

**ПСИХОЛОГИЯ
КОНСПЕКТ ЛЕКЦИЙ**

Н. А. Богачкина

Данное учебно-методическое пособие представляет краткое изложение основного материала лекций по курсу «Психология». Представленный в пособии материал поможет студентам подготовиться к сессии и успешно сдать зачет или экзамен по данной дисциплине. Предназначено для студентов средних специальных и высших учебных заведений.

ЛЕКЦИЯ №1. Психология как наука

1. Предмет психологии. Отрасли психологии. Методы исследования

1. Определение психологии как науки.
2. Основные отрасли психологии.
3. Методы исследования в психологии.

1. **Психология** — это наука, которая занимает двойственное положение в ряду других научных дисциплин. Как система научных знаний она знакома лишь узкому кругу специалистов, но в тоже время о ней знает практически каждый человек, обладающий ощущениями, речью, эмоциями, образами памяти, мышления и воображения и т. д.

Истоки психологических теорий можно найти в пословицах, поговорках, сказках мира и даже частушках. Например, о личности говорят «В тихом омуте черти водятся» (предостережение тем, кто склонен судить о характере по внешности). У всех народов можно найти подобные житейские психологические описания и наблюдения. Та же пословица у французов звучит так: «В тихий ручей не погружай ни руки, ни даже пальца».

Психология — наука своеобразная. Овладение человеком знаниями происходило с древних времен. Однако долгое время психология развивалась в рамках философии, достигнув высокого уровня в трудах Аристотеля (трактат «О душе»), поэтому многие считают его основателем психологии. Несмотря на такую древнюю историю, психология как самостоятельная экспериментальная наука сформировалась сравнительно недавно, лишь с середины XIX в.

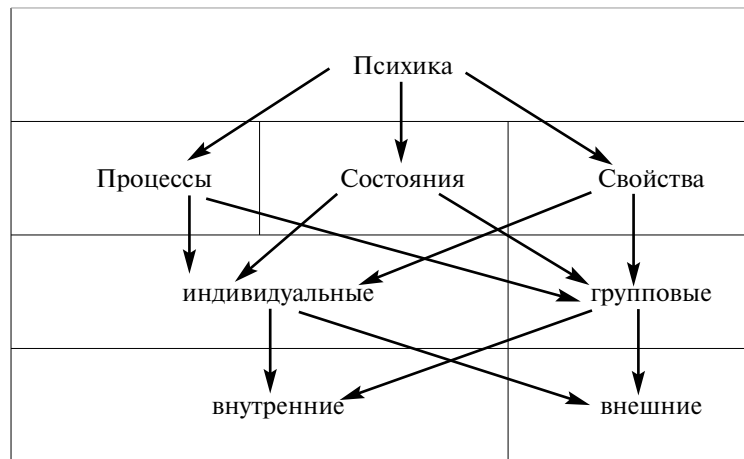
Термин «психология» впервые появился в научном мире в XVI в. Слово «психология» происходит от греческих слов: «*psyche*» — «душа» и «*logos*» — «наука». Таким образом, дословно **психология** — это наука о душе.

Уже позднее, в XVII—XIX вв., психология значительно расширила сферу своих исследований и стала изучать деятельность

человека, бессознательные процессы, сохранив при этом прежнее название. Рассмотрим подробнее, что же является предметом изучения современной психологии.

Р. С. Немов предлагает следующую схему.

Схема 1



Основные явления, изучаемые современной психологией

Как видно из схемы, психика включает в себя многие явления. С помощью одних происходит познание окружающей действительности — это **познавательные процессы**, которые состоят из ощущения и восприятия, внимания и памяти, мышления, воображения и речи. Другие психические явления необходимы для того, чтобы управлять поступками и действиями человека, регулировать процесс общения, — это **психические состояния** (особая характеристика психической деятельности за некоторый отрезок времени) и **психические свойства** (наиболее устойчивые и значимые психические качества человека, его особенности).

Приведенное разделение достаточно условно, так как возможен переход из одной категории в другую. Например, если какой-либо процесс протекает длительное время, то он уже переходит в состояние организма. Такими процессами-состояниями могут становиться внимание, восприятие, воображение, активность, пассивность и т. п.

Для лучшего понимания предмета психологии приведем таблицу примеров психических явлений и понятий, представленную в работах *Р. С. Немова* (1995).

