

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Развитие психологии как науки . . . . .	1аб	27. Мотивационная сфера психики . . . . .	27аб
2. Поведение человека как объект психологических исследований . . . . .	2аб	28. Концепции мотивации . . . . .	28аб
3. Высшие психологические функции . . . . .	3аб	29. Виды мышления . . . . .	29аб
4. Восприятие. Ощущение . . . . .	4аб	30. Формы мышления . . . . .	30аб
5. Восприятие внешнего мира . . . . .	5аб	31. Мыслительные операции . . . . .	31аб
6. Психофизика . . . . .	6аб	32. Мышление в психологии ассоцианизма. Вюрцбургская школа . . . . .	32аб
7. Предметность. Константность . . . . .	7аб	33. Гештальтпсихология. Бихевиоризм . . . . .	33аб
8. Ассоциативная психология . . . . .	8аб	34. Психоаналитическая концепция. Концепция Пиаже . . . . .	34аб
9. Память как высшая психическая функция . . . . .	9аб	35. Когнитивная психология . . . . .	35аб
10. Сохранение, узнавание объектов . . . . .	10аб	36. Творческое мышление . . . . .	36аб
11. Эйдетическая и эмоциональная память . . . . .	11аб	37. Воображение . . . . .	37аб
12. Аномалии памяти . . . . .	12аб	38. Интеллект . . . . .	38аб
13. Взаимодействие памяти и деятельности . . . . .	13аб	39. Интеллектуальное тестирование . . . . .	39аб
14. Внимание как объект психологического исследования . . . . .	14аб	40. Речь. Функции речи . . . . .	40аб
15. Виды внимания . . . . .	15аб	41. Виды речи . . . . .	41аб
16. Свойства внимания . . . . .	16аб	42. Воля и волевые процессы . . . . .	42аб
17. Исследования внимания . . . . .	17аб	43. Волевое действие . . . . .	43аб
18. Функции эмоций . . . . .	18аб	44. Принятие решений. Волевые расстройства . . . . .	44аб
19. Аффект . . . . .	19аб	45. Сознание . . . . .	45аб
20. Чувства . . . . .	20аб	46. Характеристики сознания . . . . .	46аб
21. Эмоциональные состояния . . . . .	21аб	47. Функции и свойства сознания . . . . .	47аб
22. Исследования эмоций . . . . .	22аб	48. Бессознательное . . . . .	48аб
23. Психические состояния . . . . .	23аб	49. Философия бессознательного . . . . .	49аб
24. Классификация психических состояний . . . . .	24аб	50. Психические явления . . . . .	50аб
25. Положительные и отрицательные психические состояния . . . . .	25аб	51. Понятие личности . . . . .	51аб
26. Специфические психологические состояния . . . . .	26аб	52. Тип личности . . . . .	52аб
		53. Подструктура опыта . . . . .	53аб
		54. Индивид. Социализация . . . . .	54аб
		55. Способности . . . . .	55аб
		56. Акцентуации личности . . . . .	56аб

## 1a 1. Развитие психологии как науки

Известному немецкому психологу XIX в. Герману Эббингаузу принадлежит афоризм: «Психология имеет долгое прошлое и краткую историю». Эти слова как нельзя лучше отражают суть исторического развития отрасли психологического знания. Ведь как самостоятельная наука психология сформировалась лишь к концу XIX в. Однако как особая отрасль знаний она существовала еще со времен древней истории. Обычно основоположником психологии принято считать Аристотеля, который написал первый систематический трактат о душе. Но «знание о душе» (а именно таков дословный перевод термина «психология» с греческого языка — «психе» и «логос», т. е. «душа» и «слово, знание») долгое время относили к области философии, религии или медицины.

В течение многих столетий предметом психологии так и считалась душа. Представления о ней во все века были неопределенны. Каждый исследователь предлагал свою концепцию. Так, например, в Древней Греции философ Гераклит считал душу и разум состоящими из мирowego огня — первоначала всего сущего; Анаксимен — из воздуха; Эмпедокл — из слияния корней всего сущего, четырех вечных стихий: земли, воды, воздуха и огня. Алкмеон впервые предположил, что «органом души» является мозг. До него считали, что душа «размещается» в сердце, в крови или вообще существует отдельно от тела. Все эти концепции очень далеки от современных представлений о психологии, однако так или иначе они способствовали накоплению знаний о человеке.

Аристотель был тем, кто впервые сказал о неотделимости души от тела. Он также говорил о существовании трех видов души: растительной, животной и разумной. По его мнению, у человека все эти три вида

## 2a 2. Поведение человека как объект психологических исследований

**Поведение** человека также всегда являлось объектом психологических исследований. Этим термином принято называть взаимодействие человека с окружающим миром, обусловленное его внешней и внутренней активностью, его индивидуальными особенностями и воспринятыми из социального окружения способами и схемами подобного взаимодействия. Среди теорий изучения поведения следует выделить бихевиоризм. Особенность этого психологического течения заключается в том, что его представители противопоставляли поведение сознанию. Они считали, что именно поведение является предметом психологии. Бихевиоризм — это ведущее направление американской психологии первой половины XX в. Основоположником бихевиоризма является Эдуард Торндайк. Он считал, что поведение человека является функцией, абсолютно отделимой от сознания. В те времена понятие сознания отождествлялось с понятием психики. Исключив сознание из числа объектов исследования психологии, Торндайк тем самым создал так называемую психологию без психики. За основную схему поведения была принята схема «стимул — реакция», т. е. поведение человека расценивалось как механический ответ своими действиями на какой-либо важный стимул.

Всякая поведенческая реакция лишалась осознанности. Но то, что годится для зоопсихологии, отнюдь не всегда применимо к психологии человека. Бихевиоризм был весьма слаб в объяснении высших психических проявлений, таких, как чувства, мышление, творческие способности.

На смену данному течению пришел необихевиоризм, который связан в первую очередь с именем Эдуарда

## 3a 3. Высшие психологические функции

**Высшие психические функции** — одно из основных понятий современной психологии. Введено оно было известным отечественным психологом Л. С. Выготским. Высшими психическими функциями называют наиболее сложные психические процессы, которые формируются у человека в процессе его жизни. Эти функции не являются врожденными, в отличие от более простых. При рождении человек получает лишь задатки к их формированию, которое происходит только под влиянием социума. К высшим психическим функциям относятся мышление, речь, память, воля и т. д. Все эти функции обладают свойствами пластичности. Это дает возможность к переструктурированию сознания в случае нарушения какой-либо из функций. Например, нарушение интеллектуального развития может быть компенсировано улучшенным развитием памяти, нарушение воли — коррекцией эмоциональной сферы и т. п. Возможна замена выпавшего звена функционально новым. Именно на основе этой пластичности и взаимозаменяемости элементов построены современные методы медицинской психологии.

**Деятельностный подход** в психологии является теорией, объясняющей многие закономерности в развитии и функционировании психических функций. Основными представителями разработки деятельного подхода в отечественной психологии являются М. Я. Басов, С. Л. Рубинштейн и А. Н. Леонтьев. Данный подход в качестве исходного метода изучения психики использует анализ преобразования психического отражения в процессе деятельности.

Согласно представлениям современной психологии понятие деятельности применимо только к человеку. По определению, данное понятие означает такое вза-

## 4a 4. Восприятие. Ощущение

**Восприятием** в общей психологии называют отражение предметов, ситуаций или событий в их целостности. Оно возникает при непосредственном воздействии объектов на органы чувств. Поскольку целостный объект обычно воздействует одновременно на различные органы чувств, восприятие является составным процессом. Оно включает в свою структуру ряд ощущений — простых форм отражения, на которые можно разложить составной процесс восприятия.

**Ощущениями** в психологии называются процессы отражения лишь отдельных свойств объектов окружающего мира. Понятие ощущения отличается от понятия восприятия не качественно, а количественно. Например, когда человек держит в руках цветок, любуется им и наслаждается его ароматом, то целостное впечатление от цветка будет называться восприятием. А отдельными ощущениями будут аромат цветка, зрительное впечатление от него, осязательное впечатление руки, держащей стебель. Однако в то же время, если человек с закрытыми глазами будет вдыхать аромат цветка, не касаясь его, это все равно будет называться восприятием. Таким образом, восприятие состоит из одного или нескольких ощущений, создающих на настоящий момент наиболее полное представление об объекте.

Современной психологией признано, что ощущения являются первичной формой познания человеком окружающего мира. Следует также отметить, что хотя ощущение и является процессом элементарным, но на основе ощущений строятся очень многие сложные психические процессы, начиная с восприятия и заканчивая мышлением.

Итак, восприятие является совокупностью ощущений. Для возникновения ощущений необходимы

**26** Толмана. Тот перенял от бихевиористов идею о поведении как предмете психологии, но внес некоторые поправки. Между стимулом и реакцией он допустил существование еще одного звена — так называемых промежуточных переменных. Несмотря на то что сторонники данной теории существуют и по сей день, большинством психологов она признана несостоятельной. Как бы интересно и оригинально ни было завершённое учение о человеке, его никогда нельзя принимать за абсолютно верное. В человеке всегда остается какая-то загадка. Поэтому современная психология не замыкается на какой-либо одной системе. Их множество, и в каждой есть своя доля истины. Отечественную психологию в этом смысле можно сравнить с русским православием. Обе эти системы воззрений стараются догматизировать как можно меньше постулатов. Существует основная парадигма, но частные мнения всегда принимаются во внимание, система остается открытой к новой информации.

Итак, мнение отечественной психологии о поведении человека заключается в том, что оно неразделимо с сознанием и основными психическими процессами. Это означает, что поведенческие реакции зависят от многих факторов: врожденных свойств индивида, качеств, приобретенных под воздействием социальной среды, качеств, выработанных в процессе образования и самообразования человека, уровня развития высших психических функций на данный момент.

**46** объект внешнего воздействия и анализаторы, способные это воздействие воспринять.

**Понятие анализатора** (аппарата, осуществляющего функцию различения внешних раздражителей), было введено академиком И. П. Павловым. Он же исследовал структуру анализаторов и пришел к выводу, что они состоят из трех частей.

Первая, периферическая часть — рецепторы. Это нервные окончания, расположенные в наших органах чувств, непосредственно воспринимающие внешние раздражения.

Вторая часть — проводящие пути, по которым передается возбуждение от периферии к центру.

Третья часть — центральная часть анализатора. Это участки головного мозга, отвечающие за распознавание соответствующего раздражителя (зрительного, вкусового, обонятельного и т. д.). Именно здесь воздействие раздражителя преобразовывается в психический процесс, который в психологии называется ощущением.

Итак, классификация ощущений построена на основе перечня рецепторов, при помощи которых эти ощущения становятся доступными.

В анализаторах различают два типа рецепторов: экстерорецепторы, анализирующие сигналы, поступающие из внешнего мира, и интерорецепторы, анализирующие внутреннюю информацию, такую как голод, жажда, боль и т. п.

Основой восприятия являются экстерорецепторы, поскольку именно они обеспечивают объективное представление о внешнем мире.

**16** сосуществовали вместе. Это был большой прорыв в познании о психике. Ведь если перевести эти представления на язык современной психологии, то можно сказать, что Аристотель открыл существование трех уровней — элементарного способа отражения на уровне простейших реакций на внешние раздражители, психофизиологии, за деятельность которой отвечает вегетативная нервная система и сознания — продукта активной деятельности головного мозга. Таким образом, у Аристотеля душа есть активное целостное начало живого тела, неотделимое от него.

Борьба идеалистического и материалистического представлений о душе перетягивали данную отрасль знания в сферу теологии, то естествознания. Но ни та ни другая сфера не могла дать полного представления о человеке. Только в позапрошлом столетии сформировались четкие представления о предмете психологии, ее собственная методология и категориальный аппарат (набор основных понятий).

Таким образом, в настоящее время **предметом психологии** как науки является не размытое в своем толковании понятие души, а более строгое понятие психики. Объектом же исследования психологической науки являются закономерности возникновения и развития, а также проявления человеческой психики. Кроме того, к объекту исследования психологии относятся психические процессы и состояния человека, психические качества человека как биосоциальной системы, т. е. уникального существа, представляющего собой сложный сплав биологических и социальных свойств.

**36** взаимодействие человека с окружающим миром, в процессе которого достигаются сознательно поставленные им цели. В данной системе понятий простейшим элементом деятельности является действие. В любом действии принято выделять ориентировочную, исполнительную и контрольную части. Ориентировочная часть связана с целеполаганием, исполнительная, соответственно — с выполнением данного действия, а контрольная — с оценкой того, насколько точно и правильно было осуществлено данное действие. Здесь можно провести аналогию с описанными выше рефлексами и многоступенчатой системой их распознавания и контроля. В психологии также существует понятие операции. Это более сложный по отношению к действию процесс. Операция может включать в себя несколько действий, связанных одной целью. Например, вы желаете попить чаю. Это является целью вашей деятельности. Для достижения цели вам необходимо совершить операцию — приготовление чашки чая. Эта операция распадается на множество отдельных действий, каждое из которых имеет цель. Вам надо подняться с кресла, пройти на кухню, набрать в чайник воды и т. д. Иными словами, ваша психика совершает ряд преобразований отражения действительности параллельно с тем, как вы осуществляете простейшие действия, складывающиеся в определенную операцию, являющуюся компонентом вашей общей деятельности.

**5а****5. Восприятие внешнего мира**

Как известно, человек обладает пятью органами чувств. Видов внешних ощущений на один больше, поскольку моторика не имеет отдельного органа чувств, однако ощущения тоже вызывает. Следовательно, человек может испытывать шесть видов внешних ощущений: зрительные, слуховые, обонятельные, тактильные (осязательные), вкусовые и кинестетические ощущения.

Основным источником информации о внешнем мире является **зрительный анализатор**. С его помощью человек получает до 80% от общего объема информации. Орган зрительных ощущений — глаз. На уровне ощущений он воспринимает информацию о свете и цвете. Воспринимаемые человеком цвета разделяют на хроматические и ахроматические. К первым относятся цвета, составляющие спектр радуги (т. е. расщепления света — всем известные «Каждый охотник желает знать, где сидит фазан»). Ко вторым — черный, белый и серый цвета. Цветовые оттенки, содержащие около 150 плавных переходов из одного в другой, воспринимаются глазом в зависимости от параметров световой волны.

Следующим по своей важности в получении информации является **слуховой анализатор**. Ощущения звуков принято делить на музыкальные и шумовые. Их отличие состоит в том, что музыкальные звуки создаются периодическими ритмическими колебаниями звуковых волн, а шум — неритмичными и нерегулярными колебаниями.

У многих людей существует интересная особенность — сочетание звукового и зрительного ощущений в одно общее ощущение. В психологии это явление называют **синестезией**. Это устойчивые ассоциации, возникающие между объектами слухового восприя-

**6а****6. Психофизика**

**Психофизикой** называется раздел психологии, изучающий количественные отношения между силой раздражителя и величиной возникающего ощущения. Данный раздел был основан немецким психологом Густавом Фехнером. Он включает в себя две группы проблем: измерение порога ощущений и построение психофизических шкал. Порог ощущений — это величина раздражителя, которая вызывает ощущения либо изменяет их количественные характеристики. Минимальная величина раздражителя, вызывающая ощущение, называется абсолютным нижним порогом. Максимальная величина, превышение которой вызывает исчезновение ощущения, называется абсолютным верхним порогом. В качестве пояснения можно привести слуховые раздражители, находящиеся за пороговой зоной: инфразвуки (частота ниже 16 Гц) находятся ниже порога чувствительности и еще не слышны, ультразвуки (частота более 20 кГц) выходят за предел верхнего порога и уже не слышны.

Приспособление органов ощущений к действующим на них раздражителям называется адаптацией. Увеличение чувствительности при слабом действии раздражителя называется положительной адаптацией. Соответственно, отрицательной адаптацией называется уменьшение чувствительности при действии сильных раздражителей. Легче всего происходит зрительная адаптация (например, при переходе от света к темноте и наоборот). Значительно сложнее человек адаптируется к слуховым и болевым раздражителям.

Величина раздражителя, вызывающая минимальное поддающееся анализу изменение ощущения, называется дифференциальной. Зависимость силы ощущения от величины раздражителя описана в законе

**7а****7. Предметность. Константность**

Помимо этого, существуют такие понятия, как **предметность** и **константность** восприятия. Предметность означает, что воспринимается всегда некий конкретный предмет. Абстрактные идеи относятся не к процессу восприятия, а к процессу мышления или воображения. С позиции современной теории отражения предметность восприятия раскрывается как объективное качество, обусловленное особенностями воздействия предметов внешнего мира.

Константность восприятия означает, что воспринимаемый объект не меняет своих характеристик в том случае, когда он удаляется от человека или приближается к нему, нарисован на картине или показан на экране. Например, зрительный образ слона в силу адекватности сознания будет образом крупного животного независимо от того, находится ли слон в непосредственной близости от человека, удален он на какое-либо расстояние или человек видит его по телевизору. (Разумеется, речь в данном случае идет о взрослом человеке, который в своем опыте имеет зрительный образ слона. Маленький ребенок, не имеющий достаточного опыта восприятия, увидев на картинках одинакового размера слона и мыш, не составит адекватного представления без дополнительной информации.) Если не существует нарушенной сознания, то зрительный (в данном случае) анализатор верно оценит перспективу, фон, на котором находится объект, и мозг даст адекватное представление о нем. При расстройстве же восприятия константность может исчезнуть. Так бывает, например, при галлюцинациях. Кроме этого, может возникать искаженное восприятие. Это бывает при намеренном создании иллюзий — приеме, кото-

**8а****8. Ассоциативная психология**

В процессе формирования психологии стал преобладать ассоцианистский подход к восприятию. Ассоциативная психология — одно из основных направлений в психологии XVII—XIX вв. Главным объяснительным принципом психической жизни являлось понятие ассоциации. Данный термин был введен Джоном Локком. Он означает связь, возникающую при определенных условиях между двумя или более психическими образованиями (ощущениями, двигательными актами, восприятиями, идеями и т. п.). Различные виды трактовки ассоциативной психологии были даны Дэвидом Гартли, Джорджем Беркли и Дэвидом Юмом.

