настоящее время для составления психологических характеристик традиционных четырех типов обычно выделяются следующие **основные свойства темперамента:**

сензитивность - определяет наименьшую силу внешних воздействий, необходимых для возникновения какой-либо психической реакции человека и скорость возникновения этой реакции;

реактивность - характеризует степень произвольности реакций на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (*критические замечания, обидное слово, резкий тон и др.*);

активность - насколько энергично человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия в достижении целей (*настойчивость, целенаправленность, сосредоточение внимания*);

соотношение реактивности и активности - определяет, от чего в большей степени зависит деятельность человека: от случайных внешних или внутренних обстоятельств (*настроения, случайного события*) или от целей, намерений, убеждений;

пластичность и ригидность - насколько легко и гибко приспосабливается человек к внешним воздействиям (*пластичность*) или насколько инертно и косно его поведение;

темпы реакций - характеризует скорость протекания различных психических реакций и процессов (*темпы речи, динамика жестов, быстрота ума*);

экстраверсия, интроверсия - определяет, от чего преимущественно зависят реакции и деятельность человека (*от внешних впечатлений, возникающих в данный момент, - экстраверт; или от образов, представлений и мыслей, связанных с прошлым и будущим, - интроверт*); *эмоциональная возбудимость* - насколько слабое воздействие необходимо для возникновения эмоциональной реакции, и с какой скоростью она возникает.

Учитывая все перечисленные свойства, Я.Стреляу дает следующие психологические характеристики основных классических типов темперамента [7].

Сангвиник. Человек с повышенной реактивностью, но при этом активность и реактивность у него уравновешены. Он живо, возбужденно откликается на все, что привлекает его внимание, обладает живой мимикой и выразительными движениями. По незначительному поводу он громко хохочет, а не-

существенный факт может сильно его рассердить. По его лицу легко угадать его настроение, отношение к предмету или человеку. У него высокий порог чувствительности, поэтому он не замечает очень слабых звуков и световых раздражителей. Обладая повышенной активностью и будучи очень энергичным и работоспособным, он активно принимается за новое дело и может долго работать не утомляясь. Способен быстро сосредоточиться, дисциплинирован, при желании может сдерживать проявление своих чувств и произвольные реакции. Ему присущи быстрые движения, гибкость ума, находчивость, быстрый темп речи, быстрое включение в новую работу. Высокая пластичность проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов и стремлений. Сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке. Без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевая новыми навыками. Как правило, он в большей степени откликается на внешние впечатления, чем на субъективные образы и представления о прошлом и будущем, *экстраверт*.

Холерик. *Как и сангвиник, отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью. Но у холерика реактивность явно преобладает над активностью, поэтому он необуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник. Отсюда большая устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, возможны затруднения в переключении внимания, он скорее экстраверт.*

Флегматик *обладает высокой активностью, значительно преобладающей над малой реактивностью, малой чувствительностью и эмоциональностью. Его трудно рассмешить и опечалить - когда вокруг громко смеются, он может оставаться невозмутимым. При больших неприятностях остается спокойным. Обычно у него бедная мимика, движения невыразительны и замедлены, также как речь. Он не находчив, с трудом переключает внимание и приспосабливается к новой обстановке, медленно перестраивает навыки и привычки. При этом он энергичен и работоспособен. Отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Как правило, он трудно сходится с новыми людьми, слабо откликается на внешние впечатления, интраверт.*

Меланхолик. *Человек с высокой чувствительностью и малой реактивностью. Повышенная чувствительность при большой инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны. Обычно он неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки. Меланхолик неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется и малоработоспособен. Ему присуще легко отвлекаемое и неустойчивое внимание, замедленный темп всех психических процессов. Большинство меланхоликов интраверты.*

Твердо установлено, что тип темперамента у человека - врожденный, а от каких именно свойств его врожденной организации он зависит, еще до конца не выяснено.

Продуктивность работы человека связана с особенностями его темперамента.

У **сангвиника** особая подвижность (реактивность) принесет дополнительный эффект, если работа требует смены объектов общения, рода занятий, частого перехода от одного ритма жизни к другому.

Флегматик легко осуществляет медленные и плавные движения, отдает предпочтение стереотипным способам действия, пунктуально соблюдает однажды принятый порядок.

Меланхолик сильнее мотивирован на выполнение более простых действий, чем остальные, он меньше устает и раздражается от их повторения.

Показано, что **сангвиники и холерики** проявляют меньшую сопротивляемость и пониженную продуктивность в ситуациях, когда условия и способы деятельности строго регламентированы и не допускают включения индивидуальных приемов.

Рассмотрим ряд советов, которые дает Р.М.Грановская.

Деятельность **холериков** полезно контролировать как можно чаще, в работе с ним недопустима резкость, несдержанность, так как они могут вызвать отрицательную ответную реакцию. В то же время любой его поступок должен быть требовательно и справедливо оценен. При этом отрицательные оценки необходимы лишь в очень энергичной форме и настолько часто, насколько это требуется для улучшения результатов его работы или учебы.

Перед **сангвиником** следует непрерывно ставить новые, по возможности интересные задачи, требующие от него сосредоточенности и напряжения. Необходимо постоянно включать его в активную деятельность и систематически поощрять его усилия.

Флегматика нужно вовлекать в активную деятельность и заинтересовать. Он требует к себе систематического внимания. Его нельзя быстро переключить с одной задачи на другую.

К **меланхолику** нельзя проявлять не только резкость, грубость, но и просто повышенный тон, иронию. О поступке, совершенном меланхоликом, лучше поговорить наедине. Он требует особого внимания, следует вовремя хвалить его за проявленные успехи, решительность и волю. Отрицательную оценку следует использовать как можно осторожнее, всячески смягчая негативное действие. *Меланхолик - самый чувствительный и ранимый тип. С ним надо быть предельно мягким и доброжелательным.*

Таким образом, от темперамента зависит, каким способом человек реализует свои действия, но при этом не зависит их содержательная сторона. Темперамент проявляется в особенностях протекания психических процессов,

влияя на скорость воспоминания и прочность запоминания, беглость мыслительных операций, устойчивость и переключаемость внимания.



Рис 8. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №7.

Контрольные вопросы

1. Какова организация сложных психических процессов человеческого мозга?
2. Какую роль в обеспечении психической деятельности человека играет энергетический блок мозга?
3. Какую роль в обеспечении психической деятельности человека играет второй блок головного мозга?
4. Какую роль в обеспечении психической деятельности человека играет третий блок головного мозга?
5. Какие функции выполняют левое и правое полушария головного мозга человека?
6. Как происходит передача информации от рецептора в мозг?

7. Какие психические процессы в организации и регуляции поведенческого акта включает модель функциональной системы (по П.К. Анохину)?
8. Дайте определение «темперамента».
9. Назовите, какие свойства темперамента вы знаете.
10. В чем выражаются свойства темперамента: сензитивность и регидность?
11. В чем выражаются свойства темперамента: экстраверсия и интраверсия?
12. Дайте психологическую характеристику «сангвинику».
13. Дайте психологическую характеристику «холерику».
14. Дайте психологическую характеристику «флегматику».
15. Дайте психологическую характеристику «меланхолику».
16. Дайте сравнительную оценку продуктивности работы человека связанную с особенностями его темперамента.
17. Назовите ряд советов по осуществлению контроля деятельности каждого типа темперамента.

Рекомендуемая литература

1. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.70-88, 114, 553-567. ил. (Серия «Учебник нового века»).
2. Аткинсон Р.Л., Аткинсон Р.С., Смит Э.Е. и др. Введение в психологию: Учебник для университетов / Пер. с англ. под ред. В.П.Зинченко. – М.: Трикола, 1999.
3. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997, с.70-112.
4. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер. 2000, с.86-103. ил. (Серия «Учебник нового века»).
5. Немов Р.С. Общие основы психологии. В 2 книгах. Книга 1. - М: Просвещение, ВЛАДОС, 1994, с.284.
6. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000. - 93с.
7. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. - М., 1982, с.20
8. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56с.

Тема № 8. РОЛЕВОЙ УРОВЕНЬ ПОВЕДЕНИЯ И ЕГО ОТРАЖЕНИЕ В ПСИХИКЕ

8.1. Ролевой уровень поведения. Позитивное мышление.

Вся наша деятельность – это чаще всего общение, в том числе и деловое. Любой акт делового общения может быть представлен как ролевое поведение. Что такое роль?

Роль - это способ поведения, задаваемый обществом [1].