Таблица 1

Примеры психических явлений и понятий

| № | Явления, изучаемые психологией | Понятия, характеризующие эти явления |
|---|-------------------------------------|--|
| 1 | Процессы индивидуальные внутренние | Воображение, восприятие, забывание, запоминание, мышление, ощущение, повторение, творчество, речь, самовнушение и т. п. |
| 2 | Состояния индивидуальные внутренние | Адаптация, аффект, внимание, галлюцинация, гипноз, интерес, любовь, меланхолия, самообладание, страсть, стресс, стыд. Тревожность, утомление и т. п. |
| 3 | Свойства индивидуальные внутренние | Иллюзии, воля, задатки, комплекс неполноценности, одаренность, характер, темперамент и т. п. |
| 4 | Процессы индивидуальные внешние | Деятельность, мимика, навык, упражнение, поступок, подражание и т. п. |
| 5 | Состояния индивидуальные внешние | Готовность, интерес, установка |
| 6 | Свойства индивидуальные внешние | Авторитетность, внушаемость, гениальность, настойчивость, темперамент, характер и т. п. |
| 7 | Процессы групповые внутренние | Общение, формирование групповых норм, межличностные отношения |

Продолжение табл. 1

| | | |
|----|--------------------------------|---|
| 8 | Состояния групповые внутренние | Конфликт, сплоченность, психологический климат |
| 9 | Свойства групповые внутренние | Совместимость, стиль лидерства, соперничество, сотрудничество |
| 10 | Процессы групповые внешние | Межгрупповые отношения |
| 11 | Состояния групповые внешние | Паника, открытость-закрытость группы |
| 12 | Свойства групповые внешние | Организованность и т. п. |

Итак, **психология** — это наука, изучающая психические явления.

2. **Современная психология** — это достаточно разветвленный комплекс наук, который продолжает развиваться очень быстрыми темпами (каждые 4—5 лет возникает новое направление).

Тем не менее можно выделить фундаментальные отрасли психологической науки и специальные.

Фундаментальные (базовые) отрасли психологической науки одинаково важны для анализа психологии и поведения всех людей.

Такая универсальность позволяет их иногда объединять под названием «общая психология».

Специальные (прикладные) отрасли психологических знаний изучают какие-либо узкие группы явлений, т. е. психологию и поведение людей, занятых в какой-либо узкой отрасли деятельности.

Обратимся к классификации, представленной Р. С. Немовым (1995).

Общая психология

1. Психология познавательных процессов и состояний.
2. Психология личности.
3. Психология индивидуальных различий.
4. Возрастная психология.
5. Социальная психология.
6. Зоопсихология.
7. Психофизиология.

Некоторые специальные отрасли психологических исследований

1. Педагогическая психология.
2. Медицинская психология.
3. Военная психология.
4. Юридическая психология.
5. Космическая психология.
6. Инженерная психология.
7. Экономическая психология.
8. Психология управления.

Таким образом, психология представляет собой разветвленную сеть наук, которая продолжает активно развиваться.

3. **Методы научных исследований** — это приемы и средства получения учеными достоверных сведений, которые затем используются для построения научных теорий и разработки рекомендаций для практической деятельности.

Для того чтобы получаемые сведения были достоверными, необходимо соблюдать требования валидности и надежности.

Валидность — это такое качество метода, которое свидетельствует о его соответствии тому, для изучения чего первоначально он и был создан.

Надежность — свидетельство того, что при многократном применении метода будут получаться сопоставимые результаты.

Существуют различные классификации методов психологии. Рассмотрим одну из них, согласно которой методы подразделяются на основные и вспомогательные.

Основные методы: наблюдение и эксперимент; вспомогательные — опросы, анализ процесса и продуктов деятельности, тесты, близнецовый метод.

Наблюдение — это метод, с помощью которого познаются индивидуальные особенности психики посредством изучения

поведения человека. Может быть внешним и внутренним (само-наблюдение).

Черты внешнего наблюдения

1. Планомерность и систематичность проведения.
2. Целенаправленный характер.
3. Длительность наблюдения.
4. Фиксация данных с помощью технических средств, кодирования и т. п.

Виды внешнего наблюдения

1. Структурированное (имеется подробная пошаговая программа наблюдения) — неструктурированное (имеется лишь простое перечисление данных, подлежащих наблюдению).
2. Сплошное (фиксируются все реакции наблюдаемых) — выборочное (регистрируются лишь отдельные реакции).
3. Включенное (исследователь выступает как член группы, в которой осуществляется наблюдение) — невключенное (исследователь выступает как сторонний наблюдатель).

Эксперимент — метод научного исследования, в ходе которого создается искусственная ситуация, где изучаемое свойство проявляется и оценивается лучше всего.

Виды эксперимента

1. **Лабораторный** — проводится в специально оборудованных помещениях, часто с использованием специальной техники.

Отличается строгостью и точностью фиксации данных, что позволяет получать интересный научный материал.

Трудности лабораторного эксперимента:

- 1) необычность ситуации, в силу чего могут искажаться реакции испытуемых;
- 2) фигура экспериментатора способна вызывать либо желание угодить, либо, наоборот, сделать что-то назло: и то, и другое искажает результаты;
- 3) пока еще не все явления психики могут быть смоделированы в условиях эксперимента.

2. **Естественный эксперимент** — искусственная ситуация создается в естественных условиях. Впервые был предложен *А. Ф. Лазурским*. Например, можно изучать особенности памяти дошкольников, играя с детьми в магазин, где им предстоит «сделать покупки» и тем самым воспроизвести заданный ряд слов.

Опросы — вспомогательные методы исследования, содержащие вопросы. Вопросы должны удовлетворять следующим требованиям.

Перед опросом необходимо проводить с испытуемыми краткий инструктаж, создавать доброжелательную атмосферу; если можно получить сведения из других источников, то не следует спрашивать об этом.