В начале XX в. в противовес механистическому ассоциативному подходу к психике и восприятию как ее базовой функции была сформирована школа гештальт-психологии. Понятие гештальта — целостного образа — легло в основу воззрений данной школы. Но концепция этой школы относительно процесса восприятия также оказалась нежизнеспособной, хотя и сыграла большую роль в преодолении механистичности ассоциативного подхода. Гештальтпсихология приписывает восприятию способность преобразовывать действие материальных раздражителей внешней среды. Таким образом, согласно воззрениям этой школы сознание не является объективной функцией психики, основанной на адекватном отражении окружающего мира. Восприятие отрывается от внешнего мира, воспринимается как категория субъективного идеализма. Оно лишается какой бы то ни было объективности.

Другой шаг в преодолении ассоцианизма был сделан М. И. Сеченовым. Благодаря ему параллельно с развитием концепции гештальта развивалась рефлекторная концепция психики, которая в настоящий мо-

**66** Вебера—Фехнера. Согласно данному закону, зависимость является логарифмической. Но это не единственный психофизический взгляд на количественное соотношение раздражителя и ощущения.

На основе ощущений и восприятия в целом формируются образы. В психологии понятие образа неоднозначно и толкуется как в более широких, так и в более узких рамках. В контексте представлений об ощущениях и восприятии образ можно определить как продукт функционирования человеческого мозга, составляющего субъективную картину о том или ином объекте окружающего мира на основе объективных ощущений. Иными словами, ощущение есть объективная реакция организма, представляющая собой базовый элемент отражения. Восприятие не механическая сумма ощущений, но их совокупность, где целое больше, чем сумма составляющих. Ведь мы воспринимаем объект целиком, не препарировав его на отдельные свойства. Образ же — еще более сложный и субъективный. Он включает в себя не только целостное представление об объекте, но и всевозможные характеристики, которые зависят от индивидуального опыта каждого человека.

Способность создания образов обуславливает тот факт, что процесс восприятия лежит в основе формирования основных психических функций человека: мышления, памяти, внимания, эмоциональной сферы.

**86** мент принята за основу многими зарубежными психологическими школами. Рефлекторная концепция отражения является компромиссом между механистическим материализмом ассоцианистов и субъективным идеализмом представителей гештальтпсихологии. Согласно ей восприятие не является механическим процессом, но также и не представляет собой процесс, полностью оторванный от объективных реалий мира. Восприятие есть процесс в своем роде творческий. В нем совокупно сочетаются реальные свойства воспринимаемого объекта и индивидуальные характеристики воспринимающего субъекта. В своей книге «Рефлексы головного мозга» И. М. Сеченов представил теоретическое обоснование целостности взаимоотношений организма и внешней среды. А в своей работе «Элементы мысли» он написал о процессе восприятия так: «Организм без его внешней среды, поддерживающей существование, невозможен, поэтому в научное определение организма должна входить и среда, влияющая на него».

В середине прошлого века в отечественной психологии был сформулирован **деятельностный подход** к изучению психики. Одним из основных его авторов являлся академик А. Н. Леонтьев. Данный подход характеризуется тем, что каждое психическое явление рассматривается в связи с деятельностью человека.

**56** тия, например мелодиями, и цветовыми ощущениями. Часто люди могут сказать, «какого цвета» данная мелодия или слово.

Несколько реже встречается **синестезия**, основанная на ассоциации цвета и запаха. Она часто присуща людям с развитым обонянием. Таких людей можно найти среди дегустаторов парфюмерной продукции — для них важен не только развитый обонятельный анализатор, но и синестетические ассоциации, позволяющие сложный язык запахов перевести в более универсальный язык цвета. Большое значение в жизни людей имеет развитие кинестетического (двигательного) анализатора. Кинестетические ощущения не имеют специального органа чувств. Они вызываются раздражением нервных окончаний, находящихся в мышцах, суставах, связках, костях. Эти раздражения происходят при перемещении тела в пространстве, при физических нагрузках, при выполнении движений, связанных с тонкой моторикой (рисовании, письме, вышивании и т. п.). Развитый кинестетический анализатор важен, безусловно, для всех людей. Но особенно он необходим для тех, чья профессия или хобби связаны с выполнением сложных движений, когда очень важно не ошибиться.

Далее следуют **кожные ощущения**, иногда их разделяют на два вида: **тактильные** (осязательные) и **температурные**. Тактильные ощущения позволяют различать рельеф и структуру поверхности предметов, с которыми входит в соприкосновение наша кожа, температурные — ощущать тепло или холод.

**76** рым пользуются иллюзионисты, используя зеркала, соответствующее освещение и иное, или при спонтанно возникающих иллюзиях, когда при неясном освещении пенок можно принять за животное, или в дремотном состоянии раскаты грома могут быть восприняты как орудийные залпы. Возникновение спонтанных иллюзий восприятия зависит от многих факторов: личного опыта, культурных традиций, социальной среды, преобладающего окружающего природного ландшафта в местности, где проживает человек. Например, иллюзии европейцев и африканцев или жителей города и деревни будут существенно различаться в силу вышеуказанных факторов.

В заключение лекции сделаем обзор существующих **теорий восприятия**. Возникновение первых воззрений на природу восприятия относится еще к античным временам. Например, Платон считал, что все предметы являются материализацией идей Творца. А восприятие предметов и возникновение их образов являются воспоминанием бессмертной души, которая до своего воплощения также находилась в мире этих идей. Идеалистический подход древнего мыслителя к воззрениям на психику и процесс восприятия впоследствии не нашел развития в психологической науке.

9a

### 9. Память как высшая психическая функция

Память является одной из высших психических функций человека, тесно связанной с остальными. В самых общих чертах психологическую категорию памяти можно определить как совокупности психических процессов организации и сохранения прошлого опыта, позволяющих использовать этот опыт в дальнейшем. К этим процессам, называемым в психологии мнемическими (от греч. «мнемос» — «память»), относятся запоминание (или слефообразование), сохранение, узнавание, припоминание (воспроизведение), забывание.

В соответствии с современными представлениями нейрофизиологии и биохимии все явления памяти осуществляются либо путем изменения активности электрического возбуждения биопотенциалов соответствующих нейронов (кратковременная память), либо, при более длительных изменениях, на биохимическом уровне — в молекулах РНК и ДНК (долговременная память).

Память, как и любая высшая психическая функция, связана с индивидуальными психическими свойствами личности. Кроме этого, существует взаимодействие мнемических процессов с такими индивидуальными качествами человека, как опыт, знания, навыки, умения. Связь эта двусторонняя, поскольку память, с одной стороны, зависит от этих качеств, с другой — сама способствует их дальнейшему развитию.

Запоминание — запечатление в сознании следа какого-либо объекта. В данном случае под объектом запоминания понимаются и предметы окружающего мира, и события, и идеи, и взаимосвязи между ними, и их языковое отображение, и эмоциональный фон, соответствующий объекту, т. е. любое проявление жизнедеятельности человека является объектом запоминания.

10a

### 10. Сохранение, узнавание объектов

Объект может сохраняться в сознании бессрочно, а может быть забыт со временем. Это зависит и от способа запоминания, и от важности объекта для конкретной личности, и от частоты последующих воспроизведений этого объекта. Вернемся к упомянутым примерам. Если танцевальная композиция представляет собой некий сюжет, а каждое движение служит развитием сюжета и передачей образа, то артист сохранит ее в памяти значительно дольше, чем когда эта композиция является набором не связанных общей логикой движений. В то же время длительность сохранения этой композиции зависит и от частоты ее исполнения. Так же и с ролью, и с учебным материалом. Даже будучи в свое время логически осмысленными, но затем более не применяемыми, знания быстро сотрутся из памяти. А примером действия ассоциативности на сохранение материала может послужить изучение языка. Механическое прослушивание записи иностранных слов значительно менее эффективно, чем обучение при помощи ассоциирования их в какие-либо логические связи, наглядных пособий и живого общения.

Процесс забывания неизбежно присущ человеческой памяти. Мы не можем хранить всю информацию, которая когда-либо была запечатлена в нашем сознании. Часть ее забывается за ненужностью. Кроме того, существует процесс вытеснения из сферы сознания неприятной, травмирующей информации. Таким образом, резко негативная эмоциональная окраска информации для данного субъекта также является фактором забывания.

Следующий процесс памяти — узнавание. Под этим термином понимают проявление памяти при повторном восприятии объекта. Простейший пример — узна-

11a

### 11. Эйдетическая и эмоциональная память

Как особый вид зрительной памяти выделяют память **эйдетическую**. «Эйдос» в переводе с греческого означает «вид, образ». Развитой эйдетической памятью наделены немногие люди, называемые эйдетиками. Они обладают уникальной врожденной способностью, взглянув бегло на какой-либо объект, в точности воспроизвести все детали. Например, взглянув на дом, который они видят впервые, и сразу отвернувшись или закрыв глаза, они могут в точности рассказать, сколько у него окон, какие из них освещены, на каких балконах сушится белье, какие занавески на каждом из окон и т. п. Таким образом, здесь происходит моментальное запечатление объекта при помощи одного только зрительного анализатора. Считается, что способности к эйдетическому способу запоминания можно до некоторой степени развивать путем тренировки. Но это касается людей с преобладающим зрительным типом памяти. Да и в этом случае результаты не достигнут способностей, проявляемых эйдетиками.

**Эмоциональный** (или аффективный) вид памяти заключается в запоминании, сохранении, узнавании, воспроизведении эмоций и чувств, когда-либо пережитых человеком. Как правило, толчком для воспроизведения объектов эмоциональной памяти являются воспоминания о событиях, которые вызвали данные эмоции. Ведь всякое значительное или незначительное событие нашей жизни сопровождается целой гаммой эмоций. Именно эмоциональная память позволяет стать воспоминаниям об этих событиях более объемными, более достоверными. Без эмоций они были бы скупы и схематичны. Что могут значить для человека воспоминания о дне его свадьбы или о дне скорбной

12a

### 12. Аномалии памяти

**Аномалии памяти** заключаются чаще всего в ее ослаблении. Ослабление памяти носит название «гипомнезия». Гипомнезия может быть временной, возникшей в связи с усталостью, перегруженностью информацией, болевыми синдромами, ситуацией сильного эмоционального потрясения. При устранении этих факторов память возвращается к норме без психотерапевтического вмешательства. Может она принимать и более устойчивые формы — при невротических и некоторых соматических расстройствах. В таком случае функция памяти возвращается постепенно после излечения таких расстройств. Здесь, как правило, без помощи или хотя бы рекомендаций психотерапевта не обойтись. Кроме того, необходимо применение ноотропных средств — лекарственных препаратов, восстанавливающих и поддерживающих функции головного мозга.

Гипомнезия может наблюдаться при алкогольном психозе. Это известный в психиатрии синдром Корсакова (открыт русским психиатром С. С. Корсаковым в 1897 г.) — нарушение памяти на ближайшие события при сохранении ее на события прошлые. Данный синдром наблюдается также у старых людей, страдающих атеросклерозом сосудов головного мозга: события далекого прошлого, своей молодости, зрелого возраста такие люди помнят прекрасно, но не могут припомнить, что делали вчера или час назад.

Помимо гипомнезии, существует амнезия — полная потеря памяти. Она в основном бывает вызвана травмами головного мозга. Различают ретроградную амнезию, когда человек не может вспомнить ничего из той части жизни, которая предшествовала заблуждению, и антероградную амнезию — выпадение из памяти всего, что было после травмы. Бывает также частичная

**106** вание по внешности или по голосу знакомого вам человека.

Процесс воспроизведения или припоминания отличается от узнавания тем, что объект вспоминается без повторного восприятия, т. е. вы можете просто воспроизвести в памяти внешность или голос знакомого. Ну и, разумеется, сюда же относятся более сложные формы воспроизведения — припоминание изученного материала, последовательности движений, нюансов какого-либо события вашей жизни и т. п. Психологи считают, что воспроизведение возможно даже при вытеснении некоего объекта из сознания в подсознательную сферу. Такое «извлечение» воспоминания может быть проведено, например, при гипнотическом воздействии на человека.

У каждого человека существуют различные **виды памяти**. Три основные группы — это образная, эмоциональная и словесно-логическая память.

Образная память разделяется на несколько подвидов в соответствии с типом анализатора, создающего след (в данном случае запечатлеваемый образ). Такими подвидами являются зрительная, слуховая, моторная, обонятельная, осязательная, вкусовая память. В зависимости от степени развития того или иного анализатора у каждого человека некоторые подвиды образной памяти преобладают над остальными. Редко встречаются случаи, чтобы все анализаторы были развиты одинаково.

**126** амнезия — потеря только одного вида памяти при сохранении остальных.

Существует еще одна аномалия памяти — гипермнезия. В отличие от ослабления памяти, здесь, наоборот, происходит усиление возможностей припоминания. У некоторых людей гипермнезия на те или иные виды памяти бывает врожденной, у некоторых — патологической, появившейся в результате травм мозга, на фоне высокой температуры или воздействия каких-либо психотравмирующих факторов. Проявляется патологическая гипермнезия в том, что память удерживает огромное количество ненужных и несущественных деталей. Причем такое проявление является непроизвольным и не зависит от уровня интеллекта. Врожденная же гипермнезия характеризуется сознательной возможностью удерживать в памяти значительно большее количество информации, чем это доступно обычному человеку. Людей с феноменальной памятью называют мнемонистами. Об одном из таких людей, обладающем уникальными способностями к запоминанию, написал известный российский психолог А. Р. Лурия в книге «Маленькая книжка о большой памяти».

**96** Этот процесс является первым в цепочке мнемических процессов — он необходим для любого последующего проявления памяти.

Запоминание может быть механическим или смысловым. Первый тип осуществляется путем многократного повторения мнемического материала. Ну, например, это могут быть зубрежка таблицы умножения, многократное повторение иностранных слов при изучении языка или повторение последовательности каких-то движений, скажем танцевальных, для запоминания хореографической композиции. Смысловой тип запоминания появляется тогда, когда мнемический материал связан с мышлением. Основное значение в этом типе имеют логический ход мысли и ассоциативность структуры материала. Часто используются одновременно оба типа запоминания — при заучивании какого-либо материала, например лекций, или при учении наизусть текста роли. Чем более в процессе запоминания задействованы смысловые образования, тем дольше объект сохранится в памяти. Поэтому современные методики обучения стараются избегать механической зубрежки и как можно более задействовать логику и ассоциации.

**116** утраты, если ему не дано воскресить в памяти те чувства и эмоции, которые переполняли его? Они были бы ничем не затрагивающим его душу воспроизведением последовательности событий — и только.

Кроме того, эмоциональная окраска воспоминаний позволяет им дольше сохраняться. Чем более сильные эмоции запомнились в связи с каким-либо событием или объектом, тем легче будет воспроизвести хранящийся в памяти образ. Отсюда следует вывод, что эмоциональная память неразрывно связана с образной. Ведь эмоции связаны не только с событиями жизни. Они могут быть вызваны музыкальным произведением, картиной, запахом, вкусовым ощущением, чувством голода или боли. Если мы остались равнодушны к какому-либо музыкальному произведению, вряд ли нам удастся воспроизвести его в сознании. Если какое-то полотно вызвало у нас волнующую и сильную гамму чувств, мы наверняка запомним его надолго. Точно так же мы скорее и ярче запомним и впоследствии сможем распознать тот запах, который вызвал у нас восхищение или отвращение, чем тот, который не пробудил никакой эмоциональной реакции.

Эмоциональная память особенно важна для людей творчества, представителей различных видов искусства. Это связано с тем, что они по роду своей деятельности — будь то живопись, литература, музыка или что-то еще — обязаны наиболее ярко воспроизводить образы. А в этом лучшим помощником является эмоциональная память.

13а

### 13. Взаимодействие памяти и деятельности

**Взаимодействие памяти и деятельности** заключается в зависимости типа запоминания от его включенности в структуру деятельности. Будучи психическим процессом, происходящим на фоне какой-либо деятельности, запоминание определяется особенностями этой деятельности. По признаку включенности в деятельность запоминание делится на два типа — произвольное и произвольное.

Основной характеристикой любой человеческой деятельности является направленность. Следовательно, взаимосвязь запоминания и деятельности прежде всего характеризуется зависимостью запоминания от характеристик направленности.

Направленность деятельности представляет собой осознанное намерение достичь той или иной поставленной цели. Намерение, таким образом, является основной сознательной деятельностью человека, стремлением достичь желаемого результата в соответствии с намеченной программой действий.

Направленность на запоминание какого-либо материала называется мнемической направленностью. Она делится на следующие виды: направленность на полноту, точность, последовательность, прочность запоминания. Иногда эти виды выступают в совокупности, иногда отдельно — в зависимости от конечной цели деятельности. Например, при заучивании текста наизусть необходимы все четыре вида. А, скажем, при переработке информации, целью которой является составление о каком-либо объекте собственного мнения, необходимы преимущественно направленность на точность и полноту, а последовательность и прочность запоминания не важны.

14а

### 14. Внимание как объект психологического исследования

Внимание представляет собой один из важнейших психических процессов. Оно не является самостоятельной формой отражения или познания. Его обычно относят к области явлений восприятия. Внимание характеризуется сосредоточенностью восприятия на определенном объекте. Таким объектом может являться как конкретный предмет, так и идея, образ, событие, действие. Таким образом, внимание является механизмом выделения из всего пространства восприятия какого-либо одного объекта и фиксации восприятия на нем. Оно обеспечивает продолжительное сосредоточение психической активности на данном объекте.

В отличие от познавательных процессов (таких как восприятие, память, мышление и т. п.) внимание не имеет своего специфического содержания — оно проявляется внутри этих процессов и неотделимо от них. Внимание характеризует динамику протекания психических процессов. Следовательно, можно говорить, что оно тесно связано со всеми психическими процессами. Так, например, у человека, что-либо слушающего либо наблюдающего некий объект, внимание связано непосредственно с восприятием, если человек запоминает информацию — с памятью, если человек обдумывает что-либо — с мыслительными процессами и т. д.

В функции внимания входят активизация психических и физиологических процессов, необходимых для сосредоточения на данном объекте, и торможение процессов, мешающих этому. Внимание обеспечивает организованный и целенаправленный отбор информации, поступающей от органов чувств.