Она складывается из двух переменных: **базовых психологических установок нашего “Я” и ожиданий других людей.**

Бывает, что в течение одного дня человеку приходится “играть” несколько ролей: руководителя, коллеги, подчиненного, партнера по переговорам и т.д. Во всех случаях предпосылкой успеха является не только всесторонний и глубокий анализ деловой ситуации, но и готовность к успеху, обусловленная состоянием и ориентацией нашего “Я”. Единственное ограничение, которое налагается на нас, - это *наша неспособность признать неограниченность наших возможностей.*

Вместе с тем не нужно никаких усилий, чтобы смириться с поражением, ленивым созерцанием собственных неудач. Большинство проживает всю жизнь, так и не использовав возможность полного контроля над собственными чувствами, не отдавая себе отчета в том, что это единственное, что подвластно нашей воле.

Таким образом, необходимо постоянно развивать **позитивное мышление**. Позитивное восприятие действительности означает, что мы должны направить свои усилия на решение стоящих перед нами проблем вместо того, чтобы сетовать по поводу их существования.

Победитель “вгрызается” в проблему, тогда как **неудачник** всячески старается ее обойти, но постоянно на нее наталкивается. Есть только **два типа проблем**: - проблемы, которые мы в состоянии решить;

- проблемы, с которыми мы ничего поделать не можем (Например, какой смысл переживать по поводу своего роста? Действительно, что можно сделать с ростом человека? Ничего).

Позитивное мышление предполагает отказ от бесплодных сетований по поводу надуманных и еще не существующих трудностей. Тем более непродуктивно завидовать другим - лучше радоваться их продвижению и просить у них советов, как нам добиться успехов в своей деятельности.

8.2. Базовые психологические установки нашего “Я”

Они формируются в результате закрепления наиболее часто повторяющихся реакций, положительных или отрицательных, на окружающих нас людей. Они включает как самооценку, так и оценку нами тех, с кем мы общаемся.

Люди, негативно относящиеся к самим себе, имеют тенденцию в течение жизни накапливать отрицательные впечатления о собственной личности. Те, кто относится к себе позитивно, проявляют тенденцию к постепенному накоплению и усилению положительного самовосприятия.

Возможны четыре вида установок по отношению к окружающим:

1) “Я хороший - ты хороший”. Это самая нравственная продуктивная установка, поскольку в большинстве случаев нам причиняют зло не по умыслу, а по недомыслию, в силу своей нравственной незрелости. Люди с этой установкой знают себе цену и ожидают, что другие воздадут им должное. Они трудятся и сотрудничают конструктивно. Это “победители”, они “выигрывают”.

2) “Я хороший - ты плохой”. Эта установка характерна для тех, кто не способен к созидательному самоутверждению. Они спихивают ответственность за свои проблемы на других и пытаются в случае неудачи найти козла отпущения среди коллег или подчиненных, выместить на них свою досаду. В этом случае мнимое самоутверждение происходит за счет унижения других, что аморально и малопродуктивно.

3) “Я плохой - ты хороший”. Такая установка типична для людей с комплексами неполноценности, чувствующих себя бессильными по сравнению с другими. Они часто стремятся избегать тесных контактов с окружающими либо прилипают, как паразиты, к сильным личностям. Часто такие люди пребывают в состоянии депрессии.

4) “Я плохой - ты плохой”. Эта установка ведет к саморазложению личности, порождает чувство безнадежности и потерю интереса к жизни. Люди с такой установкой легко раздражаются, подвержены тяжелым депрессиям и непредсказуемы. Они ходят по замкнутому кругу и никуда не приходят.

Редко кто придерживается исключительно одной из этих четырех установок, но одна из них, как правило, доминирует. Поэтому особенно важно, постоянно работая над собой, осознанно и целенаправленно стремиться к укреплению чувства “все в порядке”, преодолевать негативное отношение к окружающим и к самому себе. Древняя молитва гласит: «Господи! Дай мне силы изменить то, что я могу изменить, дай мне мужество стерпеть то, что я не в состоянии изменить и дай мне мудрость отличить одно от другого!»

Стиль и социально-психологические проблемы руководства.

Многие из вас будут выступать, а кто-то уже выступает в роли руководителя (начальника, заведующего, командира, ответственного, старшего и т.д.). А это значит, что надо уметь организовать деловое общение в рабочей группе, что эффективность и комфортность делового общения в группе в огромной степени зависят от его руководителя и его **стиля руководства**. *Стиль – это проявление и выражение индивидуальности руководителя*. Но то, что удобно и привычно руководителю, вовсе не обязательно является таковым для его подчиненных - а это приводит к многочисленным **психологическим проблемам**, которые затрудняют деловое общение и снижают эффективность руководства. *Как научиться понимать их природу и заранее принимать необходимые меры в виде коррекции стиля руководства – задача непростая, но разрешимая, если прислушаться к рекомендациям социальной и управленческой психологии*. А так как этот вопрос касается нашей темы занятия, то начнем с уяснения **тезауруса** (научных терминов, понятий) стиля руководства.

***Стиль руководства** – совокупность применяемых руководителем **методов воздействия** на подчиненных, а также **форму (манеру, характер и т.д.) исполнения** этих методов*. Это понятие призвано отразить не вообще поведение руководителя, а только *устойчивые, постоянные его характеристики, сохраняющиеся в различных ситуациях*.

При этом конкретных методов управленческого воздействия существует много. В аналитических целях обычно различают три основных типа: **административный (командный), экономический (договорной), социально-психологический**. Искусство руководства состоит в том, чтобы в конкретной ситуации подобрать такой комплекс управленческих воздействий (из приведенных трех типов), который обеспечит максимальную эффективность работы группы.

При этом на объективную необходимость выбора методов управления того или иного типа накладывается субъективная предрасположенность руководителя к «любимым» навыкам делового общения. *Все это вместе и образует в каждом случае своеобразный характер делового общения с подчиненными, который и называют стилем руководства*.

Люди, занимающие у нас начальственные должности, вырабатывают свой собственный стиль руководства по большей части интуитивно, «методом проб и ошибок», годами накапливая положительный опыт. Конечно, и науками (социальной психологией, менеджмента) накоплен огромный эмпирический материал, построено множество теоретических моделей и вариантов стилей руководства.

Остановимся на самой популярной типологии **индивидуальных стилей руководства**, разработанной еще в 30-е гг. эмигрировавшим в США немецким

психологом *Куртом Левиным (1890-1947)*. В ней выделены три стиля руководства:

- **авторитарный** – присущ единоличный способ принятия управленческих решений, жесткий и строгий контроль руководителя за выполнением заданий, ожидание беспрекословного повиновения подчиненных, предпочтение репрессивных методов воздействия на исполнителей, минимальное информирование сотрудников об общем состоянии дел в организации;

- **демократический** – наоборот, характеризуется необходимостью коллегиальных способов принятия решений: регулярные обсуждения рабочих проблем, учет мнений и инициатив сотрудников, распределение работы в условиях полной открытости и информированности работников, широкое делегирование полномочий, умеренный контроль за выполнением заданий (ставка на самоконтроль исполнителей), предпочтение поощрительным средствам воздействия;

- **нейтральный, или попустительский** – означает предоставление возможности делам идти самотеком, отсутствие четкости в распределении заданий, прав и обязанностей сотрудников, незначительный контроль подчиненных, использование коллективного способа принятия решений для ухода от ответственности. Левин назвал этот стиль **анархическим**, так как его неперемные условия – практически полная свобода исполнителей при слабом управленческом воздействии.

Руководитель авторитарного стиля ориентирован исключительно на производственные задачи. Личностные же проблемы работников (удовлетворенность условиями труда и его оплатой, карьерный рост и пр.) его интересуют мало.

Руководитель демократического стиля, как правило, с ровным тоном в общении, доброжелательный, открытый, терпимый к критике. Считается, что данный стиль руководства ориентирован в первую очередь на человека, работника, раскрытие творческих возможностей которого и приводит, в конечном счете, к высоким производственным показателям.

Руководитель нейтрального стиля безразличен как к нуждам персонала, так и к критике в свой адрес. Хотя обычно бывает приветлив и тактичен в общении, избегает как позитивных, так и негативных оценок сотрудников.