Выделяют следующие методы опроса: беседа, анкетирование, интервью, социометрия.

Беседа — метод опроса, при котором и исследователь, и испытуемый находятся в равных позициях.

Может применяться на различных этапах исследования.

Анкетирование — метод, благодаря которому можно оперативно получить большое количество данных, зафиксированных в письменной форме.

Виды анкет:

- 1) индивидуальные — коллективные;
- 2) очные (имеется личный контакт исследователя и анкетированного) — заочные;
- 3) открытые (анкетированные сами формулируют ответы) — закрытые (представлен перечень готовых ответов, из которых надо выбрать наиболее подходящий анкетированному).

Интервью — метод, осуществляемый в процессе непосредственного общения, ответы даются в устной форме.

Виды интервью:

- 1) стандартизированное — все вопросы сформулированы заранее;
- 2) нестандартизированное — вопросы формулируются в ходе интервьюирования;
- 3) полустандартизированное — часть вопросов сформулирована заранее, а часть возникает в процессе интервью.

При составлении вопросов следует помнить, что первые вопросы должны дополняться последующими.

Наряду с прямыми вопросами необходимо использовать косвенные.

Социометрия — метод, благодаря которому изучаются социальные отношения в группах. Позволяет определить положение человека в группе, предполагает выбор партнера по совместной деятельности.

Анализ процесса и продуктов деятельности — изучаются продукты человеческой деятельности, на основании которых делаются выводы о психических особенностях человека.

Могут изучаться рисунки, поделки, сочинения, стихи и т. д.

Близнецовый метод используется в возрастной генетической психологии.

Суть метода заключается в сопоставлении психического развития однояйцовых близнецов, силой обстоятельств воспитанных в различных жизненных условиях.

Тесты — стандартизированная психологическая методика, предназначение которой — дать количественную оценку изучаемого психологического качества.

Классификация тестов

1. Тест-опросник — тест-задание.

2. Аналитические (изучают одно психическое явление, например, произвольность внимания) — синтетические (изучают совокупность психических явлений, например, тест Кеттелла позволяет дать заключение о 16 качествах личности).

3. в зависимости от содержания тесты делятся на:

1) интеллектуальные (изучают особенности интеллекта, так называемый IQ);

2) тесты профпригодности (исследуют уровень профессионального соответствия);

3) личностные тесты (словесные; проективные, когда о качествах человека судят по тому, как он воспринимает и оценивает предлагаемую ему ситуацию).

Итак, методы психологии разнообразны и их выбор определяется задачами исследования, особенностями испытуемого и ситуации.

2. Становление психологии как науки

1. Развитие психологии с древнейших времен до середины XIX века.

2. Становление психологии как самостоятельной науки.

3. Современные психологические концепции.

1. Интерес к проблемам, которые относятся к разряду психологических, возник у человека в глубокой древности.

Философы древней Греции в своих трактатах пытались проникнуть в тайны бытия и внутреннего мира человека.

Философы древности объясняли психику, исходя из четырех стихий, на которых, по их мнению, был основан мир: земля, вода, огонь и воздух.

Душа, как и все на этом свете, состояла из этих начал.

Древние полагали, что душа находится там, где есть тепло и движение, то есть душой наделена вся природа.

Впоследствии, учение, одухотворяющее весь мир, получило название «анимизм» (от лат. «анима» — «дух», «душа»).

На смену анимизму пришло новое философское учение — атомистическое.

Ярким представителем этого направления выступал *Аристотель*. Он полагал, что **мир** — это совокупность мельчайших неделимых частиц — атомов, которые отличаются друг от друга различной подвижностью и величиной, а материальные носители души — самые мелкие и наиболее подвижные.

Исходя из такой подвижности атомов, Аристотель объяснял механизмы, законы функционирования многих психических явлений: мышления, памяти, восприятия, сновидения и т. д.

Трактат Аристотеля «О душе» многие ученые рассматривают как первое крупное научное исследование по психологии.

По мнению Аристотеля, у человека три души: растительная, животная и разумная.

Ум зависит от величины мозга, эмоции — от сердца.

Представителем материалистических взглядов выступал *Демокрит*. Он считал, что все в мире состоит из атомов.

Атомы существуют во времени и пространстве, в котором все движется по заданной траектории. В беспредельном пространстве, согласно определенным законам, движутся неделимые и непроницаемые частицы; душу образуют легкие, шарообразные частицы огня.

Душа представляет собой огненное начало в теле, смерть же происходит в результате распада атомов души и тела. И тело, и душа смертны.

Заслугой Демокрита является то, что он положил начало разработке теории познания, особенно зрительным ощущениям. Он разработал рекомендации для запоминания, разделив приемы сохранения материала на вещественные и умственные.

Нельзя не упомянуть и о взглядах *Платона*.

Согласно его воззрениям человек — это узник в пещере, а действительность — его тень.

У человека две души: смертная и бессмертная.

Смертная решает конкретные задачи, а бессмертная, жизнь которой продолжается и после смерти, является самой сердцевинной психического, высшей формой, наделенной разумом.