Внимание — это направленность сознания на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую

15а

### 15. Виды внимания

По параметру целенаправленности выделяют три вида внимания. Первый — произвольное внимание. Этим термином называют сосредоточенность на объекте без каких-либо волевых усилий и сознательного намерения. Это наиболее простой вид внимания. Он характеризуется пассивностью по отношению к объекту. Объект в данном случае не имеет отношения к целям деятельности человека в текущий промежуток времени. Сами раздражители внешней среды запускают механизм произвольного внимания. Его возникновение зависит от физических характеристик раздражителя, таких как интенсивность, длительность, контрастность с общим фоном восприятия, внезапность появления на общем фоне восприятия. Эти факторы могут действовать как поодиночке, так и в различных сочетаниях. Например, целью деятельности работника по озеленению парка в некоторый промежуток времени являлась высадка цветочной рассады вдоль аллеи парка. Общим фоном восприятия были утренняя тишина парка и зелень рассады. Вдруг на аллею парка с сильным ревом на большой скорости въезжает красный спортивный автомобиль (ситуация, конечно, гипотетическая). В этом случае факторами, включившими механизм произвольного внимания, будут внезапность, контрастность цвета, интенсивность звукового раздражения. Физиологической основой произвольного внимания является ориентировочная реакция — реакция на новизну стимула, названная И. П. Павловым рефлексом «Что такое?».

Второй вид внимания — произвольное. Оно возникает в случае, когда направленность и сосредоточенность внимания связаны с сознательно поставленной человеком целью. Произвольное внимание требует от

16а

### 16. Свойства внимания

Под устойчивостью понимают способность человека сосредотачиваться на объекте внимания, не отклоняясь от направленности психической активности. Устойчивость характеризуется временными параметрами, т. е. длительностью сохранения сосредоточенности на объекте внимания на одинаковом качественном уровне. Фактором, существенно влияющим на устойчивость внимания, является интерес к объекту. Кроме того, для создания устойчивого внимания необходимы яркость впечатлений от объекта или разнообразие действий, производимых с ним. При отсутствии данных условий устойчивость заметно понижается.

Концентрация внимания — это та же устойчивость, но при наличии помех. Например, длительность сосредоточения на чтении текста зависит от устойчивости внимания, а длительность того же сосредоточения на фоне громко работающего музыкального радиоканала — от степени концентрации.

Распределение внимания — это свойство, которое характеризуется способностью человека сосредотачиваться на нескольких объектах одновременно. Пример — воспитатель детского сада, который должен удерживать в поле внимания всех детей своей группы. Кстати, именно поэтому считается, что группа в детском саду или лагере летнего отдыха должна состоять не более чем из 8—9 детей, иначе воспитатель или вожатый не смогут эффективно контролировать поведение каждого.

Переключение — свойство, обуславливающее перемещение внимания с одного объекта на другой. Легкость или трудность переключения зависят как от характеристик объектов внимания, так и от индивидуальных особенностей человека. В частности, от подвижности



**146** или ситуативную значимость и сосредоточение сознания, предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности.

Относительно физиологических основ внимания в психологии было много споров. Физиологическая интерпретация внимания интересовала ученых на протяжении всего времени исследования этого процесса. В современной отечественной психологии принята интерпретация А. А. Ухтомского. Он высказал мнение, что на уровне физиологических процессов внимание представляет собой доминантный очаг возбуждения в одних участках коры головного мозга, который вызывает, соответственно, снижение уровня возбуждения в соседних участках.

За общий уровень внимания отвечают восходящая и нисходящая части ретикулярной формации — совокупности структур в центральных отделах головного мозга, регулирующих уровень возбудимости и тонуса ниже- и вышележащих отделов центральной нервной системы, включая кору больших полушарий. Раздражение восходящей части ретикулярной формации приводит к возникновению быстрых электрических колебаний в коре головного мозга. Это повышает подвижность нервных процессов и снижает порог чувствительности.

Выделяют ряд **функций внимания**. Прежде всего это отбор значимых, релевантных, т. е. соответствующих потребностям, соответствующих данной деятельности, воздействий и игнорирование других — несущественных, побочных воздействий.

**146** нервной системы (параметры скорости перехода от возбуждения к торможению и обратно) и от личностных особенностей — степени заинтересованности в объектах, уровня мотивации, активности и т. п. Различают переключение внимания преднамеренное (произвольное) и непреднамеренное (непроизвольное). Преднамеренное переключение внимания сопровождается участием волевых усилий человека.

Отвлекаемость внимания — это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой. Оно возникает при воздействии на человека посторонних раздражителей в то время, когда он занят какой-либо деятельностью. Отвлекаемость бывает внешней и внутренней. Внешняя возникает при воздействии внешних раздражителей. При этом произвольное внимание сменяется непроизвольным. Внутренняя отвлекаемость бывает вызвана либо сильными эмоциями, переживаниями, не связанными с текущей деятельностью, либо отсутствием интереса к данной деятельности.

Все перечисленные свойства внимания представляют собой функциональное единство. Их разделение является только приемом экспериментальной психологии, которая изучает свойства внимания, в лабораторных условиях изолируя каждое по мере возможности.

Важная роль внимания в процессах отражения и познания сделала это понятие особенно спорным. О его сущности дискутировали представители различных психологических школ и течений на протяжении многих десятилетий. Представления о внимании менялись подобно раскачивающемуся маятнику — из одной крайней точки в другую.

**136** Итак, если целью деятельности является сознательное запоминание материала, то в этом случае запоминание является произвольным. Если же мнемическая задача не ставится, а запоминание является побочным эффектом деятельности, то это — непроизвольное запоминание. В чистом виде два этих типа запоминания встречаются не так часто. Обычно один из типов преобладает, но к нему примешивается и второй.

Непроизвольное запоминание непосредственно связано с процессом научения на ранних стадиях онтогенеза, так как процесс накопления жизненного опыта происходит путем неосознаваемого, т. е. непроизвольного, усвоения информации об окружающем мире. На более поздних стадиях онтогенеза в процесс научения вляется и произвольное запоминание. Это происходит тогда, когда человек уже способен к целенаправленному в деятельности.

В опытах, проведенных академиком А. А. Смирновым, известным российским специалистом в области исследования памяти, наблюдается следующая закономерность — с возрастом показатель эффективности непроизвольного запоминания относительно уменьшается. Это объясняется тем, что продуктивность непроизвольного запоминания определяется в первую очередь интенсивностью интеллектуальной активности, необходимой для выполнения деятельности. Дети прикладывают значительно больше усилий для выполнения какой-либо деятельности. Взрослым же людям в силу умственного развития требуется значительно меньшая интенсивность интеллектуальной активности, поэтому доля непроизвольного запоминания с возрастом уменьшается.

**156** человека волевых усилий, оно носит активный характер. Это сознательно организованный психический процесс с намеренной актуализацией волевых компонентов личности. Он характеризуется сложной структурой, определяемой социально обусловленными формами и способами поведения. Чаще всего произвольное внимание связано с процессом обучения или трудовой деятельностью. Волевые акты, включающие этот вид внимания, часто сопровождаются вступительной речью, дающей самоустановку субъекта сконцентрировать внимание именно на данном объекте.

И, наконец, третий вид внимания — послепроизвольный. Согласно определению Н. Ф. Добрынина данный вид внимания возникает в случае, когда данный вид осознанной и целенаправленной деятельности достигает автоматизма. В этом случае каждая операция уже существует целостно. В сознании она не распадается на отдельные действия. При этом сохраняется соответствие направленности деятельности и ее целей. Но только выполнение деятельности не требует такого напряжения волевых и мыслительных процессов, как при внимании произвольном. Берем все тот же пример с работником по озеленению. Теперь их будет двое — один начинающий, а другой опытный. Начинающий должен включить механизм произвольного внимания, чтобы не допустить ошибки. У опытного уже, что называется, рука набита. Он выполняет свою работу автоматически. Это не требует большого напряжения внимания — руки «сами делают», включение мыслительных и волевых процессов здесь сведено к минимуму.

17а

## 17. Исследования внимания

Но в конце XIX и начале XX вв. понятие внимания начинает занимать все более значительное место в психологии. Оно служит для выражения активности сознания. Поэтому данное понятие используется для преодоления ассоционистского подхода, сводящего сознание к механическим связям ощущений и представлений. Однако при этом внимание преимущественно рассматривается как внешняя по отношению ко всему содержанию сознания сила, которая воздействует извне, создавая данный сознанию материал. Это идеалистическое понимание внимания. Оно вновь вызывает реакцию «обратной отмашки»: ряд психологов (Фуко, Делевр и др.) вновь отрицают правомерность этого понятия. Наиболее радикальные попытки, совершенно устраняющие внимание из психологии, сделали представители бихевиоризма и гештальтпсихологии. Первая, механистическая, попытка удалить внимание из поля зрения психологии была начата двигателевой теорией внимания Т. Рибо, а затем развита у бихевиористов и рефлексологов. Они свели процесс внимания к рефлекторным установкам. Вторая попытка, принадлежащая представителям гештальтпсихологии, сводила явление внимания к структуре сенсорного поля.

Стронники волюнтаризма в психологии (В. Вундт, У. Джемс) усматривали сущность внимания исключительно в волевом процессе. Но при таком взгляде нельзя объяснить существование непроизвольного внимания. Ряд психологов высказывал противоположное мнение, сводя функцию внимания к фиксации образов исключительно посредством эмоций. Такое толкование отрицало наличие произвольного внимания — ведь оно может включаться и вопреки эмоциям.

Учение И. П. Павлова о центрах оптимальной возбудимости и учение А. А. Ухтомского о доминанте (оча-

18а

## 18. Функции эмоций

**Эмоции** — особая сфера психических явлений, которая в форме непосредственных переживаний отражает субъективную оценку внешней и внутренней ситуации, результатов своей практической деятельности с точки зрения их значимости, благоприятности или неблагоприятности для жизнедеятельности данного субъекта. Эмоции обладают рядом функций.

**1. Сигнальная.** Ее сущность состоит в том, чтобы давать эмоциональный сигнал как реакцию на то или иное воздействие внешней среды или внутреннее состояние организма. Ощущение дискомфорта или удовольствия вызывает у человека определенные эмоции. Эти эмоции служат сигналом к действиям по устранению дискомфорта или сигналом к фиксации источника удовольствия. Например, находясь в малознакомой компании, человек испытывает неловкость. Это служит сигналом предпринять какие-либо действия: найти знакомого, либо проявить инициативу в знакомстве с членами компании, либо просто уйти. Пример положительного сигнала — человек получает эстетическое наслаждение от рассматривания картины на выставке. Эмоции, возникшие при этом, служат сигналом зафиксировать в сознании название картины, ее автора, название выставочного зала, чтобы при желании посетить его еще раз и снова испытать те же эмоции.

Эмоции имеют внешние проявления, выражающиеся в мимике, движениях. Человек может без слов выразить свое отношение к объекту. «Как тебе это нравится?», — в ответ — одобрительный кивок либо кислая мина. С другой стороны, по внешним проявлениям можно судить об эмоциях человека. Улыбка — проявление радости, доброжелательности, нахмуренный вид — человек сосредоточен или опечален и т. п. Точно так же

19а

## 19. Аффект

Традиционно выделяют такие виды эмоциональных процессов, как собственно эмоции, аффекты, стрессы, настроения и чувства. Те или иные виды эмоциональных процессов включены во все психические процессы, во все виды активности человека, начиная от ощущений и заканчивая осознанной деятельностью.

Аффект характеризуется наибольшей мощностью эмоциональной реакции и ее относительной кратковременностью. Этот процесс полностью захватывает психику человека, при этом реакция на основной раздражитель словно бы поглощает реакции на все смежные раздражители. В состоянии аффекта человек может не реагировать на боль, не испытывать страха или стыда и т. п. Таким образом, данный процесс предопределяет действия человека в ситуации, вызвавшей такую реакцию. Аффект, как правило, не поддается контролю сознания, объем которого резко сужается, — он сам движет поведением человека.

Причиной аффекта служит эмоциональная напряженность, накапливаемая в результате аффектогенной ситуации. Если эта напряженность не имеет своевременной разрядки «по частям» и продолжает накапливаться, то со временем она приведет к возникновению аффекта — острой и бурной разрядке всего накопившегося напряжения сразу.

Нередки случаи, когда в состоянии аффекта совершаются преступления. Это связано с тем, что аффектогенные ситуации бывают спровоцированы, преимущественно, отрицательными эмоциями. Например, у некоего А постоянно копится раздражение и озлобленность на некоего В. Это связано с тем, что В ведет себя по отношению к А неприемлемым для А образом. Но В занимает более выгодную позицию (высокое положение

20а

## 20. Чувства

Чувствами называют наиболее длительные и устойчивые эмоциональные процессы. Они могут длиться годами, десятилетиями (например, чувство любви). Многие психологи рассматривают эмоции только как конкретные формы протекания чувств. Чувства имеют ярко выраженный предметный характер. Это означает, что человек не может переживать чувство само по себе, безотносительно предмета, а только к кому-нибудь или чему-нибудь. Объект чувства может быть как реальным, так и воображаемым, вымышленным. Например, чувства симпатии или антипатии могут возникать в отношении другого человека, литературного персонажа, героя кинофильма. В отечественной психологии существует распространенное мнение, что чувства отражают социальную природу человека и складываются как значимые личностные отношения к окружающей действительности. Таким образом, чувства можно определить как переживаемые в различной форме внутренние отношения человека к тому, что происходит в его жизни, в его практической и познавательной деятельности. При переживании чувства восприятие объекта и представление о нем выступают в единстве с личным отношением к данному объекту — воспринимаемому, понимаемому, известному или неизвестному. Переживание чувства является и особым эмоциональным состоянием человека, и отдельным видом среди процессов эмоциональной сферы.

Чувства классифицируют по их направленности и по влиянию на деятельность. По направленности их делят на интеллектуальные чувства — связанные с познавательной деятельностью; практические — связанные, соответственно, с практической деятельностью; эстетические — чувство прекрасного, вызываемое

**186** по позе, по жестам можно распознать психо-эмоциональное состояние человека. Психологами выявлен целый «язык» тела, позволяющий судить как о сиюминутных эмоциях, так и об особенностях эмоциональной сферы личности в целом (например, степень тревожности, уверенности, открытости, правдивости и т. п.). Только очень хорошо натренированные люди могут полностью контролировать мимику и движения, чтобы не выдавать своих истинных чувств (например, разведчики).

**2. Регулятивная.** Эмоции могут регулировать функционирование как отдельных психических процессов, так и деятельность человека в целом. Положительный эмоциональный фон повышает качество деятельности. Тоскливое настроение может довести до того, что все «из рук валится». Страх в зависимости от особенностей личности может либо парализовать человека, либо, напротив, мобилизовать все его ресурсы на преодоление опасности.

**3. Познавательная.** Эмоции могут как стимулировать, так и подавлять процесс познания. Если человеку интересно, любопытно что-либо, он будет охотнее включаться в процесс познания, чем если объект ему неприятен, вызывает отвращение или просто скуку.

**206** общением с искусством или восприятием красоты природы; моральные — вызванные переживанием отношений с другими людьми. По характеру влияния на деятельность чувства делят на стенические — активизирующие деятельность (например, радость, вдохновение) и астенические — угнетающие ее (тревога, уныние).

Чувства обладают рядом свойств. Они полярны, т. е. каждое чувство имеет свою противоположность (уважение — презрение, тревога — спокойствие, радость — страдание). Чувства могут быть и амбивалентны — когда один и тот же предмет вызывает два противоречивых, противоположных чувства (можно одновременно любить и ненавидеть, восхищаться и бояться). Чувства динамичны — они имеют свойство меняться со временем (горе и отчаяние могут переходить в печаль, уважение — в нежность, страстная любовь — в ровную привязанность). И, наконец, чувства всегда субъективны. Они зависят от индивидуальных и личностных качеств человека, от состояния здоровья (когда человек болен, он более склонен к унынию, чем к радости), от мировоззрения (например, эстетическое отношение к природе как к источнику вдохновения либо прагматическое — как к источнику обогащения), от культурно-исторических традиций (например, у одних народов символом скорби является черный цвет, у других — белый).

Чувства тесно связаны с потребностями человека. Они ориентируют его на выделение предметов, отвечающих текущим потребностям, и стимулируют деятельность, направленную на удовлетворение этих потребностей.

**176** ге возбуждения в коре головного мозга, приводящего к торможению в соседних участках) положили начало новому взгляду на процесс внимания. Они дали физиологическое обоснование явлений внимания.

Когнитивная психология, сформировавшаяся в конце 1950 — начале 1960-х гг. дала следующее определение понятию внимания — это концентрация умственного усилия на сенсорных или мысленных событиях. В исследованиях внимания когнитивной психологией наметилось пять направлений: избирательность и пропускная способность внимания, процесс возбуждения коры головного мозга, управление вниманием, когнитивные нейроисследования, внимание в контексте со-знания в целом.

Первое направление установило, что мы можем обращать внимание лишь на некоторые, но не на все сигналы из внешнего мира.

Второе направление привело к выводу, что мы имеем некоторый контроль над стимулами, на которые мы обращаем внимание.

Результатом исследований по третьему направлению стал вывод, что многие процессы деятельности становятся настолько привычными, что требуют совсем небольшого количества сознательного внимания и протекают автоматически (например, вождение автомобиля). Исследования в области нейрокогнитологии показали, что наш мозг и ЦНС являются анатомической основой внимания, так же как всех когнитивных процессов.

Наконец, пятое направление позволило представителям когнитивной психологии сделать вывод, что внимание привносит события в наше сознание.

**196** либо, напротив беспомощность, дающая В чувствовать вседозволенности), поэтому А не может выплеснуть свои эмоции. Тогда рано или поздно может наступить момент, когда А впадет в состояние аффекта и совершит по отношению к В преступное действие (вплоть до убийства). В данном случае мы не рассматриваем объективную правоту или неправоту А и В (ведь это могут быть как заключенный и садист-надзиратель, так и истеричная мать и непослушный ребенок или сиделка и самодур-пациент), а прослеживаем только механизм возникновения аффекта.