Почти за полвека исследований стилей руководства однозначной связи между эффективностью работы группы и тем или иным стилем руководства не выявлено: **и демократический, и авторитарный стили дают примерно равные показатели продуктивности.** В итоге возобладал так называемый **ситуационный подход**: нет управленческих решений, годных на все случаи жизни; все зависит от конкретной ситуации, определяемой, в свою очередь, множеством самых разнообразных факторов. В их числе: условия деятельности группы, характер решаемых задач, квалификация исполнителей, продолжительность совместной работы и т.д. Совокупность этих факторов и создает неповторимую

ситуацию деятельности группы, которая как бы задает, востребует определенные черты стиля руководства.

Чем тяжелее, сложнее условия работы коллектива (неплатежи, срыв поставок, угроза банкротства и пр.), тем более люди склонны к «сильной руке», иметь властного и твердого руководителя, способного взять на себя всю ответственность за решение практически нерешаемых проблем.

При всех «издержках» **авторитарному стилю** присущи и **немаловажные достоинства**:

- обеспечивает четкость и оперативность управления;
- создает видимое единство управленческих действий для достижения поставленных целей;
- минимизирует время принятия решения, в малых организациях обеспечивает быструю реакцию на изменение внешних условий;
- не требует особых материальных затрат;
- в «молодых», недавно созданных предприятиях позволяет успешнее (быстрее) справиться с трудностями становления и пр.

А недостатки этого стиля:

- подавление инициативы, творческого потенциала исполнителей;
- отсутствие действенных стимулов труда;
- громоздкая система контроля;
- в крупных организациях – бюрократизация аппарата управления;
- невысокая удовлетворенность исполнителей своим трудом;
- высокая степень зависимости работы группы от постоянного волевого прессинга руководителя и пр.

Преодолеть эти недостатки позволяют экономические и социально-психологические методы управления, свойственные **демократическому стилю руководства**. *Этот стиль позволяет:*

- стимулировать проявление инициативы, раскрывать творческий потенциал исполнителей;
- успешнее решать инновационные, нестандартные задачи;
- эффективнее использовать материально-договорные стимулы труда;
- включить также *психологические механизмы трудовой мотивации*;
- повышать удовлетворенность исполнителей своим трудом;
- создавать благоприятный психологический климат в коллективе и т.д.

Однако демократический стиль руководства не при всех условиях применим. Как правило, он успешно работает при следующих условиях:

- стабильном, устоявшемся коллективе;
- высокой квалификации работников;
- наличии активных, инициативных, нестандартно думающих и действующих работников (пусть даже и в небольшом количестве);
- неэкстремальных производственных условиях;

- возможности осуществления весомых материальных затрат.

Что же касается третьего, **попустительского стиля руководства**, то считается общепризнанным, что допускаемая или неконтролируемая свобода персонала в сфере производства почти всегда вредна. Однако возможны ситуации, когда такой стиль руководства оправдан. Например, при очень высокой компетентности и ответственности персонала и слабой подготовке самого руководителя. Вероятно также, что такой стиль может подойти для руководства научными или другими творческими коллективами, но при обязательном наличии сильных и дисциплинированных исполнителей.

Таким образом, применение рассмотренных стилей руководства определяет в конечном счете **производственная ситуация**, описываемая множеством факторов. Отсюда следует, что *руководитель обязан уметь применять любые стили руководства, меняя их в зависимости от ситуации.*

Спрашивается: а возможно ли такое на практике? А как рассматривать с психологической точки зрения такой знаменитый афоризм: **«Стиль – это человек»?** Менять стили руководства «как перчатки» невозможно в силу как раз психологических причин. Личная предрасположенность человека к авторитарным, демократическим или нейтральным формам поведения в значительной мере определяется его темпераментом, который, в свою очередь, зависит от типа нервной системы человека. А это – характеристика врожденная, и изменить ее в принципе нельзя. Поэтому предпочтение того или иного стиля в значительной мере предопределено психологическими характеристиками самой личности руководителя.

Если Вы **флегматик** (*интровертированная личность*), то авторитарные методы руководства людьми будут у Вас получаться много хуже, чем демократические или нейтральные.

Если Вы **холерик** (*экстравертированная личность*), то наоборот, легче и естественнее применять директивные методы управления, чем играть в демократию.

Таким образом, каждого из нас сама природа как бы направляет в сторону того или иного стиля руководства.

Поэтому, если Вы руководитель и чувствуете неодолимую потребность в авторитарных или демократических приемах, не пытайтесь радикально поменять свой стиль, даже если того требует ситуация, – ничего не выйдет. Однако нельзя утверждать, что со сложившимся стилем руководства вообще ничего поделать нельзя – это неправильно. Мы говорим: раз нет «чистых» темпераментов (т.е. «чистый» флегматик, сангвиник, холерик, меланхолик), то, конечно, если того требуют обстоятельства, можно и нужно скорректировать свой стиль руководства.

Как нет в природе «чистых» темпераментов, так нет и «идеальных типов» стилей руководства – они не встречаются в природе деловых отношений.

Любой реальный стиль конкретного руководителя – это всегда некая комбинация приемов из множества стилей, но, конечно, с преобладанием какого-то одного. Поэтому потенциально руководитель может развить в себе почти любые качества или стилевые черты, которые требуются в конкретной ситуации.

Надо отметить, что выбор оптимального стиля руководства в классическом диапазоне «авторитарность – демократизм» - задача непростая, поскольку в ее исходных условиях заложено противоречие. Разные параметры работы подчиненных регулируются разными методами: «будить» инициативу, создавать творческую атмосферу можно *только демократическими средствами*, а укреплять дисциплину, исполнительность, четкость в работе – *преимущественно административными (т.е. авторитарными).*

Снимать это противоречие на практике удастся либо ранжированием ситуационных факторов (выбираем, что на данный момент для работы группы важнее – укрепление дисциплины или стимулирование творческого поиска), либо сочетанием командных и договорных методов управления (обеспечиваем максимум демократизма на этапе принятия решений и используем авторитаризм на стадии исполнения принятых решений).

Рассмотрев вопросы ролевого уровня поведения, позитивного мышления и стиля руководства с точки зрения психологических проблем, вам как будущим руководителям важно знать, что управленческий процесс традиционно расчленен на пять этапов: планирование, организация, руководство людьми, мотивация и контроль. В соответствии с этим делением можно определить и **основные функции руководящей деятельности:**

- *стратегическая (планирование);*
- *администраторская (организация);*
- *коммуникативно-регулирующая;*
- *мотивационная;*
- *контролирующая и т.д.*

Функций руководства много больше, но каждая из вышеприведенных порождает крупные психологические проблемы.

Так, *стратегическая функция* опирается в три проблемы:

- 1) *проблема принятия решения* (единолично – коллективно);
- 2) *проблема ограниченности времени* (нет времени подумать на перспективу, «текучка заедает»);
- 3) *проблема инновационной активности* (помните: лучшее – враг хорошего).

В ходе *администраторской функции* особое место занимают разного рода **наказания и поощрения** (так называемый *метод «кнута и пряника»*). Вся психология второй половины XX века твердо стоит на том, что «пряник» гораздо предпочтительней «кнута» и много эффективнее в управлении людьми.

«Управлять подчиненными по их положительным отклонениям!» – вот лозунг сегодняшнего дня.

Действенность «негативных стимулов» в управленческой практике сильно подпорчена, потому что они:

- конфликтогенны;
- снижают самооценку работников, нарушают их психологическое равновесие;
- порождают страх совершения ошибок;
- не способствуют устойчивому росту производительности;
- плохо обучают, так как человек в этом случае учится, в первую очередь, избегать наказания, а не формировать «правильное» поведение.

Таким образом, общее правило, как результат многочисленных исследований, состоит в том, что «положительные подкрепления» (поощрения, вознаграждения) действуют эффективнее, чем «отрицательные». Они много лучше и обучают подчиненных, психологически закрепляют образцы требуемого поведения, способствуют формированию благоприятного психологического климата в коллективе, повышают самооценку людей, успешно «мотивируют» их на производительный труд и т.д.

Коммуникативно-регулирующая функция включает *установление благоприятных отношений руководителя с подчиненными*. Сами собой такие отношения возникают редко. Их надо строить, и от руководителя зависит и требуется много больше, чем от подчиненного. Часто руководитель не может найти нужного контакта с подчиненными. Они «не понимают» друг друга. Природа этого взаимонепонимания часто лежит в области психологии, точнее в нарушениях межличностного общения. И чем «дальше» руководитель от подчиненного, тем больше вероятность совершения ошибок, прежде всего в оценке как качеств людей, так и их действий.