Лишь бессмертная душа дает подлинные знания, получаемые в результате озарения.

Существуют вечные идеи, а мир — слабое отражение идей. В процессе жизни душа вспоминает те бессмертные идеи, с которыми она сталкивалась до вселения в тело.

Интересны взгляды Платона, касающиеся вопросов функционирования человеческой памяти.

Память — это восковая дощечка. У людей разная память и она зависит от качества воска.

Мы сохраняем воспоминания до тех пор, пока они сохранены на восковой пластине.

Учение о душе в раннем средневековье стало частью теологического мировоззрения и полностью отошло к религии, что продолжалось вплоть до XVII в. в эпоху.

Возрождения все науки и искусство стали вновь активно развиваться.

Естественнонаучные, медицинские, биологические науки, различные виды искусства, так или иначе, затрагивали учение о душе.

Французские, английские и другие европейские философы того времени, основываясь на механистической картине мира, многие проявления психики стали трактовать с позиций биомеханики, рефлекса, при этом обращение к внутренним проявлениям психики, к душе осталось за пределами их рассмотрения.

Однако внутренние феномены реально существовали и требовали объяснения своей роли в жизни человека. В результате стало формироваться новое философское направление — дуализм, которое утверждало, что в человеке существует два независимых начала: материя и дух.

Наука того времени так и не смогла объяснить взаимосвязь и взаимозависимость этих двух начал, поэтому отказалась от

изучения поведения и сосредоточилась на субъективном опыте человека (XVII—XVIII вв.).

Таких позиций придерживались *Р. Декарт* и *Дж. Локк*.

Психика рассматривалась только как проявление сознания, мир материи был исключен из предмета психологии.

Основным методом исследования признавался метод самонаблюдения (интроспекция), а естественнонаучные методы считались неприемлемыми для изучения феноменов души.

Одновременно с такими взглядами развивалось и атомистическое понимание устройства мира. Простые проявления психики стали рассматриваться как атомы.

Такая атомистическая психология развивалась на протяжении двух веков, вплоть до конца XIX в.

Таким образом, с древнейших времен и до середины XIX в. психология развивалась в рамках других наук, чаще философии, медицины, биологии.

2. В середине XIX в в научном мировоззрении произошли глубокие изменения.

Это касалось и взаимосвязи между душой и телом, материальными и психическими проявлениями.

Успехи медицины, в частности психиатрии, бесспорно, доказывали, что между нарушениями работы мозга и нарушениями психики существует тесная связь, что опровергает постулат дуализма об их раздельном существовании.

Возникла необходимость по-новому взглянуть на роль душевных феноменов в жизни и поведении человека.

Механистическое понимание хорошо объясняло однообразные движения, но становилось несостоятельным в понимании разумного поведения.

Положения атомистической психологии также не укладывались в новые научные факты и требовали пересмотра.

Таким образом, во второй половине XIX в. психологическая наука оказалась на пороге кризиса, тому послужили следующие причины:

- 1) понимание психических явлений стало невозможным с позиций точных естественных знаний;
- 2) взаимосвязь между психическим и телесным не поддавалась разумному объяснению;

3) ученые-психологи были не в состоянии объяснить сложные формы человеческого поведения, выходящие за рамки рефлексов.

Возникший кризис привел к краху дуализма и интроспекции как единственного достоверного источника получения психологических знаний. В поисках преодоления кризиса возникло три направления психологического учения: бихевиоризм, гештальт-психология и психоанализ (фрейдизм).

Рассмотрим их подробнее.

Бихевиоризм. Его основоположником является американский ученый *Д. Уотсон*, который в качестве предмета психологии предложил рассматривать поведение (от англ. behaviour), а душевные явления считать непознаваемыми при помощи естественнонаучных методов.

Для познания поведения вполне достаточно описать само поведение, выяснить и описать внешние и внутренние силы, воздействующие на организм, изучить законы, согласно которым происходит взаимодействие стимулов и поведения.

Бихевиористы полагали, что разница между поведением животных и поведением человека заключается лишь в сложности и разнообразии реакций.

Тем не менее Уотсон не мог не признавать наличия чисто человеческих психических феноменов.

Психические состояния он интерпретировал как функции, выполняющие активную роль в приспособлении организма к миру, при этом признавался, что не в состоянии понять, каково значение этой роли.

Ученые этого направления отрицали возможность изучения сознания.

Как писал Уотсон, бихевиорист «не наблюдает ничего такого, что он мог бы назвать сознанием, чувствованием, ощущением, воображением, волей, постольку он больше не считает, что эти термины указывают на подлинные феномены психологии».

Однако уже в 30-е гг. XX столетия такие крайние взгляды Д. Уотсона были смягчены необихевиористами, прежде всего *Э. Толменом* и *К. Халлом*. Так, Э. Толмен вел понятие о разумности и целесообразности поведения.

Цель — это конечный результат, достигаемый в результате выполнения поведенческих актов.

Важнейшими психологическими феноменами, по Толмену, являются цель, ожидание, гипотеза, когнитивная картина мира, знак и его значение.