Итак, отличительные черты аффекта:

- 1) большая интенсивность эмоциональной реакции, влекущая за собой ее бурное внешнее проявление;
  - 2) выход эмоциональной сферы из-под контроля сознания;
  - 3) ситуативность, т. е. реакция на определенную ситуацию;
  - 4) обобщенность реакции, когда доминирующий раздражитель «затмевает» сопутствующие;
  - 5) малая продолжительность, поскольку, будучи процессом интенсивным, аффект быстро себя «изживает».
- Собственно эмоции — более продолжительный вид явлений эмоциональной сферы. В отличие от ситуативного аффекта, эмоции могут быть реакцией не только на происходящее в данный момент, но и на воспоминания и на предвосхищаемые события.

## 21а 21. Эмоциональные состояния

В психологии выделяют ряд **основных эмоциональных состояний**.

1. **Радость.** Это эмоциональное состояние, имеющее яркую положительную окраску. Оно связано с возможностью вполне удовлетворить актуальную текущую потребность в условиях, когда вероятность этого до данного момента была невелика или, по крайней мере, неопределенна. Радость относится к стеническим эмоциям.

2. **Страдание.** Отрицательное эмоциональное состояние, являющееся антиподом радости. Страдание возникает при невозможности удовлетворения актуальной потребности или при получении информации об этом, при условии, что до настоящего момента удовлетворение этой потребности представлялось достаточно вероятным. Форму страдания часто принимает эмоциональный стресс. Страдание является астенической эмоцией.

3. **Гнев.** Отрицательное эмоциональное состояние. Чаще всего протекает в виде аффекта. Вызывается, как правило, возникновением непредвиденного серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности. В отличие от страдания гнев имеет стенический характер — он позволяет мобилизовать все силы на преодоление препятствия.

4. **Страх.** Отрицательное эмоциональное состояние. Оно возникает при реальной, предполагаемой или воображаемой угрозе жизни, здоровью, благополучию субъекта. В отличие от эмоции страдания, вызываемой реальным отсутствием возможности удовлетворения потребности, переживание страха связано лишь с вероятностным прогнозом возможного ущерба. Носит астенический характер.

5. **Интерес.** Положительное эмоциональное состояние, способствующее познавательной деятельности:

## 22а 22. Исследования эмоций

**Развитие представлений об эмоциях** шло по нескольким основным направлениям.

По представлению Ч. Дарвина, эмоции возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа определяли значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Первичные эмоции были способом поддержания жизненного процесса в его оптимальных границах и предупреждения о разрушающем характере недостатка или избытка каких-либо факторов.

Следующий шаг в развитии биологической теории эмоций сделал П. К. Анохин. Согласно его исследованиям, положительные эмоции возникают в случае совпадения результата поведенческого акта с ожидаемым результатом. В противном случае, если совершение действия не приводит к желаемому результату, возникают отрицательные эмоции. Таким образом, эмоция выступает в качестве инструмента, регулирующего жизненный процесс и способствующего сохранению отдельной особи и всего вида в целом. У Джеймса и независимо от него Г. Ланге сформулировали моторную (или периферическую) теорию эмоций. Согласно этой теории, эмоция является вторичной по отношению к поведенческому акту. Она лишь ответ организма на изменения в мышцах, сосудах и внутренних органах, происходящих в момент действия. Теория Джеймса—Ланге сыграла положительную роль в развитии представлений о природе эмоций, указав на связь трех звеньев цепи: внешнего раздражителя, поведенческого акта и эмоционального переживания. Однако сведение эмоций лишь к осознанию ощущений, возникающих в результате периферических реакций, не объясняет связи эмоций с потребностями.

## 23а 23. Психические состояния

Согласно определению Левитова, **психическое состояние** — это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности.

Психические состояния, как и прочие явления психической жизни, имеют свою причину, которая заключается чаще всего в воздействии внешней среды. По существу, любое состояние есть продукт включения субъекта в какой-либо род деятельности, в ходе которой оно формируется и активно преобразуется, оказывая при этом взаимное влияние на успешность данной деятельности.

Если рассматривать психические явления в плоскости таких характеристик, как «ситуативность — долговременность» и «изменчивость — постоянство», можно сказать, что психические состояния занимают промежуточное положение между психическими процессами и психическими свойствами личности. Между этими тремя видами психических явлений существует тесная взаимосвязь и возможен взаимный переход. Установлено, что психические процессы (такие как внимание, эмоции и др.) в определенных условиях могут рассматриваться как состояния, а часто повторяющиеся состояния (например, тревога, любопытство и т. д.) способствуют развитию соответствующих устойчивых свойств личности.

На основании современных исследований можно утверждать, что неразжденные свойства человека являются статической формой проявления тех или иных психических состояний либо их совокупностей. Психические свойства являются долговременной основой,

## 24а 24. Классификация психических состояний

В основу классификации психических состояний могут быть положены различные критерии. Наиболее распространены следующие классификационные признаки.

1. По тому, какие психические процессы преобладают, состояния делятся на гностические, эмоциональные и волевые.

**Гностическим** психическим состояниям обычно относят любознательность, любопытство, удивление, изумление, недоумение, сомнение, озадаченность, мечтательность, заинтересованность, сосредоточенность и т. д.

**Эмоциональные** психические состояния: радость, огорчение, грусть, возмущение, злость, обида, удовлетворенность и неудовлетворенность, бодрость, тоска, обреченность, угнетенность, подавленность, отчаяние, страх, робость, ужас, влечение, страсть, аффект и т. д.

**Волевые** психические состояния: активность, пассивность, решительность и нерешительность, уверенность и неуверенность, сдержанность и несдержанность, рассеянность, спокойствие и т. д.

2. Схожа с предыдущей, но имеет некоторые отличия классификация состояний на основе системного подхода. Согласно этой классификации психические состояния разделяются на волевые (разрешение — напряжение), аффективные (удовольствие — неудовольствие) и состояния сознания (сон — активация). Волевые состояния делятся на практические и мотивационные; а аффективные — на гуманитарные и эмоциональные.

3. Классификация по признаку отнесенности к личностным подструктурам — разделение состояний на состояния индивида, состояния субъекта деятельности, состояния личности и состояния индивидуальности.

4. По времени протекания выделяют кратковременные, затяжные, длительные состояния.

**226** В этом направлении вел исследования П. В. Симонов. Им была сформулирована информационная теория эмоций. Согласно этой теории эмоция является отражением соотношения величины потребности и вероятности ее удовлетворения в данный момент. П. В. Симонов вывел формулу этой зависимости:  $\mathcal{E} = -\text{П} (\text{Ин} - \text{Ис})$ , где  $\mathcal{E}$  — эмоция, ее сила и качество,  $\text{П}$  — потребность,  $\text{Ин}$  — информация, необходимая для удовлетворения потребности,  $\text{Ис}$  — информация существующая. Если  $\text{П} = 0$ , то и  $\mathcal{E} = 0$ , т. е. при отсутствии потребности нет и эмоции. Если  $\text{Ин} > \text{Ис}$ , то эмоция отрицательна, в противоположном случае — положительна. Данная концепция относится к числу когнитивных теорий о природе эмоций.

Еще одна когнитивная теория принадлежит Л. Фестингеру. Это теория когнитивного диссонанса. Ее сущность можно передать следующим образом. Диссонанс есть отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в ситуации, когда субъект располагает двумя противоречивыми сведениями об одном объекте. Положительные эмоции субъект испытывает, когда реальные результаты деятельности согласуются с ожидаемыми. Диссонанс субъективно переживается как состояние дискомфорта, от которого человек стремится избавиться. Для этого имеются два способа: изменить свои ожидания так, чтобы они соответствовали реальности, или постараться получить новые сведения, которые бы согласовались с прежними ожиданиями.

**246** 5. По характеру влияния на личность психические состояния могут быть стеническими (состояния, активизирующие жизнедеятельность) и астеническими (состояния, подавляющие жизнедеятельность), а также положительными и отрицательными.

6. По степени осознанности — состояния более осознанные и менее осознанные.

7. В зависимости от преобладающего воздействия личности или ситуации на возникновение психических состояний выделяют личностные и ситуативные состояния.

8. По степени глубины состояния могут быть глубокими, менее глубокими и поверхностными.

Исследование структуры психических состояний позволило выделить пять факторов формирования состояний: настроение, оценка вероятности успеха, уровень мотивации, уровень бодрствования (тонический компонент) и отношение к деятельности. Эти пять факторов объединяются в три группы состояний, различные по своим функциям:

- 1) мотивационно-побудительная (настроение и мотивация);
- 2) эмоционально-оценочная;
- 3) активационно-энергетическая (уровень бодрствования).

**216** развитию навыков и умений, приобретению знаний. Интерес мотивирует обучение. Это стеническая эмоция.

6. **Удивление.** Эта эмоция нейтральна по знаку. Она является реакцией на внезапно возникшую ситуацию или объект в случае отсутствия информации о характере данного объекта или ситуации.

7. **Отвращение.** Отрицательное эмоциональное состояние. Возникает в случае контакта с объектами, вызывающими резко негативное отношение субъекта на любом из уровней — физическом, нравственном, эстетическом, духовном.

8. **Презрение.** Отрицательное эмоциональное состояние. Возникает в межличностных отношениях, т. е. объектом презрения могут быть только другой человек или группа людей. Данное эмоциональное состояние является следствием неприемлемых для субъекта взглядов, установок, форм поведения объекта, расцениваемых субъектом как недостойные, низменные, не соответствующие его представлениям о нравственных нормах и эстетических критериях.

9. **Стыд.** Отрицательное эмоциональное состояние. Возникает при осознании субъектом собственного несоответствия ситуации, ожиданиям окружающих, а также несоответствия своих помыслов, поступков, форм поведения своим же нравственным и эстетическим нормам.

**236** обуславливающей деятельность личности. Однако на успешность и особенности деятельности большое влияние оказывают и временные, ситуативные психические состояния человека. Исходя из этого можно дать и такое определение состояний: психическое состояние — это сложное и многообразное, относительно устойчивое, но сменяющееся психическое явление, повышающее или понижающее активность и успешность жизнедеятельности индивида в сложившейся конкретной ситуации.

На основе приведенных выше определений можно выделить **свойства** психических состояний.

**Целостность.** Данное свойство проявляется в том, что состояния выражают взаимоотношение всех компонентов психики и характеризуют всю психическую деятельность в целом на протяжении данного отрезка времени.

**Подвижность.** Психические состояния изменчивы во времени, имеют динамику развития, проявляющуюся в смене стадий протекания: начало, развитие, завершение.

**Относительная устойчивость.** Динамика психических состояний выражена в значительной меньшей степени, чем динамика психических процессов (познавательных, волевых, эмоциональных).

**Полярность.** Каждое состояние имеет свой антипод. Например, интерес — безразличие, бодрость — вялость, фрустрация — толерантность и т. д.

## 25а 25. Положительные и отрицательные психические состояния

Из всего обширнейшего пространства психических состояний человека принято особо выделять три большие группы: типично положительные (стенические) состояния, типично отрицательные (астенические) состояния и специфические состояния.

**Типичные положительные** психические состояния человека можно разделить на состояния, относящиеся к повседневной жизни, и состояния, относящиеся к ведущему типу деятельности человека (у взрослого человека это обучение или профессиональная деятельность).

Типично положительными состояниями повседневной жизни являются радость, счастье, любовь и многие другие состояния, имеющие яркую положительную окраску. В учебной или профессиональной деятельности таковыми выступают заинтересованность (в изучаемом предмете или предмете трудовой деятельности), творческое вдохновение, решительность и др. Состояние заинтересованности создает мотивацию к успешному осуществлению деятельности, которая, в свою очередь, приводит к работе над предметом с максимальной активностью, полной отдачей сил, знаний, полным раскрытием способностей. Состояние творческого вдохновения представляет собой сложный комплекс интеллектуальных и эмоциональных компонентов. Оно усиливает сосредоточенность на предмете деятельности, повышает активность субъекта, обостряет восприятие, усиливает воображение, стимулирует продуктивное (творческое) мышление. Решительность в данном контексте понимается как состояние готовности к принятию решения и приведению его в исполнение. Но это ни в коем случае не торопливость или необдуманность, а, напротив,

26а

## 26. Специфические психологические состояния

К специфическим психологическим состояниям относятся состояния сна — бодрствования, измененные состояния сознания и др.

Бодрствование — это состояние активного взаимодействия человека с окружающим миром. Выделяют три уровня бодрствования: спокойное бодрствование, активное бодрствование, крайний уровень напряжения. Сон — естественное состояние полного покоя, когда сознание человека отрезано от физического и социального окружения и его реакции на внешние раздражители сведены к минимуму.

Суггестивные состояния относятся к измененным состояниям сознания. Они могут быть как вредными, так и полезными для жизнедеятельности и поведения человека, в зависимости от содержания внушаемого материала. Суггестивные состояния подразделяют на гетеросуггестивные (гипноз и внушение) и аутосуггестивные (самовнушение).

Гетеросуггестия — это внушение одной личностью (или социальной общностью) некоторой информации, состояний, моделей поведения и иного другой личности (общности) в условиях пониженной осознанности у субъекта внушения. Направленное внушение от одной личности к другой происходит при гипнозе, когда субъект внушения погружен в гипнотический сон — особый, искусственно вызванный вид сна, при котором сохраняется один очаг возбуждения, реагирующий только на голос суггестора.

Самовнушение может быть произвольным и непроизвольным. Произвольное — осознанное внушение человеком самому себе некоторых установок или состояний. На основе самовнушения построены методики

## 27а 27. Мотивационная сфера психики

Одной из проблем, активно исследуемых современной психологией, является проблема мотивации человеческого поведения и деятельности. Сущность проблемы заключается в том, чтобы изучить побудительные силы, благодаря которым включается психическая активность человека и направляет его деятельность на какой-либо объект; силы, которые движут человеком при выборе той или иной модели поведения, того или иного способа действия. Эти явления относятся к мотивационной сфере психики.

Чтобы подойти к понятию мотивации, надо начать с потребностей — фундамента мотивационной сферы — и мотивов — более сложных психических образований, на основе которых и формируется мотивация.

**Потребности** — субъективные явления, возникающие, когда индивид испытывает нужду в каком-либо объекте, необходимом для его жизнедеятельности и развития. Они выступают источником активности человека и побуждают его к деятельности в отношении объекта нужды.

Представления о потребностях как самостоятельном психическом явлении сформировались в первой половине XX в. Одной из первых работ, посвященных данному вопросу, была монография Л. Брентано, вышедшая в 1921 г. Брентано предлагал рассматривать потребность как любое негативное чувство, которое индивид старается устранить.

В психологии было множество различных классификаций потребностей. На настоящий момент наиболее актуальной является иерархическая схема, предложенная А. Маслоу — представителем гуманистической психологии. Маслоу высказал мнение, что все потребности являются врожденными и делятся на витальные и духовные. Согласно выстроенной им иерархии, в ос-

28а

## 28. Концепции мотивации

В современной психологии существует немало количество **концепций**. Все их можно условно свести к пяти основным направлениям.

1. **Бихевиористские теории мотивации.** Бихевиористы объясняют поведение посредством схемы «стимул — реакция», считая раздражитель активным источником реакций организма, а, следовательно, и поведения человека. Поэтому как таковая проблема мотивации не рассматривается ими как объект психологии. Однако при этом отмечается, что организм не всегда одинаково реагирует на воздействующий извне стимул. Для объяснения различий в реактивности бихевиористы и ввели в свою схему некий фактор, названный ими мотивацией.

2. **Когнитивные теории мотивации.** В этих теориях мотивация понимается как механизм выбора определенной формы поведения, обусловленный мышлением. Такой подход принадлежит еще к У. Джеймсу, который в конце XIX в. выделял несколько типов принятия решения как сознательного преднамеренного мотивационного акта. Объекты мысли, препятствующие окончательному действию или стимулирующие его, он назвал основаниями, или мотивами, данного решения.

3. **Теория биологических побуждений.** Данная теория основывается на том, что при нарушении баланса в организме возникает стремление к восстановлению баланса — потребность, в результате возникает биологический импульс, который побуждает человека к ее удовлетворению.

4. **Психоаналитические теории мотивации.** С возникновением учения З. Фрейда о бессознательном в конце XIX в. появился новый подход к изучению детерминации поведения. В данном подходе подразумевается,

**266** саморегуляции и управления состояниями, такие как аутотренинг Г. Шульца, методика аффирмации (в основном связана с именем Луизы Хей — наиболее известного популяризатора этой методики), оригинальной методикой настроев, разработанной Г. Н. Сытиним. Непроизвольное самовнушение возникает в результате фиксации повторяющихся реакций на определенный раздражитель — предмет, ситуацию и т. п.

К измененным состояниям сознания относятся также транс и медитация.

Эйфория и дисфория — еще два специфических состояния. Они являются антиподами друг друга.

Эйфория — не обоснованное объективными причинами состояние повышенной веселости, радости, благодушия, беспечности. Она может быть как результатом воздействия психотропных препаратов или наркотических веществ, так и естественной реакцией организма на какие-либо внутренние психические факторы. Например, длительное пребывание в состоянии крайнего напряжения может вызвать парадоксальную реакцию в виде эйфории. Дисфория, напротив, проявляется в необоснованно пониженном настроении с раздражительностью, озлобленностью, мрачностью, повышенной чувствительностью к поведению окружающих, со склонностью к агрессии. Дисфория наиболее характерна для органических заболеваний головного мозга, эпилепсии и для некоторых форм психопатий.

**286** что поведение человека в первую очередь подчиняется бессознательному ядру психической жизни, образуемому мощными влечениями. В основном психоаналитики рассматривают такие влечения, как либидо (сексуальная энергия) и агрессивность. Данные влечения требуют непосредственного удовлетворения и при этом блокированы «цензором» личности, названным «сверх-я». Под «сверх-я» понимается система социальных норм и ценностей, воспринятая личностью в процессе социализации. Таким образом, если в когнитивных концепциях поведением человека управляет сознание и сознательно же формируется мотивация, то согласно Фрейдю процесс мотивации бессознателен.

**5. Теории взаимосвязи мотивации и деятельности.** Одна из них — теория каузальной атрибуции, основанная Ф. Хайдером, стала почвой методологического принципа деятельной опосредованности поведения.