Одной из психологических ошибок в общении является так называемый *феномен каузальной атрибуции (приписывание причин)*. Суть его в том, что, оценивая поступки людей, как правило, стараются определить причины, их вызывающие. Но так как информации бывает недостаточно, то начинают искать не истинные причины, а *приписывать* их интересующим личностям. Это ведет к ошибкам, а если их совершает руководитель, это еще больше ухудшает отношения. Так, экспериментально подтверждено, что *участник событий*, как правило, приписывает причину *обстоятельствам*, в то время как *наблюдатель – личности деятеля*.

Аналогичны и атрибутивные ошибки «защитного» толка: *успех* мы, как правило ставим в заслугу *себе*, а *неуспех* списываем на *обстоятельства*; когда же речь идет о *других людях*, логика меняется: их *успех* мы склонны приписывать *благоприятным обстоятельствам*, а вот *неудачи* – *взваливать на личные особенности*.

А так как чаще всего **руководитель** по отношению к подчиненному находится в позиции **наблюдателя**, то у него часто возникает соблазн объяснить неуспех ленью, тупостью, недостатком усердия и прочими деловыми грехами подчиненных.

В то же время некоторые источники утверждают, что 86% всех отклонений от нормальной работы происходит по вине обстоятельств, и только 14% относится к людям [1]. Даже если это и преувеличение, все равно порядок величин подсказывает: не усердствуйте в поиске виновных, переключитесь на обстоятельства. Подумайте: была ли возможность выполнить задание, достаточно ли было времени, средств, материалов, информации и пр.? А если виноваты все же люди, то тем ли сотрудникам Вы дали задание, располагали ли они нужной квалификацией, были ли заранее определены мера и форма ответственности?

Психологические ошибки при восприятии и оценке подчиненных опасны тем, что непроизвольны и незаметны, плохо самодиагностируются. Их анализ требует взгляда со стороны. Ошибки, совершаемые руководителем при прямом воздействии на подчиненного, более очевидны, «вылезают» почти сразу же. Например:

- стереотипная реакция («Это на Вас похоже! Здесь ни на кого нельзя положиться!»);
- поспешное решение под воздействием аффекта («Вы уволены без выходного пособия!»);
- принятие решения без осмысления ситуации («Почему Вы сидите без дела?» - А может быть, человеку плохо, или он только что закончил трудное задание);
- недостаточный учет последствий предпринимаемых действий и т.д.

Для повседневной работы с подчиненными вполне достаточно следовать некоторым общим принципам взаимоотношений:

- старайтесь управлять людьми по их «положительным отклонениям». Замечайте любые позитивные детали и приветствуйте их публично;
- создавайте атмосферу доверия, показывайте подчиненным, что Вы верите в их способности и возможности;
- оценивайте в первую очередь обстоятельства, в которые угодил подчиненный, а не его личность;
- больше просите, чем приказывайте;
- будьте терпимы к инакомыслию и индивидуальным особенностям подчиненных;
- не пренебрегайте компромиссами, уступками и т.п.;
- не забывайте о приемах оптимизации коммуникативного общения, работая с подчиненными.

Вообще надо чаще обращаться к своим подчиненным (не с критикой, конечно); даже незначительный знак внимания руководителя, как правило, наполняет сердце подчиненного благодарностью. Но излишне обольщаться на-

счет возможности установления идиллических отношений с подчиненными тоже не стоит.

Любому руководителю приходилось сталкиваться с так называемыми «трудными служащими». Известные английские специалисты в области управления *М.Будкок* и *Д.Фрэнсис* выделили **12 типов таких «трудных подчиненных»**: ленивые, злые, беспомощные, эмоциональные, аморальные, занимающие оборонительную позицию, ожесточенные, уклоняющиеся, бесчувственные, неумные, самоуверенные, запуганные [*Будкок М., Фрэнсис Д.* Раскрепощенный менеджер. – М.: Дело, 1991, с.214-215]. Такие работники, как правило, плохо управляемы. Но не пытайтесь изменить таких людей! Без специальных психологических методик коррекции поведения ничего не получится, а на производстве заниматься этим, конечно же, некогда. Но и уволив их, проблему не решить – новые будут такими же.

Интересный эпизод приводится в этой связи, когда на жалобу секретаря Союза писателей СССР на своих подопечных вождь советского народа И.В.Сталин отреагировал так: «У меня других писателей нет. Работайте с этими». И действительно, хороший ответ. «Работайте с этими», ищите в них положительные качества, которые можно использовать на благо, стремитесь к всемерной открытости отношений, не навешивайте ярлыки на людей, не применяйте принцип «око за око» и т.д. И самое важное: работая с «трудными служащими», следите за тем, чтобы самим не превратиться в «трудного босса» [*Лавриненко В.Н.* Психология и этика делового общения... – с.202].

Итак, резюме по стилю руководства:

- стиль руководства – характеристика строго индивидуальная;
- его направленность определяется в основном тремя параметрами: личностью руководителя, зрелостью коллектива и производственной ситуации;
- наилучшего стиля нет, его оптимальность зависит от сочетания трех указанных параметров;
- стиль руководства складывается по большей части объективно, но его можно корректировать (и существенно) в требуемом направлении;
- корректируя свой собственный стиль руководства, помните, что Вы не первый пытаетесь это делать. Уже накоплен и обобщен большой опыт разрешения психологических проблем, связанных с руководством. Желание и умение им пользоваться – тоже стилевая черта руководителя, и притом уместная во всех возможных стилях.

Конфликты и пути их разрешения

Каждый из вас испытал на себе столкновение между противоположно направленными интересами, мнениями, целями, различными представлениями о способе их достижения в межличностных отношениях между людьми. Как об-

разно заметил американский психолог **Б.Вул**, «жизнь – процесс решения бесконечного количества конфликтов. Человек не может избежать их. Он может решить, участвовать в выработке решений или оставить это другим.» Поэтому руководителю, да и каждому из нас необходимо иметь хотя бы элементарные представления о конфликтах, способах поведения при их возникновении, умению находить достойный выход из них. Как только возникает конфликт, а он всегда связан с эмоциями, напряжением, стрессовыми ситуациями, то в результате наносится ущерб здоровью участников этого конфликта.

Каждый конфликт имеет четко выраженную структуру. **В любом конфликте присутствуют:**

- **объект конфликтной ситуации**, связанный либо с организационными и технологическими трудностями, либо со спецификой деловых и личных отношений конфликтующих сторон;

- **цели, субъективные мотивы его участников**, обусловленные их взглядами и убеждениями, материальными и духовными интересами;

- **оппоненты, конкретные лица**, являющиеся участниками;
- **непосредственный повод** к столкновению;
- **подлинные причины** столкновения, зачастую скрываемые.

Руководителю важно помнить, что пока существуют все перечисленные элементы структуры конфликта (кроме повода), он неустраним. Попытка прекратить конфликтную ситуацию силовым давлением либо уговорами приводит к нарастанию, расширению его за счет привлечения новых лиц, групп или организаций. Следовательно, необходимо устранить хотя бы один из существующих элементов структуры конфликта.

В чем же предпосылка возникновения конфликта в процессе общения?

Процесс общения предполагает наличие следующих трех факторов: восприятия, эмоций и обмена информацией.

Особенности восприятия. Люди, часто разговаривая, не понимают друг друга, так как значительная часть информации существует на уровне бессознательного и не может быть выражена полностью словами. Из-за ограниченного словарного запаса, недостатка времени или по другим причинам не считается нужным все говорить, а потому иногда воспринимается собеседником за счет невербальных средств коммуникации (мимики, интонации, жестов, поз и т.д.).

Кроме того, у каждого человека существуют свои особенности в восприятии другого человека. Есть люди (**визуалы**), которые любят зрительно предьявляемое, конкретность, не терпят хождений перед ними во время общения,

«Конфликт – столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций в сознании отдельно взятого индивида или групп людей, связанное с отрицательными эмоциональными переживаниями.»

[Краткий психологический словарь / Под ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. – М., 1985].

склонны к обвинительным утверждениям. Есть люди (**аудиалы**), которые все воспринимают через слуховые образы, музыку, речь. Есть и третья категория людей (**кинестетики**) – которые воспринимают все через состояние своего тела. Все это вместе взятое и создает предпосылки к конфликту и трудности в управлении им.

Какие же *индивидуальные особенности личности (черты характера)* создают у человека склонность или предрасположенность к конфликтным отношениям с другими людьми?