К. Халл разработал модель поведения, основанную на реакциях на разнообразные стимулы.

Организм реагирует на стимулы с помощью врожденных и приобретенных способов, которые связаны с системой «промежуточных переменных», опосредующих это взаимодействие.

Таким образом, бихевиоризм не изучает сознание человека, полагая, что психология должна объяснять поведение, исследуя входящие в организм стимулы и исходящие поведенческие реакции.

Из этого тезиса исходит теория научения, в основе которой лежит применение всевозможных наказаний и подкреплений при необходимости формирования соответствующих реакций, благодаря чему теория и до настоящего времени пользуется популярностью, прежде всего среди американских психологов (**Б. Ф. Скиннер**).

Гештальтпсихология зародилась в Германии и распространилась практически по всей Европе, в том числе и в России, особенно в предвоенные годы.

Это направление находилось под влиянием таких наук, как физика и математика.

Яркими представителями являются **К. Левин**, **М. Вертгеймер**, **В. Келер** и др.

Суть этого направления сформулировал М. Вертгеймер, который писал: «... существуют связи, при которых то, что происходит в целом, не выводится из элементов, существующих якобы в виде отдельных кусков, связываемых потом вместе, а напротив, то, что проявляется в отдельной части этого целого, определяется внутренним структурным законом этого целого».

То есть гештальтпсихология изучает не явления, а структуру связей, поэтому иногда ее называют структурной психологией (в переводе на русский язык слово «гештальт» означает «структура»).

К. Левин известен своими работами в области личности и межличностных отношений.

Он считал, что поведение личности можно понять, лишь исходя из целостной ситуации, в которой эта личность оказывается.

Среда же определяется субъективным восприятием действующих в ней людей.

Заслуга гештальтпсихологии состоит в том, что ей были найдены современные подходы к изучению проблем психологии, однако проблемы, вызвавшие кризис, до конца так и не были разрешены.

Психоанализ был разработан австрийским психологом и психиатром **З. Фрейдом**, поэтому иногда называется «фрейдизм».

Основывая научное теоретическое направление в психологии, Фрейд исходил из анализа своей богатой психотерапевтической практики, тем самым как бы возвращая психологии ее изначальный предмет: проникновение в сущность души человека.

Основополагающими понятиями психоанализа являются **сознание** и **бессознательное**.

Именно бессознательному (главным из которых является сексуальное влечение — либидо) отводится значительная роль в регуляции деятельности и поведения человека.

Цензура со стороны сознания подавляет бессознательные влечения, но они «прорываются» в виде оговорок, описок, забываний неприятного, сновидениях, невротических проявлениях.

Психоанализ получил широкое распространение не только в Европе, но и в США, где популярен и до настоящего времени.

В первые годы советской власти это направление было также востребовано и в нашей стране, но в 30-е гг. на общем фоне ограничения психологических исследований (постановление «О педологических извращениях в системе Наркомпроса») репрессиям подверглось и учение Фрейда.

Вплоть до 60-х гг. психоанализ изучался лишь с критических позиций.

Только со второй половины XX столетия интерес к психоанализу вновь возрос, причем не только в России, но и во всем мире.

Итак, ни одно из вновь возникших психологических направлений полностью не разрешило противоречий, приведших к кризису психологии как науки.

Рассмотрим некоторые современные психологические концепции, которые стали активно развиваться, начиная со второй половины XX в.

Когнитивная психология возникла на основе развития информатики и кибернетики.

Представители когнитивной школы — *Ж. Пиаже, У. Найсер, Дж. Брунер, Р. Аткинсон* и др.

Для когнитивиста познавательные процессы человека выступают аналогом вычислительной машины.

Главное — понимать, как человек познает окружающий мир, а для этого следует изучить способы формирования знаний, как возникают и развиваются познавательные процессы, какова роль знаний в поведении человека, как эти знания организованы в памяти, как функционирует интеллект, как соотносятся слово и образ в памяти и мышлении человека.

В качестве основного понятия когнитивной психологии используется понятие «схема», которая представляет собой план сбора и переработки информации, воспринимаемый органами чувств и сохраняющийся в голове человека.

Основной вывод, к которому пришли представители этого направления, заключается в том, что во многих жизненных ситуациях человек принимает решения, опосредованные особенностями мышления.

Неофрейдизм вышел из психоанализа Фрейда.

Его представители — *А. Адлер, К. Юнг, К. Хорни, Э. Фромм* и др.

Общее во всех этих воззрениях — признание значительности бессознательного в жизни людей и стремление этим объяснить многие человеческие комплексы.

Так, А. Адлер полагал, что человеком управляет комплекс неполноценности, который он получает с момента рождения, будучи беспомощным существом.

Стремясь преодолеть этот комплекс, человек действует разумно, активно и целесообразно.

Цели определяет сам человек, а уже исходя из этого формируются познавательные процессы, черты личности, мировоззрение.

Концепцию К. Юнга называют еще аналитической психологией.

Он рассматривал психику человека через призму макропроцессов культуры, через духовную историю человечества.

Выделяются два типа бессознательного: **личное** и **коллективное**.