Под каузальной атрибуцией понимают интерпретацию субъектом межличностного взаимодействия причин и мотивов поведения других людей.

Основные мотивы, рассматриваемые теорией каузальной атрибуции, — это аффилиация (стремление к общению) и отвергание общения, агрессивность и мотив подавления агрессивности, альтруизм и эгоизм, мотив стремления к власти.

**256** взвешенность, готовность к мобилизации высших психических функций, актуализации жизненного и профессионального опыта.

К **типично отрицательным** психическим состояниям относятся как состояния, полярные типично положительным (горе, ненависть, нерешительность), так и особые формы состояний. К последним относятся стресс, фрустрация, состояние напряженности.

Под стрессом понимается реакция на любое экстремальное негативное воздействие. Строго говоря, стрессы бывают не только отрицательными, но и положительными — состояние, вызванное мощным положительным воздействием, сходно по своим проявлениям с отрицательным стрессом.

Фрустрация — состояние, близкое к стрессу, но это более мягкая и специфичная его форма. Специфичность фрустрации заключается в том, что это реакция лишь на особого рода ситуации. Обобщенно можно сказать, что это ситуации «обманутых ожиданий» (отсюда и название). Фрустрация — это переживание отрицательных эмоциональных состояний, когда на пути к удовлетворению потребности субъект встречает неожиданные помехи, в большей или меньшей степени поддающиеся устранению.

Психическая напряженность — еще одно типично отрицательно состояние. Оно возникает как реакция на лично сложную ситуацию. Такие ситуации могут вызываться каждым в отдельности или совокупностью следующих факторов.

**276** новации пирамиды человеческих потребностей лежат потребности физиологические, а венчают ее потребности, связанные с самореализацией человека — наивысшим уровнем психологического проявления. В целом пирамида выглядит следующим образом:

- 1) физиологические потребности (пища, вода, воздух);
- 2) безопасность и защищенность (как физиологическая, так и психологическая);
- 3) потребность в любви и принадлежности (т. е. причастности к какой-либо социальной группе);
- 4) потребность в уважении (одобрении, признании компетентности и т. п.);
- 5) когнитивные и эстетические потребности (жажда красоты, знаний, справедливости);
- 6) потребность в самоактуализации (максимальной реализации своих способностей, возможностей, взгляд на себя не только как на человека разумного, но и как на человека творческого).

В основе данной иерархии лежит представление о том, что доминирующие потребности, расположенные внизу пирамиды, должны быть в достаточной мере удовлетворены прежде, чем человек сможет осознать наличие у себя потребностей более высокого порядка и быть мотивированным ими в своих действиях.

29а

## 29. Виды мышления

Мышление в психологии определяют как процесс познавательной деятельности человека, представляющий собой опосредованное и обобщенное отражение человеком действительности в ее существенных связях и отношениях.

**Виды мышления** выделяют по различным признакам. Основная принятая классификация различает следующие три вида:

- 1) наглядно-действенное мышление;
  - 2) наглядно-образное мышление;
  - 3) словесно-логическое (или понятийное) мышление.
- Именно в таком порядке виды мышления развиваются в процессе филогенеза и онтогенеза.

Наглядно-действенное мышление — это вид мышления, опирающийся на непосредственное восприятие предметов. Решение задачи в его рамках осуществляется в ходе реального, физического преобразования ситуации, в процессе действий с предметами. Путем физического контакта с предметами происходит постижение их свойств.

В процессе филогенеза люди решали встающие перед ними задачи сначала именно в рамках практической, предметной деятельности. Только потом из нее выделилась деятельность теоретическая. Это касается и мышления. Лишь по мере развития практической деятельности теоретическая мыслительная деятельность выделяется как относительно самостоятельная. Аналогичный процесс наблюдается не только в ходе исторического развития человечества, но и в онтогенезе. Формирование мышления у ребенка происходит постепенно. Сначала оно развивается внутри практической деятельности и в большой степени определяется тем, как развивается умение обращаться с предметами.

30а

## 30. Формы мышления

Выделяют три логические **формы мышления**: понятие, суждение, умозаключение.

Понятие — это отражение в сознании человека отличительных особенностей предметов и явлений, их общих и специфических признаков, выраженное словом или группой слов. Понятие представляет собой высший уровень обобщения, присущий только словесно-логическому виду мышления. Понятия бывают конкретные и абстрактные. Конкретные понятия отражают предметы, явления, события окружающего мира, абстрактные отражают отвлеченные идеи. Например, «человек», «осень», «праздник» — конкретные понятия; «истина», «красота», «добро» — понятия абстрактные.

Содержание понятий раскрывается в суждениях, которые также всегда имеют словесную форму. Суждение — это установление связей между понятиями о предметах и явлениях или об их свойствах и признаках.

Суждения бывают общими, частными и единичными. В общих утверждается что-либо относительно всех объектов некоторой группы, например: «Все реки текут». Частное суждение относится лишь к некоторым из объектов группы: «Некоторые реки являются горными». Единичное суждение касается только одного объекта: «Волга — крупнейшая река в Европе».

Суждения могут образовываться двумя способами. Первый — непосредственное выражение воспринятой взаимосвязи понятий. Второй — образование суждения опосредованным путем при помощи умозаключений. Таким образом, умозаключение — это выведение нового суждения из двух (или более) уже существующих суждений (предпосылок). Наиболее простой формой умозаключения является силлогизм — вывод, сделанный на основе частного и общего суждения. Любая

31а

## 31. Мыслительные операции

Процесс мышления осуществляется при помощи ряда **мыслительных операций**: анализа и синтеза, абстракции и конкретизации, классификации, систематизации, сравнения, обобщения.

Анализ — это мысленное разложение объекта на составные части для выделения из целого различных его сторон, свойств, отношений. Путем анализа отбрасываются несущественные связи, данные восприятием.

Синтез — процесс, обратный анализу. Это объединение частей, свойств, действий, отношений в одно целое. При этом выявляются существенные связи. Анализ и синтез — две взаимосвязанные логические операции.

Анализ без синтеза приводит к механическому сведению целого к сумме частей. Синтез без анализа также невозможен, поскольку он восстанавливает целое из выделенных анализом частей.

Сравнение — это установление между предметами сходства или различия, равенства или неравенства и т. п. Сравнение основано на анализе. Для того чтобы осуществить эту операцию, требуется сначала выделить один или несколько характерных признаков сравниваемых объектов. Затем по количественным или качественным характеристикам данных признаков производится сравнение. От количества выделенных признаков зависит, будет ли сравнение односторонним, частичным или полным. Сравнение (как анализ и синтез) может быть разных уровней — поверхностное и глубокое. В случае глубокого сравнения мысль человека движется от внешних признаков сходства и различия к внутренним, от видимого — к скрытому, от явления — к сущности. Сравнение лежит в основе классификации — отнесения объектов с разными признаками в разные группы.

32а

## 32. Мышление в психологии ассоцианизма. Вюрцбургская школа

**1. Мышление в психологии ассоцианизма.** В основе этого направления психологии лежит принцип ассоциаций, т. е. образования и актуализации связей между представлениями («идеями»). Закономерности ассоциаций исследовались в работах Д. Гартли, Дж. Пристли, Дж. С. Милля и др. Они выделили четыре вида ассоциаций:

- 1) по сходству;
- 2) по контрасту;
- 3) по близости во времени или в пространстве;
- 4) по отношению (причинность, присущность).

Основной закон ассоциаций был сформулирован так: ассоциация тем прочнее и вернее, чем чаще она повторяется.

В то время психология мышления еще не сформировалась как особый раздел психологии. Всякий психический процесс представлялся ассоцианистам как произвольная смена образов. Развитие мышления рассматривалось как процесс накопления и укрепления ассоциаций. Рациональное сводилось к чувственному. Человек как субъект осознанной, направленной мыслительной деятельности не изучался. Вообще считалось, что мыслительные процессы недоступны для экспериментального исследования.

**2. Вюрцбургская школа.** Представители этого направления в психологии (О. Кюльпе, Н. Ах, К. Марбе и др.), в противоположность ассоцианистам, рассматривали мышление как внутреннее действие. Они выдвинули положение о том, что мышление имеет свое специфическое содержание, не сводимое только к наглядно-образному. Вюрцбургской школе также принадлежит утверждение о том, что мышление имеет предметную направленность.



**306** процесс доказательства, например, математической теоремы, представляет собой цепочку силлогизмов, последовательно вытекающих один из другого.

Более сложной формой умозаключений являются умозаключения дедуктивные и индуктивные. Дедуктивные — следуют от общих посылок к частному суждению и от частных к единичному. Индуктивные, напротив, из единичных или частных посылок выводят общие суждения.

На основе подобных способов рассуждения можно сопоставлять друг с другом те или иные понятия и суждения, которыми пользуется человек в ходе своей мыслительной деятельности.

Таким образом, для продуктивного протекания мыслительной деятельности необходимы логические формы мышления. Ими обуславливаются убедительность, непротиворечивость, а, следовательно, и адекватность мышления. Представление о логических формах мышления перешло в психологию из формальной логики. Эта наука также изучает процесс мышления. Но если предметом формальной логики являются прежде всего структура и результат мышления, то психология исследует мышление как психический процесс, ее интересует, как и почему возникает и развивается та или иная мысль, каким образом этот процесс зависит от индивидуальных особенностей человека, как он связан с другими психическими процессами.

**326** Представители вюрцбургской школы начали первые экспериментальные исследования мыслительных процессов. Однако их эксперименты ограничивались лишь методом систематического самонаблюдения, когда квалифицированные психологи в качестве испытуемых должны были сообщать о процессах собственного мышления при выполнении заданий, требующих мыслительных действий. Это могли быть задания по толкованию сложных текстов, выявлению соотношений между объектами, установлению причинно-следственных связей и т. п.

В дальнейшем Н. Ахом была предпринята первая попытка создания объективного метода исследования мышления. Он создал методику образования искусственных понятий.

Несмотря на большой вклад вюрцбургской школы в исследование мышления и преодоление механистического подхода ассоцианизма, ее позиция была внутренне противоречива. Выдвинув принцип деятельности как основной в исследовании мышления, представители данного направления трактовали деятельность в чисто идеалистическом плане. Избавившись от крайности «чистой чувственности» ассоцианистов, они впали в крайность «чистого мышления».

**296** Следующий вид мышления, появляющийся в онтогенезе, — наглядно-образное мышление. Для этого вида характерна уже опора на образы предметов, на представления об их свойствах. Человек представляет себе ситуацию, представляет изменения, которые хочет получить, и те свойства объектов, которые позволят ему в ходе деятельности прийти к желаемому результату. В этом виде мышления действие с образом предметов и ситуаций предшествует реальным действиям в предметном плане. Человек, решая задачу, анализирует, сравнивает, обобщает различные образы. Образ может заключать в себе разностороннее видение предмета. Поэтому данный вид мышления дает более полное представление о свойствах предмета, чем наглядно-действенное мышление.

Переход на понятийную стадию сопряжен с формированием следующего вида мышления — словесно-логического. Оно представляет собой наиболее поздний этап развития мышления в фило- и онтогенезе. Словесно-логическое мышление — вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями. Понятия же формируются на основе языковых средств. Предтечей словесно-логического мышления является внутренняя речь.

**316** Абстракция (или абстрагирование) — это мысленное отвлечение от второстепенных, не существенных в данной ситуации сторон, свойств или связей предмета и выделение одной какой-либо стороны, свойства. Абстрагирование возможно лишь в результате анализа.

Благодаря абстракции человек смог оторваться от единичного, конкретного и подняться на самую высокую ступень познания — научного теоретического мышления.

Конкретизация — противоположный процесс. Это движение мысли от общего к частному, от абстрактного к конкретному с целью раскрыть его содержание. К конкретизации обращаются и в том случае, когда необходимо показать проявление общего в единичном.

Систематизация — это расположение отдельных предметов, явлений, мыслей в определенном порядке по какому-либо одному признаку (например, химические элементы в периодической таблице Д. И. Менделеева).

Обобщение — это объединение многих предметов по какому-либо общему признаку. При этом единичные признаки отбрасываются. Сохраняются только существенные связи. Абстракция и обобщение являются двумя взаимосвязанными сторонами единого мыслительного процесса, при помощи которого мысль идет к познанию.

33а

### 33. Гештальтпсихология. Бихевиоризм

**Гештальтпсихология.** Основным положением, вокруг которого строилась вся концепция гештальтпсихологии, являлось следующее: содержанием любого психического процесса являются не отдельные элементы, а некоторые целостные образования, конфигурации, формы — так называемые гештальты. Центральным объектом исследования данного направления психологии было восприятие. При этом основным принципом исследований было деление объекта восприятия на «фигуру» и «фон». Изучались факторы, способствующие восприятию «фигур», или гештальтов: близость отдельных элементов друг к другу, сходство элементов, направленность к «хорошей фигуре» (замкнутой, простой, симметричной).

Впоследствии законы, открытые при изучении восприятия, были перенесены и на исследования мышления. К. Коффка, один из представителей гештальтпсихологии, активно занимавшийся исследованиями мышления, в противовес вюрцбургской школе вновь вернулся к идее чувственного созерцания, но уже с другой точки зрения. Он считал, что мышление — это преобразование структуры наглядных ситуаций.

Некая исходная ситуация, составляющая задачу для мышления, является неравновесным полем, наглядным по своему содержанию. В этом поле имеются места неопределенности, незаполненности содержанием. В результате этого возникает напряжение, для снятия которого необходим переход в другую наглядную ситуацию. Таким образом, в ряде последовательных переходов происходит изменение структуры наглядной ситуации.

34а

### 34. Психоналитическая концепция. Концепция Пиаже

**Психоналитическая концепция.** В рамках психоанализа мышление рассматривается в первую очередь как мотивированный процесс. Эти мотивы носят бессознательный характер, и областью их проявления являются сновидения, оговорки, обмолвки, симптомы болезней (преимущественно неврозов).

Сновидения рассматриваются как разновидность непроизвольного образного мышления. Широко применяемый в психоанализе метод свободных ассоциаций (проговаривание подряд всего, что приходит на ум человеку) позволяет изучать некоторые особенности мыслительной деятельности, точнее, той ее части, которая обусловлена влиянием бессознательной сферы психики. Именно при свободном ассоциировании и происходят так называемые фрейдовские оговорки, ошибки, обмолвки, которые анализируются специалистом. Сновидение также может быть рассмотрено как свободная цепочка ассоциаций.

Еще одним подходом психоанализа к мышлению является теория сублимации З. Фрейда. Он утверждает, что творчество является продуктом сублимирования — удовлетворения подавленных и вытесненных в бессознательную сферу первичных потребностей. Мнение это более чем спорно — сложно представить, чтобы шедевры мировой культуры были созданы только на основе подавленной сексуальности или агрессии. Хотя такие случаи и могут наблюдаться, но обобщать все же неправомерно.

**Концепция мышления Ж. Пиаже.** Пиаже рассматривает мышление как биологический процесс. Он использует понятие «интеллект», поскольку критически воспринимает трактовку мышления вюрцбургской школы.

35а

### 35. Когнитивная психология

**Когнитивная психология.** Этому направлению свойствен подход к мышлению как процессу переработки информации. Оно возникло на фоне развития вычислительной техники. Кибернетиками было введено понятие искусственного интеллекта. Стал развиваться комплексный междисциплинарный подход к проблеме интеллекта вообще. Это оказало большое влияние на психологическую науку. В результате перенесения понятий кибернетики в изучение поведения возникла новая теория поведения Д. Миллера, Ю. Галантера и К. Прибрама.

Психология же в целом стала рассматривать в качестве своего предмета процесс обработки информации в мозгу человека. Появились информационные теории восприятия, внимания, памяти, эмоций, личности.

Для когнитивной психологии характерен синтетический подход, стремящийся рассматривать все психические процессы в совокупности, избегая ограниченности изолированного рассмотрения отдельных функций. Однако преобладают все же исследования восприятия и памяти — они являются аналогами процессов вычислительной техники, нежели остальные психические функции.

Что же касается мыслительных процессов, то они рассматриваются исходя из определения познавательной активности человека как активности, связанной с приобретением, организацией и использованием знания. Но в данной формулировке отсутствует важнейшее для психологии мышления звено порождения новых знаний, поскольку термин «приобретение» может быть понят лишь как приобретение готовых знаний. Тем самым познание изолируется от мотивационно-эмоциональной сферы личности.

36а

### 36. Творческое мышление

Существует ряд качеств, которые характеризуют творческое мышление:

- 1) свобода от стереотипов, т. е. нетривиальность мышления, выражающаяся в поиске новых подходов к решению творческих задач, а не использовании привычных шаблонов;
- 2) критичность мышления — способность объективно оценивать продукт своей мыслительной деятельности;
- 3) глубина мышления — степень проникновения субъекта в сущность познаваемых явлений;
- 4) широта (или эрудированность) — возможность привлечения для решения поставленной задачи знаний из различных областей;
- 5) независимость мышления, определяемая способностью самостоятельно и оригинально сформулировать задачу и решать ее, не поддаваясь постороннему влиянию, умением отстаивать свою позицию;
- 6) открытость — доступность мышления к новой информации, не пренебрегая ее источниками по какому-либо субъективному причинам;
- 7) эмпатичность мышления — умение отождествить себя с другим человеком, чтобы проникнуть в ход его мыслей (качество, необходимое при различных видах мыслительного соперничества — от интеллектуальных игр до раскрытия преступлений);
- 8) антиципация — способность прогнозировать развитие ситуации, предвосхищать результаты своей деятельности.

В творческом мышлении принято выделять четыре стадии: стадию подготовки, созревания, вдохновения и проверки верности решения. Эти стадии могут частично перекрываться, их выделение носит условный

**346** Если рассматривать его трактовку интеллекта в самом общем виде, то это совокупность биологических характеристик, являющихся фундаментальными для человеческой психики. В качестве таких характеристик выступают организация и адаптация — основные функции интеллекта.

Под организацией в интеллекте понимается его структурированность, т. е. возможность в любой интеллектуальной активности выделить нечто целое и элементы с их связями, составляющие это целое.