К таким качествам относятся:

- неадекватная самооценка своих возможностей и способностей, которая может быть как завышенной, так и заниженной. И в том, и в другом случае она может противоречить аналогичной оценке окружающих – а в результате есть почва для конфликта;
- стремление доминировать во что бы то ни стало там, где это возможно и невозможно, сказать свое последнее слово;
- консерватизм мышления, взглядов, убеждений, нежелание преодолеть устаревшие традиции;
- излишняя принципиальность и прямолинейность в высказываниях и суждениях, стремление во что бы то ни стало сказать правду в глаза;
- критический настрой, особенно необоснованный и неаргументированный;
- определенный набор эмоциональных качеств личности – тревожность, агрессивность, упрямство, раздражительность, подозрительность, болезненная обидчивость.

Конфликт возникает, если личностные особенности человека или группы приходят к столкновению с вышеназванными особенностями человека, предрасположенного к конфликтам, то есть при наличии межличностной или социально-психологической несовместимости.

Рассмотрим пример несовместимых типов из области темперамента.

Интровертированная личность (флегматик, меланхолик) и экстравертированная личность (сангвиник, холерик) успешно справляются с порученной им работой. В аварийной ситуации медлительность флегматика, его желание основательно обдумать ход деятельности и вспыльчивость, неуравновешенность и суетливость холерика могут стать причиной конфликтных отношений между ними.

Как отмечают некоторые руководители недавно созданных фирм, часто основой для межличностной несовместимости становятся различия в потребностях, интересах, целях различных людей, вступающих во взаимодействие. У руководителя фирмы свой интерес – расширить дело, а у сотрудников свой – как можно большую получить зарплату. Это создает трения между ними, которые могут привести к конфликту даже близких людей.

Какая стратегия поведения должна быть выбрана в конфликтной ситуации?

Исследователи *К.У.Томас* и *Р.Х.Килменн* указывают на *пять основных стилей поведения при конфликте*:

- конкуренция (соперничество);
- сотрудничество;
- компромисс;
- приспособление;
- игнорирование или уклонение.

Они образуют **сетку Томаса - Килменна**, которая дает возможность каждому человеку создать свой собственный стиль разрешения конфликта (рис.8.1).

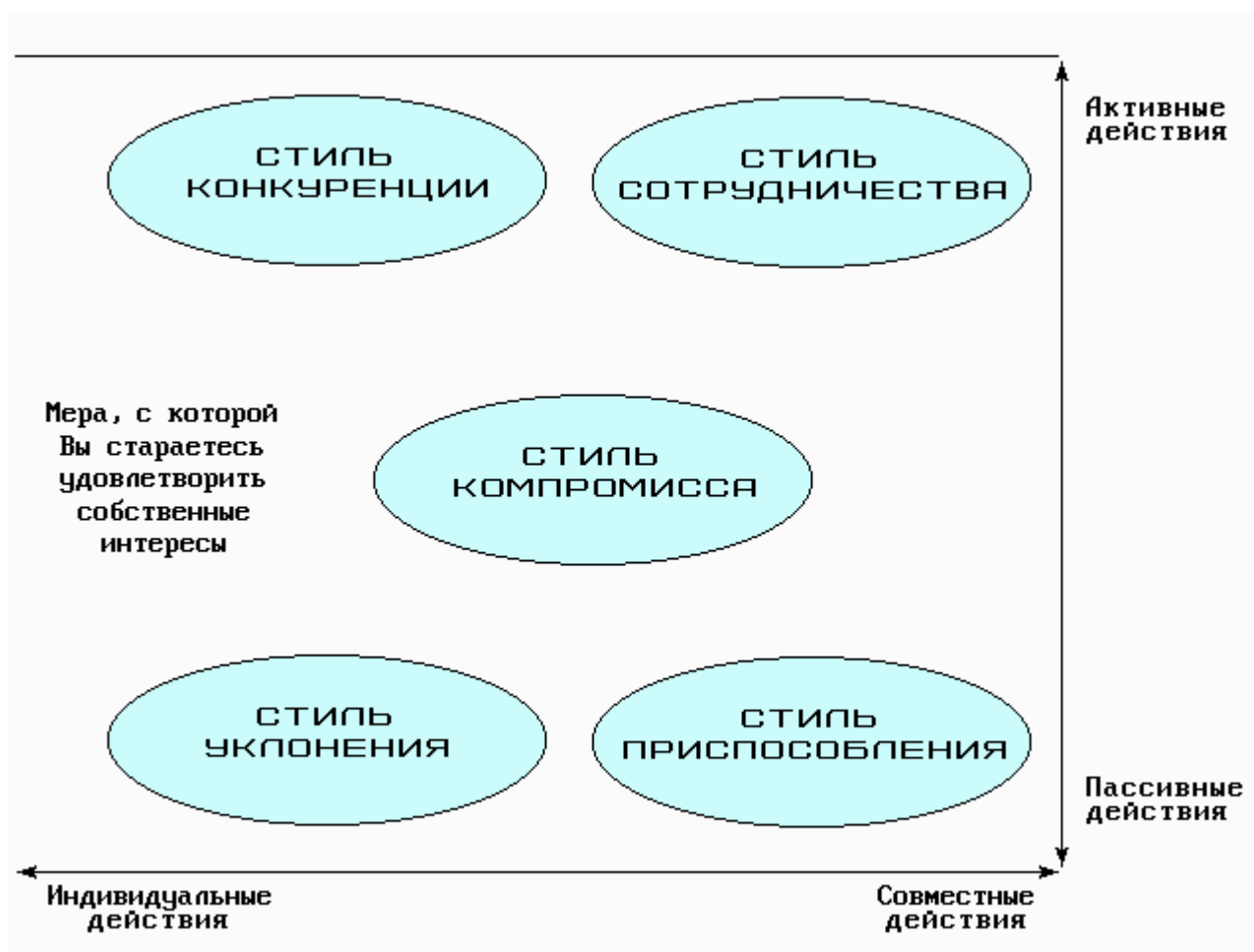


Рис.9. Сетка Томаса – Килменна.

Рекомендации по наиболее целесообразному использованию:

а) стиля конкуренции (соперничества). Более 70% всех случаев в конфликте – стремление к выигрышу, победе. Его может использовать человек, обладающий сильной волей, достаточным авторитетом, властью. Его можно использовать, если Вы:

- обладаете достаточной властью и авторитетом и Вам представляется очевидным, что предлагаемое Вами решение – наилучшее;

- чувствуете, что у Вас нет иного выбора и Вам нечего терять;
- должны принять непопулярное решение и у Вас достаточно полномочий для выбора этого шага;
- взаимодействуете с подчиненными, предпочитающими авторитарный стиль.

Этот стиль не может быть использован в близких, личных отношениях, поскольку, кроме чувства отчуждения, он больше ничего вызвать не может. Известно, что брак, в котором одна сторона подавляет другую, приводит к неразрешимым противоречиям или даже полному разрыву. Не следует использовать этот стиль в ситуации, если не обладаете достаточной властью, а Ваша точка зрения по какому-то вопросу расходится с точкой зрения начальника и Вы не имеете достаточных аргументов, чтобы доказать ее;

б) стиля сотрудничества. Сотрудничество – наиболее трудный из всех стилей разрешения конфликта, но вместе с тем и наиболее эффективный при разрешении конфликтных ситуаций. Начать реализацию этой стратегии лучше всего с фразы: «Я хочу справедливого исхода для нас обоих», «Давайте посмотрим, как мы оба можем получить то, что хотим», «Я пришел к Вам, чтобы решить нашу проблему».

Этот стиль можно использовать, если:

- каждый из подходов к проблеме важен и не допускает компромиссных решений, однако необходимо найти общее решение;
- основная цель – приобретение совместного опыта работы; стороны способны выслушать друг друга и изложить суть своих интересов;
- существуют длительные, прочные и взаимозависимые отношения с конфликтной стороной;
- необходимы интеграция точек зрения и усиление личностной вовлеченности сотрудников в деятельность;

в) стиля компромисса. Он находится в середине сетки Томаса – Килменна. Суть его заключается в том, что стороны пытаются урегулировать разногласия, идя на взаимные уступки. В этом он несколько напоминает стиль сотрудничества, однако осуществляется на более поверхностном уровне, так как стороны в чем-то уступают друг другу. Этот стиль наиболее эффективен, когда обе стороны желают одного и того же, но знают, что одновременные желания невыполнимы, например, занять одну и ту же должность. При использовании этого стиля акцент делается не на решении, которое удовлетворяет обе стороны, а на варианте, который можно выразить словами: «Мы не можем полностью выполнить свои желания, следовательно, необходимо прийти к решению, с которым каждый из нас мог бы согласиться».