Личное бессознательное приобретаетя в ходе накопления жизненного опыта, **коллективное** — передается по наследству и содержит опыт, накопленный человечеством.

Коллективное бессознательное Юнг охарактеризовал как архетипы, которые чаще всего проявляются в мифах и сказках, первобытных формах мышления, образах, передающихся из поколения в поколение.

Личное бессознательное человеку близко, это часть его самого; коллективное же часто воспринимается как нечто враждебное, а потому вызывающее отрицательные переживания, а подчас и неврозы.

Юнгу принадлежит заслуга в выделении таких типов личности, как интроверты и экстраверты.

Интровертам присуще находить в себе все источники жизненной энергии и причины происходящего, а экстравертам — во внешней среде. В дальнейших исследованиях выделение этих двух типов было подтверждено экспериментально и стало широко использоваться в диагностических целях.

Согласно типологии личности, разработанной Юнгом, выделяются следующие типы:

- 1) мыслительный (интеллектуальный) — создает формулы, схемы, склонен к властности, авторитарности; в большинстве присущ мужчинам;
- 2) чувствительный (сентиментальный, эмоциональный) — преобладает отзывчивость, способность к сопереживанию, более женский тип;
- 3) сенсорный — довольствуется ощущениями, отсутствуют глубокие переживания, хорошо адаптируется к внешнему миру;
- 4) интуитивный — находится в творческом поиске, новые идеи приходят в результате озарения, но они не всегда продуктивны и требуют доработки.

Каждый из перечисленных типов может быть как интро-, так и экстравертированным. К. Юнг также ввел понятие индивидуализации, что означает развитие человека как индивидуума, отличающегося от общности. Это конечная цель воспитательного процесса, однако на начальных этапах человек должен усвоить тот минимум коллективных норм, которые необходимы для его существования.

Еще один яркий представитель неопрейдизма — *Э. Фромм*, который явился родоначальником гуманистического психоанализа. Э. Фромм полагал, что психика и поведение человека социально обусловлены.

Патология появляется там, где подавляется свобода личности. К числу таких патологий относятся: мазохизм, садизм, отшельничество, конформизм, склонность к разрушению.

Фромм разделяет все общественные устройства на те, которые способствуют свободе человека, и те, где свобода человека теряется.

Генетическая психология. Ее основатель — швейцарский психолог *Ж. Пиаже*, который изучал психическое развитие ребенка, главным образом его интеллект, поэтому отчасти его можно рассматривать и как представителя когнитивной психологии.

В процессе когнитивного развития выделяются три периода:

- 1) сенсомоторный (от рождения до приблизительно 1,5 лет);
- 2) этап конкретных операций (с 1,5—2 до 11—13 лет);
- 3) этап формальных операций (после 11—13 лет).

Наступление этих этапов можно ускорить или замедлить в зависимости от характера обучения, от влияния среды.

Обучение только тогда будет эффективным, когда оно вовремя начато и учитывает уже имеющийся уровень.

Ж. Пиаже писал: «Всякий раз, когда мы преждевременно обучаем ребенка чему-либо, что он мог бы открыть со временем для себя сам, мы тем самым лишаем его этого, а значит, лишаем и полного понимания данного предмета».

Это, конечно же, не означает, что учителям не следует разрабатывать экспериментальные ситуации, стимулирующие творческие способности учеников».

Основными факторами, определяющими когнитивное развитие, являются созревание, опыт и социальное научение.

Современная структура психологических знаний характеризуется следующими тенденциями:

- 1) стирание границ между ранее существовавшими самостоятельными направлениями в психологической науке, например, многие современные ученые используют в своих теориях знания, накопленные в рамках различных направлений;
- 2) современная психология все чаще становится востребованной практикой, а это приводит к дифференциации не по

теоретическим школам, а по областям применения знаний в практических сферах деятельности;

3) психологические знания обогащаются за счет тех наук, с которыми психология активно сотрудничает, решая общие задачи.

Итак, область теоретического и практического приложения современной психологии очень широка, а психология — это активно и динамично развивающаяся наука.

ЛЕКЦИЯ №2. Психические процессы

1. Деятельность

1. Психологическое строение деятельности человека.
2. Основные виды деятельности человека.
3. Умения, навыки, привычки.

1. Под человеческой деятельностью подразумевается активность личности, призванная удовлетворить потребности и интересы путем достижения сознательно поставленной цели.

В структуре деятельности выделяют цели и мотивы.

То, к чему стремится человек, есть цель деятельности, а то, почему он это делает, — мотив деятельности.

Деятельность подразделяется на отдельные элементы, которые называются действиями.

Виды действий

1. Внешние (можно наблюдать со стороны) — внутренние (скрыты от глаз, совершаются во внутреннем плане).

По мере освоения той или иной деятельности внешние действия могут переходить во внутренние.

Такой процесс называется интериоризацией: например, сначала ребенок учится читать вслух, а затем про себя.

Обратный процесс, когда в выполнении деятельности возникают какие-либо затруднения и внутренние действия переходят во внешний план, называется экстериоризацией.