Адаптация же включает в себя два взаимосвязанных процесса: ассимиляцию и аккомодацию. Ассимиляция в переводе с латинского означает «уподобление, слияние, усвоение». У Пиаже этот термин подчеркивает восприятие субъектом некоторых характеристик познаваемого объекта, т. е. до некоторой степени «уподобление» ему, «слияние» с ним в ходе познавательной активности. Аккомодация (от лат. *accommodatio* — «приспособление, приурочивание») — это процесс приспособления самого познающего субъекта к разнообразным требованиям, выдвигаемым объективным миром.

На основе этого вывода Пиаже разрабатывает учение о стадиях развития интеллекта, которым посвящено большинство его исследований. Он выделяет IV такие стадии.

I — сенсомоторный интеллект (от 0 до 2 лет).

II — дооперациональное мышление (от 2 до 11 лет).

III — период конкретных операций (от 7—8 до 11—12 лет).

IV — период формальных операций.

**366** характер, однако помогает лучше понять, как протекает процесс творческого мышления.

На стадии подготовки происходят формулировка задачи, сбор информации, примерное обозначение путей решения. Стадия созревания предполагает период отсутствия осознанного внимания к задаче. Информация словно бы переваривается на бессознательном уровне, полученные данные упорядочиваются, систематизируются. Этот процесс подобен тому, как накопленная мозгом за день информация упорядочивается во время сна — что-то отсеивается как несущественное, что-то включается в систему знаний и т. п. Данная стадия может занимать различное количество времени — от нескольких часов до нескольких недель. Стадия вдохновения чаще всего выступает как внезапное озарение, которое может наступить в самый неожиданный момент — во время прогулки, разговора, выполнения каких-либо повседневных дел. Стадия созревания, таким образом, является периодом неосознанного погружения в материал, в то время как мозг отдыхает от обдумывания проблемы. Стадия же вдохновения (или озарения) — момент всплеска мыслительной активности, максимальной сконцентрированности на предмете, после того как достаточно отдохнувший мозг «загружается» переработанной на бессознательном уровне информацией. Стадия проверки истинности решения — полностью осознанный период мыслительной деятельности, когда возникшее во время озарения решение проверяется на адекватность путем испытания практическими действиями.

**336** **Бихевиоризм (психология поведения).** Одним из наиболее видных представителей данного направления был Дж. Уотсон. Он полагал, что предметом изучения психологии может являться только поведение. Уотсон ввел понятие основной структурной единицы поведения — связи стимула и реакции. Сложное поведение, на уровне человека, представляет собой целые системы таких связей. Кроме того, как уже упоминалось в лекции о мотивации, впоследствии в цепочку «стимул — реакция» были введены дополнительные факторы, влияние которых сказывалось на степени реагирования при прочих равных условиях. Понятие мышления, согласно представлениям Уотсона, толковалось очень расширенно, как один из таких факторов. Оно включало как все виды внутренней речевой деятельности, так и любых невербальных форм выражения мысли, таких как жесты и мимика.

Дж. Уотсон выделял три основные формы мышления:

- 1) простое разворачивание речевых навыков (воспроизведение стихов или цитат без изменения порядка слов);
- 2) решение задач не новых, но редко встречающихся, так что они требовали бы пробного словесного поведения (попытки вспомнить ползабытые стихи);
- 3) решение новых задач, требующие словесного решения до того, как будет предпринято какое-нибудь открыто выраженное действие.

**356** Помимо этого, трактовка мышления как системы обработки информации обладает еще рядом ограничений. Не проводится различий информационно-вычислительных и психологических систем, не рассматриваются процессы целеобразования и смыслообразования, соотношение осознанного и неосознанного в мыслительной деятельности, не анализируется развитие мышления.

В отечественной психологии за основу изучения психики принят **деятельностный подход**. Это касается и мышления. Мышление рассматривается в контексте деятельности субъекта. Методологическим принципом, лежащим в основе этого подхода, является принцип деятельностного опосредствования. Он отражает детерминацию мыслительных процессов в сознании индивида содержанием, целями и социальной ценностью осуществляемой деятельности. В рамках деятельностного подхода также принято рассматривать мышление в единстве его фило- онто- и социогенетических аспектов.

Изучение развития мышления в филогенезе позволяет вычлнить общие черты, присущие мыслительным процессам каждого индивида. Изучение социогенеза показывает влияние на развитие мышления человека конкретно-исторической ситуации, того общества, в котором он живет и развивается, его непосредственного, ближайшего окружения.

**37a****37. Воображение**

С творческим мышлением непосредственно связан еще один важный психический процесс — **воображение**. В этом процессе отражение действительности происходит в особой форме создания объективно или субъективно нового (в виде образов, представлений, идей), основанного на образах восприятий, памяти, а также знаний, приобретенных в процессе речевого общения. Воображение — это деятельность по анализу и синтезу сенсорного опыта, которая либо обуславливается влиянием сознательно поставленной цели (в процессе творчества), либо происходит спонтанно, под воздействием чувств, переживаний, которые владеют человеком в данный момент. Воображение присуще только человеку. Животные могут оперировать образами, присутствовавшими ранее в их непосредственном опыте. Но создавать новые образы ни одно живое существо, кроме человека, не в состоянии. Только для человека характерно, что он может мысленно представить себе нечто, чего не воспринимал или не совершал в прошлом. Только у него могут возникать образы предметов и явлений, с которыми он не сталкивался в своем прошлом опыте.

Воображение является необходимым условием любой деятельности человека — от игровой до трудовой. Это связано с тем, что, прежде чем осуществить тот или иной род деятельности, человек должен, как минимум, представить, что именно он будет делать и как он это будет делать. В более сложной, творческой ситуации человек должен еще и представить, каков будет конечный продукт его деятельности. Только создав образ результата, он может наметить адекватные пути разрешения задачи.

**38a****38. Интеллект**

При изучении творческого мышления психологами была выделена относительно обособленная психическая функция — **интеллект**. Он тесно взаимосвязан со всеми познавательными функциями человека, однако для того, чтобы успешнее исследовать процесс решения задач, интеллект рассматривается как отдельная функция. Интеллект основывается на памяти, внимании, скорости протекания психических процессов, способности к упражняемости, развитию понимания языка, степени утомляемости при совершении мыслительных операций, способности к логическому мышлению, находчивости и пр.

Концепций интеллекта существует множество, между представителями различных направлений в психологии всегда велись горячие споры о том, что же именно называть интеллектом. В результате выделились три наиболее распространенных подхода к этому понятию.

1. Биологический подход рассматривает интеллект как способность сознательно приспосабливаться к новой ситуации.

2. Педагогический подход говорит об интеллекте как о способности к обучаемости.

3. Структурный подход рассматривает интеллект как способность адаптации средств к цели, т. е. интеллект с точки зрения структурного подхода является совокупностью тех или иных способностей.

Впрочем, многие психологи вследствие неоднозначности и неясности понятия используют такое своеобразное определение: «Интеллект — это то, что измеряется тестами на интеллект».

Так, например, американский психолог Л. Терстоун с помощью статистических методов исследовал раз-

**39a****39. Интеллектуальное тестирование**

Первая методика интеллектуального тестирования была создана в 1880 г. Дж. Кэттелом. Она еще не была специфической и измеряла как интеллектуальные, так и сенсомоторные функции (например, скорость реакции). В 1903 г. появился тест А. Бине. В нем оценивалось развитие таких психологических функций, как понимание, воображение, память, сила воли и способность к вниманию, наблюдению и анализу. Параллельно с этим широкое распространение получила идея стадийного различия — так называемый умственный возраст. В. Штерн в 1911 г. предложил методику исследования коэффициента интеллекта (IQ) как отношения умственного возраста к хронологическому. Наиболее широкое распространение получила методика Айзенка. Согласно исследованиям Айзенка между сложностью задачи и временем, затраченным на ее решение, существует логарифмическая зависимость. Общий уровень интеллектуальных способностей определяется с помощью комплекса тестов с использованием словесного, цифрового и графического материала. Задания делятся на 2 типа:

- 1) закрытые задания, где необходимо выбрать верное решение из нескольких вариантов;
- 2) открытые задания, где необходимо найти ответ (при этом ответов может быть более одного, поэтому максимально открытая задача состоит в том, чтобы найти наибольшее количество ответов за фиксированный промежуток времени).

Самое высокое из возможных значений IQ — 200 баллов, нижняя граница приближается к 0. Средний IQ составляет 100 баллов плюс-минус 16. К группе людей со средним уровнем интеллекта, по данным исследований, относится 68% людей. К двум другим группам

**40a****40. Речь.  
Функции речи**

В процессе филогенеза сформировалась такая система — человеческая **речь**. Именно благодаря речи содержание сознания одного человека становится доступным для других людей.

Психология рассматривает речь прежде всего как одну из высших психических функций человека, во всем диапазоне ее взаимосвязей с другими психическими функциями — мышлением, эмоциями, памятью и т. д.

Структура речевой деятельности совпадает со структурой любой другой деятельности. Она включает мотивацию, планирование, реализацию и контроль.

Речь непосредственно связана с **языком**, который является инструментом ее опосредования. Он представляет собой систему знаков, передающих информацию как в устной, так и в письменной форме.

Далее рассмотрим **функции речи**. Традиционно выделяют три функции.

1. **Сигнификативная (или номинативная)**. Это функция «называния», сущность ее заключается в том, чтобы давать названия, обозначать объекты как окружающей действительности, так и внутренних процессов, присущих человеку. Таким образом, взаимопонимание в процессе человеческого общения основывается на единстве обозначения предметов и явлений как говорящим, так и воспринимающим речь. Этим общение людей отличается от общения животных, не имеющих системы обозначений, равно как и абстрактного мышления. Их общение происходит на уровне звуковых или иных сигналов, воздействующих непосредственным образом на рефлекс.

2. **Функция обобщения**. Она заключается в выделении существенных признаков предметов и объедине-

**386** личные стороны общего интеллекта, которые он назвал первичными умственными потенциями. Он выделил семь таких потенций:

- 1) счетную способность — умение считать, производить арифметические операции;
- 2) вербальную (словесную) способность — речевую гибкость и одаренность, т. е. умение быстро подбирать слова, максимально точно выражающие мысль;
- 3) вербальное восприятие — легкость в понимании устной и письменной речи;
- 4) пространственную ориентацию — возможность без затруднений представить, как будет выглядеть в пространстве в различных ракурсах тот или иной предмет;
- 5) память;
- 6) способность к рассуждению;
- 7) быстроту восприятия сходств или различий между предметами и изображениями.

Согласно представлениям Гилфорда умственные операции, включенные в интеллектуальное действие, могут быть классифицированы по следующим признакам:

- 1) по характеру: оценивание, синтез, анализ, запоминание, познание;
- 2) по продукту: единица, класс, отношение, система, трансформация, рассуждение;
- 3) по содержанию: действие с материальными объектами, символами, семантические операции, поведение.

**406** ни их в группы, поскольку слово обозначает не только отдельный, данный предмет, но целую группу сходных предметов и всегда является носителем их существенных признаков. Данная функция непосредственным образом связана с мышлением.

3. **Коммуникативная функция** обеспечивает передачу знаний, отношений, чувств и соответственно делится на информационную, волеизъявляющую и экспрессивную. Эта функция выступает в первую очередь как внешнее речевое поведение, направленное на контакты с другими людьми, или письменную речь (книги, письма и т. п.). Это отличает ее от двух первых функций, которые имеют отношение к внутренним психическим процессам.

Информационный аспект коммуникативной функции тесно связан с двумя первыми функциями — он проявляется в обмене информацией между субъектами общения.

Выразительный аспект речи помогает передать чувства и отношения говорящего как к передаваемому сообщению, так и к самому собеседнику или аудитории.

Волеизъявительный аспект коммуникативной функции представляет собой способность при помощи речевой деятельности воздействовать на собеседника или аудиторию, в результате чего последние воспринимают мнение, отношение говорящего, до определенной степени подчиняются его воле. Именно о людях, наделенных сильной волеизъявительной способностью, обычно говорят, что они наделены харизмой.

**376** Среди прочих психических процессов воображение занимает место между восприятием и памятью, с одной стороны, и мышлением — с другой. Но, несмотря на тесную взаимосвязь, оно является отдельной, совершенно особой психической функцией. Можно сказать, что это самый идеальный (или самый «психический») из психических процессов, поскольку он замкнут внутри психики человека и сам по себе не имеет соприкосновения с реальностью, а только через другие процессы — на входе это восприятие, а на выходе — мышление.

Однако, несмотря на эту замкнутость, воображение оказывает огромное влияние на развитие человеческого общества. Именно эта функция дает человеку возможность осуществлять творческую деятельность, а также предвидеть последствия своей повседневной деятельности, строить планы на будущее. Таким образом, вся человеческая культура, как материальная, так и духовная, не могла бы существовать, если бы люди не обладали функцией воображения.

Образы воображения в отличие от образов восприятия могут быть нереалистичными, фантазийными. Восприятие и память являются основой для воображения. Оно же, в свою очередь, служит основой наглядно-образного мышления. Это позволяет человеку решать задачи в условиях невозможности или нецелесообразности предметных действий.

Воображение, как и мышление, может быть репродуктивным (воссоздающим) и творческим. Репродуктивное воображение участвует в повседневной деятельности человека, творческое — включается при решении творческих задач и является основой продуктивного мышления.

**396** относится по 16%. Это люди со сниженным интеллектом (IQ ниже 84 баллов) или с повышенным (IQ выше 116).

Нарушения интеллекта имеют следующую градацию. **Дебильностью** называют легкую степень слабоумия (IQ менее 75 баллов). Ее трудно отличить от психики на нижней границе нормы.

**Имбецильностью** называют среднюю степень слабоумия (IQ от 20 до 50 баллов). Эти люди способны к обучению, но адаптированы только к привычной обстановке жизни, а в случае ее изменения нуждаются в посторонней помощи. Словарный запас, как правило, не превышает 300 слов.

**Идиотия** — наиболее тяжелая форма слабоумия (IQ менее 20 баллов). Она характеризуется тем, что у таких людей не развиваются ни мышление, ни речь, заторможена моторика, существуют только эмоциональные реакции.

Теперь о том, что касается повышенного интеллекта. Многие исследователи говорят о неоднозначной связи творческого мышления с развитым интеллектом. Безусловно, для развития высокого уровня творческих способностей необходим такой уровень интеллекта, который был бы несколько выше среднего. Без определенной базы знаний, хорошей обучаемости, т. е. без интеллектуальной основы, высокая креативность (способность к творческому мышлению) развиваться не может.

41а

## 41. Виды речи

Существуют различные виды речи: речь жестов и звуковая речь, письменная и устная, внешняя и внутренняя. Основное деление — это речь внутренняя и внешняя. Внешняя речь подразделяется на письменную и устную. Устная же речь в свою очередь включает в себя речь монологическую и диалогическую.

**Внутренняя** речь не направлена на непосредственное общение человека с другими людьми. Это беззвучная речь, протекающая скорее как мыслительный процесс. Есть две ее разновидности: собственно внутренняя речь и внутреннее проговаривание. Проговаривание — вполне развернутая речь. Это просто мысленное повторение каких-либо текстов (например, текста предстоящего доклада, выступления, заученного наизусть стихотворения и иного в условиях, когда неудобно такое повторение вслух).

**Внешняя** речь бывает устной и письменной. Устная речь в первую очередь звуковая. Но нельзя исключить и значение жестов. Они могут и сопровождать звуковую речь, и выступать в качестве самостоятельных знаков. Отдельные жесты могут быть эквивалентом слов и иногда даже передавать достаточно сложные смыслы в условиях, когда звуковая речь не может быть применена. Общение при помощи жестов и мимики относится к невербальному типу общения, в отличие от вербального (словесного).

**Письменная** речь имеет другую функцию. Она чаще рассчитана на передачу более отвлеченного содержания, не связанного с конкретной ситуацией и конкретным собеседником (за исключением, может быть, личных писем). Хотя нельзя не отметить, что время вносит свои коррективы — отмирает эпистолярный жанр, зато мощно развивается сетевое общение.

42а

## 42. Воля и волевые процессы

Любая психическая активность человека может носить как произвольный, непреднамеренный характер, так и целенаправленный, произвольный. Непреднамеренная активность не требует усилий и спланированности. Непроизвольные действия имеют импульсивный характер, лишены четкого осознания. Это может быть, например, поведение человека в состоянии аффекта, транса, других измененных состояниях сознания.

В тех же ситуациях, когда необходимо проявить активность для достижения какой-либо осознанно поставленной цели, подключаются волевые процессы. Таким образом, можно сказать, что воля — это способность человека сознательно и активно управлять своей деятельностью, преодолевая препятствия для выполнения поставленной цели и создавая дополнительную мотивацию к действию, когда уже имеющаяся мотивация не является достаточной. Величина усилий, которые прикладывает человек к преодолению возникшего препятствия, характеризует степень развития его волевой сферы.

Итак, отличие **непроизвольных действий**, т. е. действий, совершаемых без участия волевой сферы человека, состоит в том, что они являются результатом возникновения неосознаваемых или недостаточно отчетливо осознаваемых побуждений (влечений, установок и т. д.), имеют импульсивный характер, лишены четкого плана.

**Произвольные действия**, напротив, предполагают осознание цели, предварительное представление тех операций, которые могут обеспечить ее достижение, их очередность.

Для произвольных процессов в целом характерны следующие черты:

43а

## 43. Волевое действие

**Волевое действие** — это внутренняя побудительная сила, сформированная не только типологически и биологическими задатками, но и определяемая каждодневным воспитанием, самоконтролем, самоубеждением. Поэтому психологи считают, что воля воспитуема.

**Структура волевого действия** выглядит как последовательное осуществление следующих этапов:

- 1) постановка целевой задачи и появление стремления к ее достижению;
- 2) осознание путей к достижению цели;
- 3) возникновение мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности;
- 4) борьба мотивов, итогом которой является выбор решения;
- 5) принятие одной из возможностей в качестве решения;
- 6) осуществление принятого решения.

Волевое действие может иметь как простые, так и более сложные формы.