Этот стиль можно использовать, если:

- обе стороны имеют одинаково убедительные аргументы и обладают одинаковой властью;

- удовлетворение желания одной из сторон имеет для нее не слишком большое значение;
- возможно временное решение, так как нет времени для выработки другого; или же другие подходы к решению проблемы оказывались неэффективными;
- компромисс изволит хоть что-то получить, чем все потерять;

г) стиля уклонения. Он реализуется, если конфликт не затрагивает прямых интересов сторон или возникшая проблема не столь важна для сторон и у них нет нужды отстаивать свои права, или же сторона ни с кем не сотрудничает для выработки решения и невовлеченность в него не отражается на развитии конфликта либо просто сторона не желает тратить время и силы на ее решение.

Этот стиль рекомендуется в случаях, когда одна из сторон обладает большой властью или чувствует, что не права, или считает, что нет серьезных оснований для продолжения контактов, или приходится иметь дело с конфликтной личностью.

Стиль уклонения можно использовать, если конфликтующая сторона:

- считает, что источник разногласий несуществен по сравнению с другими более важными задачами;
- знает, что не может или даже не хочет решить вопрос в свою пользу;
- обладает малой властью для решения проблемы желательным для нее способом;
- хочет выиграть время, чтобы изучить ситуацию и получить дополнительную информацию, прежде чем принять какое-либо решение;
- считает, что решить проблему немедленно опасно, так как открытое обсуждение конфликта может только ухудшить ситуацию;
- подчиненные могут сами урегулировать конфликт;
- решение проблемы может ухудшить ваше здоровье;
- когда в конфликте участвуют трудные с точки зрения общения люди – грубияны, жалобщики, нытики и т.п.

Этот стиль не является бегством от проблемы или уклонением от ответственности – она может разрешиться сама собой;

д) стиля приспособления. Он означает, что Вы действуете совместно с другой стороной, но при этом не пытаетесь отстаивать собственные интересы в целях сглаживания атмосферы и восстановления нормальной рабочей обстановки. Томас и Килменн считают, что иногда это – единственный способ разрешения конфликта, так как к моменту его возникновения нужды другого человека могут оказаться более жизненно важными, чем ваши, или его переживания – более сильными.

Этот стиль может быть применим в следующих наиболее характерных ситуациях:

- важнейшая задача – восстановление спокойствия и стабильности, а не разрешение конфликта;

- предмет разногласия не важен для Вас, или Вас не особенно волнует случившееся;
- Вы считаете, что лучше сохранить добрые отношения с другими людьми, чем отстаивать собственную точку зрения;
- Вы осознаете, что правда на Вашей стороне;
- Вы чувствуете, что у Вас недостаточно власти или шансов победить.

Точно так же, как ни один из стилей руководства не может быть эффективным во всех без исключения ситуациях, так и ни один из рассматриваемых стилей разрешения конфликтов не может быть выделен как самый лучший.

Картография конфликтов. Для более успешного разрешения конфликта желательно не только выбрать стиль, но и составить карту конфликта, разработанную *Х.Корнелиусом* и *Ш.Фейером*. С ее помощью можно наметить общую стратегию, наиболее характерные этапы и способы разрешения конфликтных ситуаций. В первую очередь, следует постараться определить:

- проблему конфликта в общих чертах;
- истинную причину конфликта;
- действительных участников конфликта;
- подлинные потребности и опасения каждого из главных участников конфликта, так как именно они лежат в основе практически любого конфликта;
- существовавшие до конфликтной ситуации межличностные отношения участников конфликта;
- отношение к конфликту лиц, не участвующих в нем, но заинтересованных в позитивном его разрешении.

Конфликты в личностно-эмоциональной сфере. Мы рассмотрели конфликтные ситуации в деловой сфере, но Вам, как будущему руководителю, придется разрешать конфликты и в личностно-эмоциональной сфере.

Как же вести себя с конфликтной личностью?

1. У таких людей, как правило, есть скрытые нужды, которые связаны с прошлыми потерями и разочарованиями, и они удовлетворяют их таким образом.
2. Свои эмоции следует взять под контроль и дать выход эмоциям конфликтной личности, если с ним придется общаться в дальнейшем.
3. Слова и поведение конфликтного человека не принимать на свой счет, зная, что этот человек для удовлетворения своих интересов ведет себя так со всеми.
4. При выборе подходящего стиля действия в конфликтной ситуации следует учитывать, к какому типу конфликтных личностей он относится.
5. Если с трудным человеком Вы считаете в дальнейшем общаться, то надо настаивать, чтобы он говорил только правду, какая бы она ни была. Он должен

убедится в том, что Ваше отношение к нему будет определяться, насколько он правдив и последователен в дальнейших поступках.

В психологии выделяют следующие типы конфликтных личностей:

- **«демонстративный»** - чаще всего это холерики и те, которым присуща бурная деятельность. Они любят быть на виду, имеют завышенную самооценку;
- **«ригидный»** - эти люди не умеют перестраиваться, принимать мнения и точки зрения окружающих; честолюбивы, проявляют болезненную обидчивость, подозрительность;
- **«педант»** - всегда пунктуальная личность, придирчива, хоть и исполнительна, зануда, отталкивает людей от себя;
- **«бесконфликтный»** - сознательно уходит от конфликта, перекладывает ответственность в принятии решений на других (если это руководитель, то на своего заместителя);
- **«практик»** - считает, что «лучшая защита – нападение». Для такого человека самым важным является преобразование среды, внешнего окружения, изменения позиций других людей, что может приводить к столкновениям, напряженности в отношениях.
- В книге *«Общение с трудными людьми» Роберт Брэмсон* выделяет следующие типы трудных людей, с которыми ему пришлось работать:
- **«агрессист»** - говорит грубые, бесцеремонные, задирающие других колкости и раздражается, если его не слушают. За его агрессивностью скрывается боязнь раскрытия его некомпетентности;
- **«жалобщик»** - человек, охваченный какой-то идеей и обвиняющий других во всех грехах, но сам ничего не делающий для решения проблемы;
- **«разгневанный ребенок»** - по своей природе этот человек не зол, а взрыв эмоций отражает его желание взять ситуацию под свой контроль. (Так, руководитель может вспылить, чувствуя, что его подчиненные потеряли к нему уважение);
- **«максималист»** - человек, желающий чего-то без промедления, даже если в этом нет необходимости;
- **«молчун»** – держит все в себе, не говорит о своих обидах, а потом срывает зло на ком-то;
- **«тайный мститель»** - причиняет неприятности с помощью каких-то махинаций, считая, что кто-то поступил неправильно, а он восстанавливает справедливость;
- **«ложный альтруист»** - якобы делающий вам добро, но в глубине души сожалеющий об этом, что может проявиться в виде саботажа, требования компенсации и т.п.;
- **«хронический обвинитель»** – всегда выискивающий ошибки других, считая себя всегда правым, а, обвиняя, можно решить проблему.

[Брэмсон Р.М. Общение с трудными людьми. – Киев: Внешторгиздат, 1991].

Итак, в общении с трудным человеком надо попытаться увидеть в нем лучшие качества, поскольку изменить его взгляды, ценности, особенности психики и нервной системы уже нельзя. Надо подобрать к нему «ключик» и не доводить человека до стресса.

Рассмотрим, какими **правилами поведения** придерживаться при разрешении конфликтной ситуации. Поскольку если этих правил не придерживаться, то конфликт приводит в такое состояние, в котором трудно мыслить, делать какие-то выводы – одним словом, конфликт «выбивает из колеи» трудового ритма.

К ним согласно [1] относятся следующие положения:

1. В конфликте у человека доминирует не разум, а эмоции, что ведет к аффекту, когда сознание отключается и человек не отвечает за свои слова и поступки.

2. Настаивая на своем предложении, не отвергайте предложение партнера, задайте себе вопрос: «Разве я никогда не ошибаюсь?» Надо проанализировать оба предложения и посмотреть, какую сумму выгод и потерь они принесут в ближайшее время и потом.

3. Подумайте над значимостью конфликта для себя, задав вопрос: «Что будет, если выход не будет найден?» Это позволит перенести центр тяжести с отношений на проблему.

4. Если Вы и Ваш собеседник раздражены и агрессивны, то надо уменьшить внутреннее напряжение - как говорят, «выпустить пар». Но только не на окружающих – это не выход, а выходка. А если же Вы потеряли контроль над собой, то лучше самому замолчать, но не требовать этого от партнера. Избегать констатации отрицательных эмоциональных состояний партнера.