Например, при заучивании иностранных слов для их лучшего усвоения человек проговаривает эти слова вслух.

2. Произвольные (волевые) — непроизвольные (импульсивные).

Непроизвольные действия осуществляются под действием сильных, часто неожиданных раздражителей, сильных чувств.

Произвольные действия продумываются заранее и выполняются с помощью волевых усилий.

Этапы деятельности

1. Постановка цели.

Этот этап может быть осложнен, если в процессе постановки цели человек должен осуществить выбор между несколькими мотивами.

В этом случае налицо борьба мотивов: например, пойти погулять или подготовиться к экзамену.

2. Планирование работы.

На этом этапе выбираются оптимальные операции и средства, способствующие достижению цели.

Операция — способ выполнения деятельности, который определяется наличием у человека определенных умений и навыков, а также условиями, в которых выполняется эта деятельность.

Набор наиболее часто употребляемых операций составляет индивидуальный стиль деятельности человека.

Средства выполнения деятельности — это те объекты, которые призваны помочь в выполнении деятельности: например, конспекты лекций.

3. Выполнение деятельности.

Здесь используются найденные ранее оптимальные средства и операции.

4. Контрольная часть — проверяются результаты, исправляются ошибки, подводятся итоги, делаются выводы.

Итак, человеческая деятельность состоит из ряда последовательных действий, которые в своем развитии проходят ряд последовательных этапов.

Современный человек выполняет большое количество самых различных видов деятельности в зависимости от своих потребностей.

Перечислить и каким-либо образом классифицировать все эти виды деятельности вряд ли возможно, поэтому более перспективный путь — это выделение таких видов, которые соответствуют общим для всех людей потребностям.

Таковыми видами деятельности являются общение, игра, учение, труд.

Общение — вид деятельности, который первым возникает в ходе онтогенетического развития человека.

Его основная цель — это обмен информацией между людьми (см. тему «Общение»).

Игра — деятельность, в процессе выполнения которой по-является материальный или идеальный продукт (исключение со-ставляют деловые и конструкторские игры).

Иногда целью игр является отдых, развлечение людей или снятие усталости и напряженности.

Виды игр:

- 1) в зависимости от количества участников индивидуальные и групповые;
- 2) предметные (в процессе игры используются предметы);
- 3) сюжетные (игра строится по определенному сценарию);
- 4) ролевые (поведение человека строится в соответствии с предписанной ролью);
- 5) игры с правилами (действия играющих ограничены прави-лами, которые нельзя нарушать).

В реальной жизни часто встречаются смешанные виды игр, например, сюжетно-ролевые, предметно-ролевые, сюжетные игры с правилами.

Несмотря на то, что отношения, которые складываются меж-ду людьми в ходе игры, не следует принимать всерьез, значение игры очень велико: развивающее — для детей, средств общения и разрядки — для взрослых.

Некоторые игры имеют значение ритуалов, призваны играть роль учебно-тренировочных или спортивных занятий.

Обучение — это средство психологического развития лично-сти, которое в качестве основной цели преследует овладение че-ловеком определенными знаниями, навыками, умениями; может быть организованным (осуществляется в специально предназ-наченных для этого образовательных учреждениях), неорганизован-ным (идет параллельно с другими видами деятельности).

Важной разновидностью обучения выступает самообразова-ние, когда овладение знаниями, умениями и навыками человек осуществляет по собственной инициативе и в том объеме, кото-рый определяет сам вне рамок образовательного учреждения.

Труд — деятельность, в ходе которой производятся предметы духовной и материальной культуры, совершенствуются орудия труда, улучшаются условия жизни, развиваются наука, техника, производство, творчество.

Таким образом, все перечисленные виды деятельности носят развивающий характер, т. е. при включении и активном участии в них ребенка происходит его интеллектуальное и личностное развитие.

3. **Умения** — отдельные элементы деятельности, которые позволяют выполнять деятельность с высоким уровнем качества.

Навык — это такое действие, отдельные операции которого в результате тренировки стали автоматическими и осуществляются без участия сознания.

Человек, как правило, имеет в своем арсенале различные навыки, некоторые из которых могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на вновь приобретаемые навыки: положительное влияние называется переносом, отрицательное — интерференцией.

Чаще всего перенос происходит в том случае, если между новыми и старыми навыками есть что-то общее: например, человек, умеющий водить автомобиль, быстрее научится вождению трактора, владеющий двумя иностранными языками более легко овладеет третьим и т. д.

Если старые и новые навыки имеют резкие отличия, то возможна интерференция.

Например, научившись самостоятельно играть на фортепиано, затем труднее переучиться правильной постановке пальцев.

Привычка — непреодолимое стремление человека выполнять определенные действия.

Например, чистить зубы, курить и т. п.

Привычку следует отличать от простого навыка, так как при ее осуществлении присутствует определенная степень осознанности, но, в отличие от умения, привычка далеко не всегда может быть разумной и полезной.

Таким образом, умения, навыки и привычки — это автоматизированные, сознательно или бессознательно выполняемые элементы деятельности.