Волевое действие, простое по форме, является побуждением, которое переходит непосредственно в действие по достижению цели. В данном случае действию практически не предшествует сколько-нибудь сложный и длительный сознательный процесс. Сама цель при этом не выходит за пределы непосредственной ситуации, ее осуществление достигается путем совершения привычных для субъекта действий, которые производятся почти автоматически, как только возникает стимул.

Для сложного волевого действия в его наиболее выраженной специфической форме характерно прежде всего то, что между стимулом и действием вклинивается опосредующий данное действие сложный созна-

44а

## 44. Принятие решений. Волевые расстройства

В ходе принятия решения субъект понимает, что дальнейший ход событий зависит от него. Представление о последствиях своего поступка порождает специфическое для сознательного волевого акта чувство ответственности.

Сам процесс принятия решения может протекать в различных формах.

1. Иногда решение не дифференцируется в сознании как особый этап. Волевое действие протекает без особого, сознательно выделенного в нем специального решения. Это происходит в тех ситуациях, когда побуждению, возникшему у субъекта в данный момент, не противостоят никакие другие внутренние аспекты психической деятельности (например, недостаточная активность психики), а само осуществление цели, соответствующей этому побуждению, не встречает никаких внешних препятствий.

2. В некоторых случаях решение приходит как бы само по себе, поскольку является полным разрешением того конфликта, который вызвал борьбу мотивов, т. е. решение принимается не потому, что субъект считает его оптимальным, а потому, что в данных обстоятельствах никакое другое решение уже невозможно. (Например, в случае пожара человек выпрыгивает с третьего этажа не потому, что ему нравится подобное решение, а потому, что у него нет другого шанса спасти свою жизнь.)

3. И, наконец, иногда случается так, что до самого конца и даже при самом принятии решения каждый из противоборствующих мотивов сохраняет еще свою силу, ни одна возможность сама по себе не отпала, и решение в пользу одного мотива принимается не потому, что действительная сила остальных исчерпана, не пото-

**426** 1) произвольная реакция всегда является ощущаемой или осознаваемой;

2) произвольная реакция возникает в ответ на появление жизненно важной потребности и является средством ее удовлетворения.

3) произвольная реакция, как правило, не является вынужденной и может быть заменена по собственному выбору человека на другую с таким же жизненным значением;

4) в ситуации, когда произвольная реакция все-таки является вынужденной, она может осознанно регулироваться по ходу своего осуществления.

Выделяя **волевые процессы** в особый пласт психических явлений, психологи при этом не противопоставляют их познавательным и эмоциональным процессам, поскольку один и тот же процесс может быть одновременно и познавательным, и до определенной степени эмоциональным, и волевым (например, произвольное внимание).

Исходными побуждениями человека к действию являются потребности, следовательно, зачатки воли заключены уже в них. В отличие от потребности мотив является психическим побудителем к осуществлению деятельности, будучи уже не только стимулом, а личностной переработкой стимула (нужды, потребности). Если преобладают однозначные мотивы, они усиливают возможность достижения цели. Возникновение же мотивов, противоречащих достижению намеченной цели, тормозит активность человека (в некоторых ситуациях это является проявлением безволия).

**446** му, что другие побуждения утратили свою привлекательность, а потому, что осознана необходимость или целесообразность принести противоборствующие мотивы в жертву.

Выделяют три вида волевых нарушений.

1. **Абулия** — отсутствие побуждений к деятельности, невозможность принимать решения и исполнять их при полном осознании необходимости этого. Возникает абулия на почве мозговой патологии. Для человека, страдающего абулией, характерно так называемое полевое поведение. Он совершает действия не целенаправленно, а лишь случайно попадая в поле стимула. Например, бесцельно перемещаясь по комнате, человек «натывается» взглядом на какой-либо предмет и берет его — не потому, что данный предмет зачем-то ему нужен, а просто потому, что попался под руку.

2. **Апраксия** — сложное нарушение целенаправленности действий. Оно вызывается поражением тканей в лобных долях головного мозга. Проявляется апраксия в нарушении произвольной регуляции движений и действий, которые не подчиняются заданной программе и делают невозможным осуществление волевого акта.

3. **Гипербулия** — это, напротив, чрезмерная волевая активность больного человека. Она может наблюдаться при маниакальной стадии маниакально-депрессивного психоза, несколько менее выражена при гипертимии, может также иногда возникать при некоторых соматических заболеваниях.

**416** Устная речь имеет две формы. Более распространена диалогическая форма. Диалог по определению — это непосредственное общение двух или нескольких человек, обмен содержательными репликами и информацией познавательного или эмоционального характера между его участниками.

**Монологическая** речь — совсем другое проявление устной речи. Здесь происходит относительно долгое последовательное изложение некоей системы мыслей, знаний одним лицом (чтение лекции перед многочисленной аудиторией).

Возвращаясь к характеристикам письменной речи, надо отметить, что она имеет своей основой монологическую речь, так как в ней отсутствует непосредственная обратная связь с собеседником. Но в отличие от монологической устной речи письменная речь очень ограничена в средствах выразительности, поэтому основными в ней являются содержательная сторона и грамотность изложения.

Помимо перечисленных видов речи, некоторые психологи выделяют еще речь активную и пассивную. Они могут существовать и в устной, и в письменной форме. Активная речь представляет собой процесс передачи информации. Сама активность заключается в необходимости речепорождения. Пассивная же речь является процессом восприятия информации, заложенной в чье-либо активное высказывание. Это могут быть выслушивание, адекватное понимание, а в случае восприятия письменной речи — прочтение, повторение про себя.

**436** тельный процесс. Действию предшествуют расчет его последствий и осознание его мотивов, принятие решения, возникновение намерения его осуществить, составление плана для его осуществления.

Таким образом, волевое действие становится сложным процессом, включающим целую цепь различных этапов и последовательность различных стадий или фаз, тогда как в простом волевом действии все эти моменты и фазы вовсе не обязательно должны быть представлены в развернутом виде.

Сложное волевое действие можно разделить на 9 стадий, осуществляемых поэтапно:

- 1) возникновение побуждения;
- 2) предварительная постановка цели и возникновение стремления достичь ее;
- 3) осознание ряда возможностей достижения цели;
- 4) появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности;
- 5) стадия обсуждения и борьба мотивов;
- 6) принятие одной из возможностей в качестве решения;
- 7) принятие решения;
- 8) осуществление принятого решения;
- 9) преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижении поставленной цели.

**45a****45. Сознание**

Принципиальным отличием человека как вида от остальных животных является его способность абстрактно мыслить, планировать свою деятельность, размышлять о своем прошлом и оценивать его, строить планы на будущее, разрабатывая и реализуя программу выполнения этих планов. Все эти перечисленные качества человека связаны со сферой его сознания.

Представления о сознании формировались на основе самых различных подходов, с точки зрения как материалистической, так и идеалистической философии. Ни та, ни другая позиции не дали окончательного ответа и не пришли к единому определению, что такое сознание. Поэтому в психологии тема сознания является одной из наиболее сложных. Очень многие крупные психологи как зарубежных, так и отечественных школы обращались к данной теме.

Сложность в исследовании сознания заключается в том, что его можно изучать только по данным самонаблюдения, следовательно, невозможно создание объективных методов его исследования. Кроме того, все психические явления предстают перед человеком лишь в той степени, в которой они осознаются. Многие из них могут не достигать порога осознанности. Поэтому данные самонаблюдения могут быть искаженными и неточными. И, наконец, третий фактор, затрудняющий изучение сознания, заключается в невозможности вычленив в нем отдельные временные интервалы, отдельные единицы исследования, поскольку сознание, когда оно работает (т. е. человек не спит, не находится в обмороке и т. п.), является непрерывным потоком и представляет собой параллельное протекание множества психических процессов.

В результате многолетнего изучения проблемы сознания психологи различных течений составили соб-

**46a****46. Характеристики сознания**

В структуре сознания отечественные психологи вслед за А. В. Петровским рассматривают четыре основные характеристики.

1. Сознание является совокупностью знаний об окружающем мире. Кроме того, оно позволяет делать эти знания совместными для всех людей. Само слово «сознание» подразумевает это: сознание — совместное, совокупное знание, т. е. индивидуальное сознание не может развиваться обособленно от общественного сознания и языка, являющегося основой абстрактного мышления — высшей формы сознания. Таким образом, в структуру сознания входят все познавательные процессы — ощущение, восприятие, память, мышление, воображение, с помощью которых человек непрерывно пополняет свои знания о мире и о самом себе. Нарушение любого из познавательных процессов автоматически становится нарушением сознания в целом.

2. В сознании зафиксировано четкое различие между субъектом и объектом, между «я» и «не я». Человек — единственное существо, которое способно выделить себя из остального мира и противопоставить себя ему. На начальной стадии своего развития человеческое сознание направлено вовне. Человек, наделенный от рождения органами чувств на основе данных, доставляемых анализаторами, осознает мир как нечто отдельное от него, и более не отождествляет себя со своим племенем, с явлениями природы и т. п.

Помимо этого, только человек способен обращать свою психическую деятельность на самого себя. Это означает, что в структуру сознания входят самосознание и самопознание — способность производить сознательную оценку своего поведения, своих индивидуальных качеств, своей роли и места в общественных

**47a****47. Функции и свойства сознания**

В структуре сознания ряд исследователей (В. П. Зинченко и его последователи) выделяют два слоя — бытийный и рефлексивный. Бытийный — это «сознание для бытия», а рефлексивный — «сознание для сознания».

К бытийному слою относятся:

- 1) сенсорные образы;
- 2) биодинамические характеристики движений;
- 3) опыт действий и навыков.

К функциям сознания относятся следующие.

1. Функция отражения.
2. Функция целеполагания.
3. Творческая функция (творчество есть путь и средство самопознания и развития сознания человека через восприятие им своих собственных творений).
4. Функция оценки и регуляции поведения и деятельности.
5. Функция построения отношения к миру, другим людям, себе.
6. Духовная функция — обуславливающая становление индивидуальности и развитие духовности.
7. Рефлексивная функция, являющаяся основной, характеризующей сознание функцией.

Объектами рефлексии выступают отражение мира, мышление о мире или мировоззрение, способы саморегуляции, самосознание, сами процессы рефлексии.

Говоря о механизмах сознания, не следует иметь в виду исключительно мозговую деятельность конкретного индивида. Мозг является биологической основой психики и сознания. Но сознание — продукт взаимодействия многих систем. Это и сам индивид, и социальные группы, в которых он формируется как личность, и общество в конкретной исторической ситуации, и весь путь культурно-исторического развития человечества.

**48a****48. Бессознательное**

Понятие психики значительно шире понятия сознания. Существует целый ряд явлений, не представленных на сознательном уровне. Это те психические явления, процессы, свойства и состояния, которые оказывают не меньшее воздействие на поведение, но сознательно человеком не фиксируются. Они относятся к сфере неосознаваемого (или бессознательного). Таким образом, бессознательное в самых общих чертах можно определить как совокупность психических явлений, процессов, состояний, обусловленных такими воздействиями, во влиянии которых человек не дает себе отчета. Есть данные анализаторов, которые осознаются. Они служат сигналами, которые человек использует для сознательного управления поведенческими реакциями. Но существуют и сигналы, которые не попадают в сферу сознания. Они являются регуляторами поведения и протекания психических процессов на бессознательном уровне.

Бессознательное начало в той или иной мере представлено практически во всех психических процессах, свойствах и состояниях человека. Существуют бессознательные ощущения: зрительные, слуховые, мышечные. Они вызывают неосознаваемые реакции на неощущаемые раздражители.

Образы восприятия также могут быть неосознаваемы. Такие образы появляются, например, в узнавании чего-либо ранее виденного или слышанного, когда человек не может вспомнить, что он уже воспринимал данный объект и при каких обстоятельствах это происходило. Или всем известный 25-й кадр — его восприятие происходит на бессознательном уровне, а сознанием не фиксируется.



**466** отношениях. Выделение себя как субъекта и развитие самосознания происходило в филогенезе и происходит в процессе онтогенеза каждого человека.

3. Сознание обеспечивает осуществление целеполагающей деятельности человека. По окончании трудового процесса достигается реальный результат, который в идеальной форме уже был сформирован в сознании, прежде чем трудовой процесс был начат. Человек заранее представлял конечную цель и продукт своей деятельности, формируя тем самым мотивацию. Он планировал действия в соответствии с этим представлением, подчинял ему свои волевые усилия, корректировал деятельность уже на стадии ее осуществления, чтобы конечный результат максимально соответствовал изначальному представлению о нем. Нарушение в осуществлении целеполагающей деятельности, ее координации и направленности является одним из видов нарушений сознания.

4. В структуру сознания входит и эмоциональная сфера человека. Она отвечает за формирование эмоциональных оценок в межличностных отношениях и самооценки, эмоциональных реакций на явления окружающего мира, на внутренние явления. Если эмоциональные оценки и реакции человека адекватны, это способствует регулированию его психических процессов и поведения, коррекции взаимоотношений с другими людьми. При некоторых душевных заболеваниях нарушение сознания выражается расстройством именно в сфере чувств и отношений.

**486** Бессознательные движения — это те, которые в прошлом были сознательными, но в связи с частым повторением стали автоматическими и поэтому неосознаваемыми (например, человек, который длительное время носил очки и имел привычку их поправлять, сменив очки на контактные линзы, еще долго будет машинально тянуться к переносице, пока автоматизм за ненужностью не исчезнет).

В область бессознательного входят также психические явления, возникающие во сне; некоторые побуждения к деятельности, в которых отсутствует осознание цели; некоторые явления, вызванные болезненным состоянием: бред, галлюцинации.

Существует бессознательная память. В ней представлены генетическая память и некоторая часть долговременной. Она неосознаваемо влияет на процессы мышления, воображения, внимания, мотивации, отношения к людям. Например, вы беспричинно испытываете негативные эмоции по отношению к человеку, с которым даже мало знакомы. А истинная причина может скрываться в том, что он чем-то напоминает вам ранее знакомого очень неприятного человека, воспоминание о котором сохранилось лишь в бессознательной памяти.

Бессознательным может быть мышление. Это особенно ярко проявляется при решении творческих задач или при так называемых мозговых штурмах. Бессознательной речью является наша внутренняя речь, которая в состоянии бодрствования не прерывается, но осознается нами очень редко.

Подводя итог, можно сказать, что в зону ясного сознания человека попадают объекты или ситуации, препятствующие выполнению цели, затрудняющие выбор стратегии поведения или требующие нового способа решения.

**456** ственные представления о нем. Но независимо от того, каких позиций придерживались исследователи, с понятием сознания они неизменно связывали наличие у человека рефлексивной способности, т. е. возможности сознания познавать другие психические явления и самого себя. Именно наличие у человека такой способности обуславливает существование и развитие психологии как науки, поскольку без возможности рефлексии весь пласт психических явлений был бы недоступен познанию и изучению. Проще говоря, без рефлексии человек, как любое другое животное, даже не знал бы о том, что у него есть психика.

В отечественной психологии принято определять сознание как высшую форму обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, присущую только человеку как общественно-историческому субъекту. Оно способствует формированию у человека внутренней модели внешнего мира, что является необходимым условием для познавательной деятельности человека и его деятельности по преобразованию окружающей действительности.

Сознание не дается человеку автоматически при его рождении, оно развивается в ходе его взаимодействия с другими людьми, в ходе усвоения социального опыта.

Таким образом, правомерно утверждать, что оно рождается в бытии, отражает бытие и творит бытие.

**476** Важным свойством этих систем является возможность создания новообразований в сознании, которые не могут быть сведены к тем или иным компонентам исходной системы. Сознание выступает как важный функциональный орган взаимодействия этих систем. Свойствами сознания как функционального органа являются:

- 1) реактивность (способность к реагированию);
- 2) чувствительность (способность чувствовать и сочувствовать);
- 3) диалогизм (способность к восприятию себе подобных, а также самосознание как возможность вести внутренний диалог с собой);
- 4) полифоничность (множественность протекания психических процессов одновременно);
- 5) спонтанность развития (сознание каждого человека уникально, его развитие в онтогенезе не может жестко обуславливаться ни индивидуальными качествами, ни воздействием социальной среды — вмешивается нечто, не поддающееся контролю и классификациям, и именно это составляет загадку человека, над которой бьются психологи и философы, богословы и антропологи).

#### 49а 49. Философия бессознательного

Философию бессознательного создал немецкий философ XIX в. Э. Гартман. До него в философии господствовала точка зрения Р. Декарта о том, что сознание является единственной формой духовной жизни. В 1910 г. в Бостоне состоялось I Международное совещание, посвященное проблемам бессознательного. Уже к этому времени ученые поняли, что бессознательное является фактором, который необходимо принимать во внимание при анализе самых различных психологических и психиатрических проблем: поведения, клинических случаев, природы эмоций, творчества, взаимоотношений между людьми. Но тогда бессознательное только лишь указывалось учеными в качестве объясняющего фактора многих психических явлений, но подходов к его осмыслению, раскрытию его особенностей и закономерностей действия они предложить не могли. Ситуация коренным образом изменилась только после появления трудов З. Фрейда. Именно ему удалось начать новую эру в изучении бессознательного.

В современном научном понимании проблемы бессознательного можно выделить два основных направления: теорию психоанализа, основоположником которой стал З. Фрейд, и теорию психологической установки Д. Н. Узнадзе. Эти подходы различаются взглядами на взаимодействие бессознательного с сознанием и психикой в целом. Психоаналитическая теория противопоставляет сознательное бессознательному и рассматривает их как взаимоисключающие элементы психической деятельности. Психология установки, напротив, имеет в своей основе идею целостной психики, опираясь на представление о единстве человеческой личности. Рассмотрим подробнее оба эти направления, чтобы составить более полное представление о данной проблеме.

#### 50а 50. Психические явления

Существуют три группы психических явлений.

**1. Явления, связанные с восприятием, воображением, памятью.** Сюда относятся сновидения, мечты, грезы. Сновидения представляют наибольший интерес среди явлений данной группы. По мнению Фрейда, содержание сновидений в большинстве случаев обусловлено неудовлетворенными желаниями и потребностями человека. Неудовлетворенность порождает напряжение, а сновидение является способом устранения напряжения путем реализации желаний в символической, сновидческой форме. Если желаемые формы поведения неприемлемы для человека на сознательном уровне, то их явное проявление даже во сне не допускается усвоенными нормами морали, так называемой цензурой. Сознание и бессознательное вступают в противоборство. И тогда бессознательное действует «в обход» цензуры, зашифровывая содержание сновидений, запутывая его, выдвигая на первый план второстепенные детали сновидения, а основное скрывая в тени.