5. Ориентируйтесь на положительное, лучшее в человеке. Тогда Вы обязываете и его быть лучше.

6. Предложите собеседнику встать на Ваше место и спросите: «Если бы Вы были на моем месте, то что бы Вы сделали?» Это снимает критический настрой и переключает собеседника с эмоций на осмысление ситуации.

7. Не преувеличивайте свои заслуги и не демонстрируйте знаки превосходства.

8. Не обвиняйте и не приписывайте только партнеру ответственность за возникшую ситуацию.

9. Независимо от результатов разрешения противоречий старайтесь не разрушить отношения.

8.3. Характер. Черты, типы, отношения

Характер - это совокупность устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к людям, к работе, к предметам, к самому себе.

Характер проявляется в деятельности и общении (как и темперамент) и включает в себя то, что придает поведению человека специфический характерный для него оттенок (отсюда название “**характер**”).

Характер может обнаруживаться в особенностях деятельности, которыми человек предпочитает заниматься.

Одни люди предпочитают наиболее сложные и трудные виды деятельности, для них доставляет удовольствие искать и преодолевать препятствия. *Другие* выбирают наиболее простые, беспроблемные пути.

Для одних существенно, с какими результатами они выполнили ту или иную работу, удалось ли при этом превзойти других людей. Для остальных это может быть безразличным, и они довольствуются тем, что справились с работой не хуже других, добившись посредственного качества.

В общении с людьми характер проявляется в манере поведения, в способах реагирования на действия и поступки людей. Манера общения может быть более или менее деликатной, тактичной или бесцеремонной, вежливой или грубой. *Характер, в отличие от темперамента, обусловлен не столько свойствами нервной системы, сколько культурой человека, его воспитанием.*

Говоря о характере, мы обычно вкладываем в представление о нем способность человека вести себя самостоятельно, последовательно, независимо от обстоятельств, проявляя свою волю и настойчивость, целеустремленность и упорство.

Бесхарактерный человек в этом смысле - тот, кто не проявляет подобные качества ни в деятельности, ни в общении с людьми, плывет по течению, зависит от обстоятельств, управляется ими.

В своем формировании, развитии и функционировании характер человека тесным образом связан с темпераментом. Последний представляет собой динамическую сторону характера.

Типология характеров давалась в начале XX века немецким психиатром и психологом **Эрнстом Кречмером (1888-1964)**. Он разработал учение о связи основных типов конституционального телосложения (пикнического, атлетического, астенического) с определенными типами темперамента (шизотимным и циклотимным) [6]. Несколько позже аналогичную попытку предпринял его американский коллега **У.Шелдон**, а в наши дни - **Э.Фромм, К.Леонгард, А.Е.Личка**.

Характер (от греч. - "печать", "чеканка") *означает совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в деятельности и общении.*

Характер определяется и формируется в течение всей жизни человека. Большую роль в этом играют общественные условия и конкретные жизненные обстоятельства, в которых проходит жизненный путь человека. Непосредствен-

ное формирование характера происходит в различных группах (семья, класс, трудовой коллектив, дружеская компания, спортивная компания и др.). Черты характера будут зависеть от позиции индивида в группе, коллективе, где создаются наиболее благоприятные возможности для становления лучших черт характера.

Характер - это не просто любое проявление твердости, упрямства (формальное упорство - упрямство), а *направленность на общественно значимую деятельность*. Направленность личности лежит в основе единства, цельности, силы характера. Обладание целями жизни - главное условие образования характера. Бесхарактерному человеку свойственно отсутствие или разбросанность целей. Однако характер и направленность личности - не одно и то же. Направленность личности накладывает отпечаток на все поведение человека. Добродушным и веселым может быть как порядочный, высоконравственный человек, так и человек с низкими, нечистоплотными помыслами.

Характерология - *учение о характере, проблемами которого являются установление типов характера и их определения по его проявлениям с целью прогнозировать поведение человека в различных ситуациях*.

С древних времен пытаются прогнозировать поведение человека объяснением его характера датой рождения. Разнообразные способы предсказания судьбы и характера человека получили название **гороскопов**, которые все составляют одинаково: общепринятый временной период разбивается на определенные интервалы, каждому из которых присваивается определенный знак, символ. Описание характера человека дается через призму различных свойств этого символа. Однако характеры людей, родившихся в одно и то же время, по разным гороскопам оказываются различными.

Наиболее яркое представление о характере человека можно получить, зная его **поступки, поведение, деятельность**.

Привычками человека называют те увлечения и действия, выполнение которых становится в определенных условиях потребностью. На Востоке говорят: *"Посей поступок - пожнешь привычку, посеяй привычку - пожнешь характер, посеяй характер - пожнешь судьбу"*. Акцент здесь делается на привычных действиях человека, которые, повторяясь, становятся чертами характера.

Более ценными в диагностическом отношении по сравнению с физиогномикой считается **графология** - *наука, которая рассматривает почерк как разновидность выразительных движений, отражающих психологические свойства пишущего*. "Чудак (оригинал) пишет своеобразно, поэтому его легко узнать." "Сильный наклон выражает большую впечатлительность." В настоящее время не подтверждаются однозначные связи между графическими признаками письма и соответствующими им чертами характера (достоверно установлена зависимость почерка от эмоционального состояния и некоторых типологических свойств высшей нервной деятельности).

Характер человека достаточно многогранен. Это видно в процессе деятельности: *один* делает все быстро, *другой* - медленно и основательно, тщательно обдумывает, действуя наверняка, а *третий* сразу же хватается за работу, не подумав, и только через какой-то период времени, не решив проблему с наскока, осматривается и координирует свои действия с учетом обстоятельств. Эти особенности, выделяемые в поведении человека, называют **чертами** или **сторонами характера**.

Наиболее общие свойства характера располагаются по осям: *сила-слабость; твердость-мягкость; цельность-противоречивость; широта-узость.*

Сила характера - это энергия, с которой человек добивается поставленных целей, его способность страстно увлечься и развивать большее напряжение сил при встрече с трудностями, умение преодолевать их. *Слабость характера* - проявление малодушия, нерешительности, "астеничности" в достижении цели, неустойчивости взглядов, трусости и т.д.

Твердость характера - жесткая последовательность, упорство в достижении целей, отстаивание взглядов и т.д. *Мягкость характера* - гибкое приспособление к изменяющимся условиям, достижение цели за счет некоторых уступок, нахождение разумных компромиссов.

Цельность или противоречивость характера определяется степенью сочетания ведущих и второстепенных черт характера. Если ведущие и второстепенные черты гармонируют, если отсутствуют противоречия в стремлениях и интересах, то такой характер называют *цельным*; если же они резко контрастируют, то - *противоречивым*.

Широта или полнота характера - это когда хотят выделить разносторонность стремлений и увлечений человека, разнообразие его деятельности. О таком человеке говорят, что ему ничто человеческое не чуждо. Это люди экспансивные, умеющие отдавать себя с большой душевной щедростью. В противоположность им люди с *"узким"* характером склонны к самоограничению, сужению сферы своих интересов, притязаний, деятельности.

Единство и многогранность характера не исключает того, что в различных ситуациях у одного и того же человека проявляются различные и даже противоположные свойства. Человек может быть одновременно и очень нежным и очень требовательным, мягким и уступчивым и одновременно твердым до непреклонности.

Характер нередко сравнивают с *темпераментом*, а иногда и подменяют эти понятия друг другом. В науке можно выделить *четыре основных взгляда на взаимоотношения характера и темперамента*:

- *отождествление характера и темперамента* (Э.Кречмер, А.Ружицкий);

- *противопоставление характера и темперамента, подчеркивание антагонизма между ними* (П.Викторов, В.Вирениус);

- *признание темперамента элементом характера, его ядром, неизменной частью* (С.Л.Рубинштейн, С.Городецкий);

- *признание темперамента природной основой характера* (Л.С.Выготский, Б.Г.Ананьев).

Формирование характера существенно зависит от свойств темперамента, более тесно связанного со свойствами нервной системы. Черты характера возникают тогда, когда темперамент уже достаточно развит. Характер развивается на основе, на базе темперамента. Темперамент определяет в характере такие черты, как *уравновешенность или неуравновешенность поведения, легкость или трудность вхождения в новую ситуацию, подвижность или инертность реакции* и т.д. Однако темперамент не предопределяет характер. У людей с одинаковыми свойствами темперамента может быть совершенно различный характер. Особенности темперамента могут способствовать или противодействовать формированию тех или иных черт характера (*меланхолику труднее сформировать у себя смелость и решительность, чем холерику; холерику сложнее выработать у себя сдержанность, чем флегматику; флегматику надо потратить больше сил, чтобы стать общительным, чем сангвинику; и т.п.*).

В конечном счете черты темперамента и характера органически связаны и взаимодействуют друг с другом в едином целостном облике человека, образуя неразделимый сплав - интегральную характеристику его индивидуальности.

Характер длительное время отождествляли с **волей** человека (*выражение "человек с характером" было синонимом выражения "волевой человек"*). Воля связана с силой характера, его твердостью, решительностью, настойчивостью. Но характер не исчерпывается силой, он имеет содержание, ее направляющее, определяя, как в различных условиях будет функционировать воля. Волевой характер отличается определенностью, постоянством и самостоятельностью, твердостью при осуществлении намеченной цели. С другой стороны, человека слабовольного называли "бесхарактерным". С точки зрения психологии это не совсем так - и у безвольного человека есть определенные черты (боязливость, нерешительность и т.д.). *Понятие "бесхарактерный" означает непредсказуемость поведения человека, указывает на отсутствие у него собственной направленности внутреннего стержня, который бы определял его поведение. Его поступки вызваны внешними воздействиями и не зависят от него самого.*

Характер человека проявляется в системе отношений:

- *к другим людям* (общительность-замкнутость, правдивость-лживость, тактичность-грубость и т.д.);
- *к делу* (ответственность-недобросовестность, трудолюбие-леность и т.д.);
- *к себе* (скромность-самовлюбленность, самокритичность-самоуверенность, гордость-приниженность и т.д.);

- к *собственности* (щедрость-жадность, бережливость-расточительность, аккуратность-неряшливость и т.д.).

Характер не является застывшим образованием, он формируется на всем жизненном пути человека. Признание же зависимости характера от таких факторов, как внешний облик, конституция тела, дата рождения, имя и т.п., ведет к признанию невозможности сколько-нибудь существенным образом изменять и воспитывать характер.

Характер, несмотря на всю многогранность, - лишь одна из сторон, но не вся личность. Человек способен подняться над своим характером, способен изменить его. Когда говорят о прогнозировании поведения, не забывают, что оно имеет определенную вероятность и не может быть абсолютным. Личность может стать другой, если она не скрывает свое бессилие за фразой "*Такой уж у меня характер*".

Становление характера со временем обусловлено и тем, каким он был раньше, в жизни характер обычно все же сохраняет известное единство в основных наиболее общих его чертах.

Человек сам является творцом своего характера, поскольку характер складывается в зависимости от мировоззрения, от убеждений и привычек нравственного поведения, которые он сам у себя вырабатывает, от дел и поступков, которые он совершает, в зависимости от всей его сознательной деятельности.

Самовоспитание характера предполагает, что человек способен освободиться от излишнего самомнения, может критически посмотреть на себя, увидеть свои недостатки. Это позволит ему определить цель работы над собой, т.е. те черты характера, от которых бы он хотел избавиться или, наоборот, выработать у себя. Для того, чтобы характер не стал противоречивым, чтобы новые черты легче приживались, необходимо предусмотреть органическую связь между навыками и имеющимися чертами, их гармоническое взаимодействие.

Особое значение в формировании характера принадлежит *общественной деятельности человека*, активное участие в которой развивает чувство ответственности перед коллективом, способствует развитию организованности, выдержки, чувства долга. Наиболее эффективным средством формирования характера является **труд**. Сильными характерами обладают люди, ставящие перед собой большие задачи в работе, настойчиво добивающиеся их решения, преодолевающие все стоящие на пути к достижению этих целей препятствия, осуществляющие систематический контроль за выполнением намеченного. Н.А.Островский говорил, что *«мужество рождается в борьбе, воспитывается изо дня в день, в упорном сопротивлении трудностям»*.

Простым и действенным способом формирования характера являются **занятия физкультурой и спортом**, которые делают людей более выносливыми, мужественными. Спорт дает возможность соревнования, где каждый идет на максимуме своих сил, проявляет то, на что человек способен.



Рис 10. Структурно-логическая схема (СЛС) темы №8.

Контрольные вопросы

1. Что предполагает позитивное мышление?
2. Назовите достоинства и недостатки авторитарного стиля руководства.
3. Какие возможности демократического стиля руководства?
4. В чем вредность и полезность попустительского стиля руководства?
5. Какая зависимость существует между темпераментом личности и стилем руководства?
6. Назовите общие принципы взаимоотношений руководителя с подчиненными в ходе повседневной работы.
7. Что вы знаете о конфликтах?
8. В чем предпосылка возникновения конфликта в процессе общения?
9. Какие индивидуальные особенности личности (черты характера) создают у человека склонность к конфликтным отношениям с другими людьми?
10. Приведите примеры несовместимых типов из области темперамента.

11. Какие рекомендации по наиболее целесообразному использованию «стиля конкуренции»?
12. Какие рекомендации по наиболее целесообразному использованию «стиля сотрудничества»?
13. Какие рекомендации по наиболее целесообразному использованию «стиля компромисса»?
14. Какие рекомендации по наиболее целесообразному использованию «стиля уклонения»?
15. Какие рекомендации по наиболее целесообразному использованию «стиля приспособления»?
16. Какие типы конфликтных личностей выделяют в психологии?
17. Какими правилами поведения придерживаться при разрешении конфликтной ситуации?
18. Дайте определение «характера».
19. Назовите наиболее общие свойства характера.
20. В какой системе отношений проявляется характер человека?

Рекомендуемая литература

1. Лавриненко В.Н. Психология и этика делового общения: Учебник для вузов. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2001, с.199
2. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2002, с.567-582. ил. (Серия «Учебник нового века»).
3. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. - М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997, с.18-31, 59-69, 252-262.
4. Дружинин В.Н. Психология. Учебник для технических вузов. - СПб.: Питер. 2000, с.275-285, 349-352. ил. (Серия «Учебник нового века»).
5. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. В 2-х книгах. Книга 1. Общие основы психологии. - М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1994, с.341-358.
6. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Тексты лекций. - М.: МГТУ ГА, 2000, с.56-60.
7. Кречмер Э. Строение тела и характера // Психология индивидуальных различий. - М., 1982, с.290.
8. Агафонов А.В.* Психология и педагогика: Компьютерный психологический практикум (Пособие к практическим занятиям) - М.: МГТУ ГА, 2001. - 56с.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Человек и его познание	4
Тема № 1. Объект и предмет психологии	4
1.1. Соотношение объективной и субъективной реальности	4
1.2. Фундаментальные категории психологии	6

1.3. Принципы психологии	8
1.4. Психология как наука и как практическая деятельность	8
Тема № 2. Способы приобретения психологических знаний	12
2.1. Знание в жизни и деятельности человека	12
2.2. Методы психологии	14
2.3. Индивидуально-психологическая характеристика личности	17
Раздел II. Чувственное и рациональное познание	23
Тема № 3. Структура психики	23
3.1. Психика и строение мозга	23
3.2. Общая характеристика психики	25
3.3. Сущность человеческого сознания	27
3.4. Измененные состояния сознания (ИСС)	28
Тема № 4. Чувственное познание	32
4.1. Виды знаний. Непосредственное знание об объекте	32
4.2. Внимание. Свойства, виды и теории внимания	34
4.3. Ощущение и восприятие. Виды и свойства	38
4.4. Память. Типы, виды и процессы памяти	43
4.5. Процессы памяти	45
Тема № 5. Рациональное познание	51
5.1. Виды знаний. Опосредованное знание: мышление, интеллект	51
5.2. Мыслительные операции	55
5.3. Виды мышления	56
5.4. Индивидуальные особенности мышления	58
5.5. Интеллект	59
Раздел III. Общее и индивидуальное в психике	65
Тема № 6. Целостное и парциальное описание психологии человека	65
6.1. Структура личности	65
6.2. Концепции и теории развития личности	68
6.3. Некоторые психические свойства личности	72
Тема № 7. Конституциональный уровень психики	79
7.1. Психика и строение головного мозга	79
7.2. Темперамент: типы, свойства и деятельность	86
Тема № 8. Роль уровня поведения и его отражение в психике	93
8.1. Роль уровня поведения. Позитивное мышление	93
8.2. Базовые психологические установки нашего «Я»	94
8.3. Конфликты и пути их разрешения	102
8.4. Характер. Черты, типы, отношения	111