**2. Группа ошибочных действий.** Сюда входят оговорки, описки, ошибки при написании слов, неправильное понимание их при слушании. Согласно представлениям Фрейда в подобных явлениях проявляются скрытые от сознания личности мотивы, мысли, переживания. Ошибочные действия, как и сновидения, возникают при столкновении бессознательных намерений человека с сознательно поставленной целью поведения, в случае, если она находится в противоречии со скрытым мотивом. Когда бессознательное одерживает победу, то возникают оговорка, описка, ошибка.

**3. Группа произвольных забываний.** Это может быть забывание имен, намерений, обещаний, событий и прочих явлений, связанных с неприятными пережи-

#### 51а 51. Понятие личности

Понятие личности являлось предметом рассмотрения многих отраслей человекознания: философии, этики, права, социологии, педагогики, психологии, психиатрии и т. д. Но до настоящего времени все эти науки так и не сошлись в едином мнении и не дали единого, общепринятого определения того, что же такое личность.

В философии уже в конце античного периода появилось это понятие. Тогда оно обозначалось словом «персона» (от лат. *persona* — «маска, личина»). Этот термин возник как дополнение к понятию «индивид». Понятие индивида подразумевало природные, врожденные данные человека. Но ведь нельзя свести представление о человеке только к его биологическим свойствам. Человек — значительно более сложная система. Он, как минимум, является еще субъектом и объектом отношений с другими людьми, он обучается, он меняется в зависимости от социального окружения, ситуации развития и т. п. Все это было понятно уже древним философам, поэтому все качества, не относящиеся к природным, они называли персональными (в современном понимании — личностными).

Наиболее близким психологии являются понятия о личности в философии и социологии. В современной философии личность рассматривается прежде всего в этическом аспекте. Она трактуется философами как некий центр, являющийся единством содержания внутреннего мира человека с совокупностью его действий, направленных на другие личности.

В социологии личность рассматривается как субъект общественных отношений, как единица, составляющая основу социума. Данный подход близок социальной психологии. Общая же психология рассматривает лич-

#### 52а 52. Тип личности

В настоящее время принято выделять четыре основных типа темперамента:

- 1) сильный, уравновешенный, подвижный — сангвиник;
- 2) сильный, уравновешенный, малоподвижный — флегматик;
- 3) сильный, неуравновешенный — холерик;
- 4) слабый, неуравновешенный — меланхолик.

Сангвиники — люди энергичные, оживленные, общительные, эмоционально лабильные, легко адаптирующиеся в новой ситуации, легко переключающиеся с одного вида деятельности на другой.

Флегматики невозмутимы, неторопливы, упорны в работе, прилежны к делу. Их трудно вывести из себя. Они с трудом переключаются на другую деятельность. В то же время к смене ситуации относятся спокойно, адаптируются легко.

Холерики — неуравновешенные, импульсивные, склонны к резким скачкам настроения по малейшему поводу, бывают вспыльчивы, агрессивны, плохо владеют своими эмоциями. В то же время могут быть очень инициативны, решительны. Как правило, бывают максималистами.

Меланхолики — люди чувствительные, легко ранимые, склонные к пониженному эмоциональному фону, подавленному настроению, глубоким переживаниям. Часто бывают робки, мнительны, неуверенны в себе. Сложно приспосабливаются к новым обстоятельствам.

Такова характеристика четырех типов темперамента. Однако деление это весьма условно. В чистом виде данные типы темперамента встречаются редко. Тесты, определяющие тип темперамента, обычно показывают процентное соотношение всех четырех типов,

**506** ваниями человека. В данном случае срабатывает один из защитных механизмов — механизм вытеснения неприемлемых для человека воспоминаний, мыслей, переживаний в сферу бессознательного.

Помимо упомянутого уже вытеснения, существуют механизмы замещения, идентификации, проекции, регрессии и др.

Замещение бывает двух видов: замещение объекта и замещение потребности. Замещение объекта выражается в перенесении негативных реакций с объекта, их провоцирующего, на объект, не причастный к конфликтной ситуации. Это происходит, когда «нужный» объект недоступен в силу своего социального статуса или иных причин. Второй вид представляет собой изменение позитивного чувства, не находящего подкрепления, на противоположное при сохранении объекта.

Идентификация — неосознанное отождествление субъектом себя со значимым для него человеком.

Проекция — механизм противоположного свойства. Здесь субъект неосознанно приписывает собственные неприемлемые для него на сознательном уровне черты другому человеку или группе людей.

Регрессия — бессознательный переход в случае сильных стрессовых ситуаций к инфантильным моделям поведения, соответствующим более ранним уровням развития субъекта.

**496** З. Фрейд сравнивал сферу бессознательного с большой передней, в которой находятся все психические явления. К ней примыкает узкий коридор. На пороге между передней и коридором стоит на посту страж, который не только пристально рассматривает каждое душевное движение, но и решает вопрос, пропустить или нет его в коридор. Причем, даже если оно пропускаться, то это еще не означало, что оно непременно станет сознательным. Это произойдет лишь в том случае, если данное психическое явление привлечет к себе внимание сознания, расположенного в дальнем конце коридора. Таким образом, согласно этой метафоре передняя — обитель бессознательного, коридор — вместилище подсознания и только маленькая келья в конце коридора принадлежит сознанию, которое, находясь на задворках бессознательного, выступает в роли наблюдателя. Позднее Фрейд несколько изменил представление о структуре психики. Он выделил три уровня: «ид» («оно»), «эго» («я») и «супер-эго» («сверх-я»). Бессознательное «ид» предстает у Фрейда в качестве того глубинного слоя психики, в недрах которого зарождаются все психические явления. Сознательное «эго» выступает в качестве посредника между «ид» и внешним миром, «супер-эго» — олицетворение совокупности социальных требований, морально-этических и культурно-исторических норм.

**526** что позволяет выявить преобладание какого-либо из них.

Сангвиникам свойственны оптимистичность, склонность видеть в основном привлекательные стороны жизни, легкая приспособляемость к изменениям внешних условий, подвижность, коммуникабельность, активность, высокая работоспособность. К их минусам можно отнести то, что эти люди не очень глубоко в восприятии и анализе человеческого поведения.

Основными плюсами флегматических натур являются спокойствие, медлительность, уравновешенность, терпение, выдержка, склонность к постоянным привязанностям. Слабые же их стороны — это консервативность, инертность (иногда откровенная лень), невысокая эмоциональность.

Для холериков характерны такие положительные черты, как большая жизненная энергия, высокая эмоциональность, порывистость. Есть и свойства, которые им надо стараться сдерживать: это повышенная возбудимость, недостаток самообладания, склонность быстро увлекаться каким-то делом и так же быстро охладевать к нему.

Меланхоликам присущи высокая способность к эмпатии (сочувствию, сопереживанию, тонкому пониманию эмоций другого человека, как радостных, так и печальных), богатый внутренний мир и тонкая интуиция. Но их жизнь могут осложнять такие качества, как робость, тревожность, неуверенность в себе, пассивность, недоверие к людям.

**516** ность значительно шире, не только как субъект и объект социальных действий. Совокупность различных аспектов, рассматриваемых общей психологией, позволяет говорить о личности как о субъекте преобразования мира на основе его познания, переживания и отношения к нему. Таким образом, если все-таки попробовать составить единое представление, то понятие личности подразумевает конкретного человека, являющегося носителем сознания, общественное существо, субъект активного отражения и преобразования мира и одновременно объект, сам преобразующийся под воздействием окружающего мира.

Психология сформировалась позднее философии, социологии и других наук, составивших какое-либо мнение о понятии личности. Поэтому она до определенной степени приняла представления о личности, сложившиеся в этих науках. Однако, обладая собственной спецификой подхода к предмету, психология дает и собственное определение.

Личность имеет динамическую функциональную структуру. В эту структуру входит очень большое количество элементов, называемых чертами личности. Для удобства исследования личности психологи выделили ряд подструктур. Это условное деление, поскольку в действительности все эти подструктуры являются взаимопроницаемыми и взаимообуславливающими. Однако их все же можно считать относительно самостоятельными образованиями. Традиционно выделяют четыре подструктуры.

53а

## 53. Подструктура опыта

Подструктуру опыта составляет жизненный и профессиональный опыт личности, т. е. общая культура человека и его профессиональная подготовленность. Данная подструктура является уже социально-биологической системой, т. е. социального в ней больше, чем биологического. В нее входят навыки и умения, знания, привычки.

Навыками называют автоматизированные составляющие сознательной деятельности. Они дают возможность действовать автоматически, но при этом целенаправленно и под контролем сознания. Навыки приобретаются путем длительных упражнений. Они могут быть двигательными, сенсорными, умственными и волевыми. По степени усвоения навыки делятся на сформировавшиеся или нет, простые и сложные, продолжительные и непродолжительные, разрозненные и комплексные, стандартные и гибкие. Навыки могут как приобретаться, так и утрачиваться — в том случае, если они длительное время не применялись. Например, если гитарист несколько лет не брал в руки гитару, то его пальцы «разучатся» сами находить нужные лады и брать аккорды. Это называется деавтоматизацией навыка.

Знания — система понятий, усвоенных человеком в ходе личного опыта. Они формируются на основе условных рефлексов и представляют собой систему временных связей, в образовании которой ведущее значение имеет аналитико-синтетическая деятельность коры головного мозга. В приобретении знаний ведущую роль играет активное функционирование процессов мышления и памяти. Знания оцениваются не только и не столько по количественным характеристикам (объему, эрудированности), сколько по качественным параметрам: широте, глубине, последовательности при-

54а

## 54. Индивид. Социализация

**Индивид** — это также понятие о человеке в биологическом аспекте. Но это понятие подразумевает биологическую основу развития личностных и индивидуальных качеств. Ведь сознание, речь, характер, способности не передаются, как генетическая наследственность. Они формируются при жизни человека, при его взаимодействии с другими людьми. Однако врожденно человек получает ту или иную предрасположенность, тип нервной системы, задатки способностей и т. п. Вот эти биологические факторы и объединяются в понятие «индивид». Итак, индивид — это человек в совокупности своих врожденных свойств, на основе которых будет происходить его дальнейшее развитие.

Понятие «личность» было введено психологами, чтобы обозначить социальную сущность человека, формирующуюся в результате усвоения человеком общественных форм сознания и поведения, общественно-исторического опыта человечества. Индивид становится личностью под влиянием жизни в обществе, воспитания, обучения, общения, взаимодействия с другими людьми. Процесс становления личности называют социализацией. Она имеет ряд стадий.

1. Начальная стадия социализации называется стадией адаптации. Она длится от рождения до подросткового возраста. Характеризуется тем, что ребенок приспосабливается к социальной среде, подражает старшим, но воспринимает социальный опыт еще не избирательно и не критично.

2. Вторая стадия — стадия индивидуализации. У молодого человека формируется собственное отношение к общественным нормам поведения. Социальный опыт принимается избирательно и критично. Возникает

55а

## 55. Способности

Способности, равно как и характер, являются определенным сочетанием различных личностных качеств. Но, в отличие от характера, способности проявляются в каком-либо одном виде деятельности (как правило, творческой), а характер обуславливает все поведение человека и все виды его деятельности. Существуют различные классификации способностей. Их принято делить на элементарные и сложные, а также на общие и частные.

К элементарным частным способностям можно отнести, например, музыкальный слух, моторную память (это способность развита у танцоров, гимнастов, фигуристов), способность к эмпатии. Их называют частными, поскольку они не могут быть в равной степени присущи разным людям. Элементарными же они называются, поскольку определяют успешность какого-либо одного, определенного вида деятельности.

Сложные частные способности — это способности профессионального характера. Они также обеспечивают успешность в каком-либо одном виде деятельности, но являются комплексными. Например, художник должен обладать развитым чувством цвета, перспективой, тонкой моторикой, художественным вкусом. Все вместе это можно назвать способностью к художественному творчеству.

В отличие от этого, сложные общие способности предполагают вероятность успеха не в каком-то конкретном виде деятельности, а скорее в целой сфере или направлении (например, способность к лидерству, способность к игре, способность к творчеству, к эстетической деятельности и т. п.).

Ну а общие элементарные способности — базис всех трех вышеописанных видов. Они включают в себя осо-

56а

## 56. Акцентуации личности

Основные типы акцентуаций.

1. **Гипертимный тип** — в первую очередь характеризуется необычайной коммуникабельностью, активностью, выразительностью жестов и мимики. Такие люди обычно пребывают в приподнятом настроении и требуют этого от окружающих.

2. **Возбудимый тип** характеризуется импульсивностью поступков. Основными являются черты характера, вырабатывающиеся в связи с недостаточной степенью самоконтроля и управляемости у данной личности. Это связано с малоразвитой волевой сферой личности.

3. **Эмотивный тип**. Отличительная черта этого характера — повышенная эмоциональная чувствительность. Реакция таких людей как на печальные, так и на радостные события или впечатления очень сильна.

4. **Педантичный тип**. На уровне пограничного состояния личности педантическому типу соответствует синдром навязчивости. Это состояние, когда человека преследуют какие-либо навязчивые идеи, мысли, действия.

5. **Тревожный тип**. Этот тип характера ярко проявляется еще в детстве. Детей с повышенной тревожностью преследуют всяческие страхи, причем их страх может достигать очень сильной степени, когда ребенок не может справиться с ним сам. Если родители такого ребенка этого не понимают, высмеивают его или просто игнорируют, это способствует закреплению черт тревожного характера.

6. **Циклотимный тип**. К нему относятся люди с высокой эмоциональной подвижностью. Их настроение меняется по принципу маятника — от ярко положительного (тогда они могут вести себя как гипертимики) до крайне отрицательного (в этом случае они проявляют себя как обладатели дистимного типа характера).

**546** потребность проявить собственные индивидуальные черты, способности, быть отличным от других. Данная стадия длится примерно до 22—25 лет. Именно в этот период формируются основные черты личности, являющиеся устойчивыми на протяжении всей жизни.

3. Далее следует стадия интеграции. Она характеризуется желанием человека найти свое место в обществе, получить желаемый социальный статус. Интеграция — процесс, обратный индивидуализации. В данный период человек, как правило, хочет, чтобы у него «все было как у людей». Разумеется, бывают исключения. Это лишь общая тенденция.

4. Трудовая стадия социализации пересекается со стадией интеграции и охватывает весь период трудовой деятельности человека, когда он уже не только усваивает социальный опыт, но и воспроизводит его за счет своего воздействия на среду путем собственной деятельности. Это стадия зрелого возраста.

5. Завершающей является послетрудовая стадия социализации. Это период пожилого возраста, когда человек уже не занят активной трудовой деятельностью. На данной стадии люди достигают вершины развития мудрости и накопления опыта и поэтому вносят значительный вклад в воспроизводство социального опыта, в процесс передачи его новым поколениям.

**566** 7. **Демонстративный тип.** Отличительной особенностью людей такого типа характера является очень сильно развитый механизм вытеснения. Это защита для людей артистичного склада и тонкой душевной организации. Неприятные мысли и переживания они прячут глубоко в подсознание.

8. **Застравающий тип.** Основной характеристикой данного типа характера является повышенная устойчивость эмоций и переживаний. Обычно после того, как эмоция человека бывает отыграна, она больше не возвращается к нему, какой бы сильной она ни была.

9. **Дистимный тип.** Дистимная акцентуация характера (при более явном проявлении — субдепрессивная) является антиподом гипертимной. Людям с таким характером присущи замкнутость, немногословие, склонность к пессимизму.

10. **Экзальтированный тип.** Люди с таким типом характера очень бурно реагируют на любые события жизни. Всякая их эмоция находится на грани аффекта. Их эмоции могут относиться к близким, к малознакомым людям, к животным, к растениям, к произведениям искусства, к религии и т. п.

**536** обретения и прочности усвоения. К системе знаний предъявляются также требования гибкости и открытости новой информации (умению включить новые знания в уже существующую систему). Именно два этих качества позволяют развиваться творческому мышлению, препятствуя развитию шаблонов. Прочность усвоения знаний зависит от интереса к ним, а также от объема и качества преподавания знаний.

Умения — способность человека, основываясь на имеющихся навыках и знаниях, качественно и продуктивно осуществлять профессиональную или иную деятельность в меняющихся условиях (например, для программиста это возможность заниматься своей работой на технике нового поколения, использовать обновленные версии языков программирования и т. п.). Формирование умений проходит ряд этапов, первым из которых является этап «проб и ошибок», а завершающим, наивысшим — этап высокого уровня мастерства в данном виде деятельности с уверенным, целенаправленным и творческим использованием развитых и мотивированных умений.

Привычки — действия, выполнение которых при определенных условиях становится для человека необходимостью, превращается в устойчивую потребность. К сожалению, привычки бывают не только полезными, но и неуместными, вредными и даже угрожающими здоровью и безопасности самого человека или окружающих его людей.

**556** бности восприятия, мышления, интеллекта, памяти, моторики.

Физиологической основой способностей являются задатки — врожденные морфологические и функциональные особенности мозга.

Согласно другой распространенной классификации выделяют следующие виды способностей.

1. Природные способности (базирующиеся на врожденных качествах индивида — задатках).

2. Специфические человеческие способности (основаны на освоении культурно-исторического опыта и направлены на адаптацию и развитие человека в социуме). Они, в свою очередь, делятся на следующие виды: 1) теоретические и практические (в зависимости от рода деятельности, в котором они применяются); 2) учебные (необходимые для процесса усвоения знаний);

3) творческие (применяемые в процессе создания предметов материальной и духовной культуры, открытий, изобретений);

4) коммуникативные (позволяющие активно взаимодействовать с окружающими людьми);

5) предметно-деятельностные (позволяющие человеку осуществлять предметную деятельность в сфере науки, техники, овладения информацией и взаимодействия с природой).

Высшую степень способностей личности к определенной деятельности называют талантом. Высшую степень творческих проявлений личности называют гениальностью. Человека, способного ко многим видам деятельности, называют одаренным.