2. *Ощущение*

1. Понятие об ощущении.
2. Виды ощущений.
3. Свойства ощущений.

1. Знакомясь с окружающим миром, человек различает цвет, форму, размеры предметов и объектов, слышит звуки, чувствует запахи, пробует вкус и т. п., то есть активно взаимодействует с ними. Это и составляет наши ощущения.

Ощущения — это отраженные в коре головного мозга свойства воздействующих в данный момент на мозг предметов и явлений окружающего мира.

Ощущения — это отправная точка всех человеческих знаний.

Без ощущений психическая активность человека падает до нуля, чему есть подтверждение в медицинской практике.

Так, **И. М. Сеченов** рассказывал о пациентке, у которой была сохранена чувствительность кожи только на одной руке.

Все время она спала, вывести ее из этого состояния было возможно лишь раздражая этот участок кожи.

И. П. Павлов говорил о больном, у которого функционировали лишь два глаза и ухо, если их закрывали, мужчина тут же засыпал.

Поток ощущений человеку крайне необходим, о чем говорил еще в XIX в. И. М. Сеченов, в противном случае наступает своеобразный голод чувств, называемый сенсорной депривацией.

При сохранности у человека всех органов чувств и наличии внешних раздражителей необходимое количество информации человек получает автоматически.

Сенсорная депривация возникает либо при нарушении функционирования анализаторов, что было показано выше, либо в определенных жизненных ситуациях.

Например, космонавт **В. И. Лебедев** в своей книге «Личность в экстремальных условиях» приводит свои воспоминания и воспоминания космонавта **А. Березового**, когда к концу полета на орбитальной станции «Салют-7» они после разгрузки грузового транспортного корабля работали у пульта.

Неожиданно прямо перед собой они увидели мышь, которая находилась у дальнего вентилятора.

Острая мордочка, длинный хвост.

Космонавты от неожиданности замерли. «Мышь» оказалась салфетка, которая попала на решетку вентилятора и сжалась в комок.

В. И. Лебедев приводит также высказывание исследователя Антарктиды **Марио Маре**: «Я бы охотно лишился своего... жалования

ради того, чтобы взглянуть на зеленую траву, покрытый цветами луг, на котором пасутся коровы, на березовую или буковую рощу с желтеющими листьями, по которым струятся потоки осеннего ливня».

Но все же в реальной жизни человек испытывает не недостаток, а скорее избыток ощущений, поэтому очень важно соблюдать хотя бы элементарные правила психогигиены.

Например, не включать громко музыку в квартире, не кричать под окнами у соседей и т. д.

Ощущения присущи не только человеку, это принадлежность всего живого на Земле, причем ощущения животных порой более тонкие, чем у человека.

Например, термолокатор змеи фиксирует разность температур в тысячную долю градуса, собака способна различать до 500 тыс. запахов, медуза в состоянии улавливать инфразвук с частотой в несколько герц и за несколько часов до начала шторма ощущать его приближение.

Дельфин с помощью своего ультразвукового локатора обнаруживает на расстоянии десятка метров дробинку.

Водяной жук воспринимает волны величиной в стотысячные доли миллиметра, а саранча улавливает механические колебания с амплитудой, соизмеримой с диаметром атома водорода.

Возможно, в далеком прошлом человеческие органы чувств были более тонкими, а цивилизация привела к утрате такой чувствительности.

Однако силой своего интеллекта человек создал приборы, которые служат надежнее органов чувств, и потому ощущения человека богаче, чем ощущения животных.

Итак, **ощущения** — это отражение свойств предметов и явлений, реально существующих в окружающем мире.

2. Согласно принятой в психологии классификации ощущения можно подразделить на три большие группы:

- 1) ощущения, отражающие свойства предметов и явлений окружающего мира: зрительные, слуховые, вкусовые, обонятельные, кожные;
- 2) ощущения, которые отражают состояние организма: органические, равновесия, двигательные;

3) ощущения, являющиеся комбинацией нескольких ощущений (осязательные), а также ощущения различного происхождения (например, болевые).

Рассмотрим подробно каждую из выделенных групп ощущений.

1. Зрительные ощущения.

Светочувствительный орган глаза — сетчатка, которая содержит два типа клеток — палочки и колбочки. Палочки ответственны за восприятие света и функционируют днем, а колбочки — цвета и работают в сумерки.

Если у человека нарушена деятельность палочек, то возникает заболевание называемое «куриная слепота», при котором человек теряет способность что-либо различать в сумеречном свете.

Если нарушается деятельность колбочек, это ведет к нарушению цветовосприятия и дальтонизму.

Влияние цвета на жизнь человека очень велико.

Например, при красном освещении человеку кажется, что время бежит быстрее, а при зеленом, наоборот, замедляется.

Предмет одного и того же веса будет казаться тяжелее, если он окрашен в красный цвет, и легче, если он зеленого цвета зеленый.

Экспериментально установлено, что в комнате, стены которой окрашены в сине-зеленые оттенки, будет казаться холоднее, нежели там, где стены имеют желто-красный цвет.

Не только человек, но и животные реагируют на цветовую гамму.

Было замечено, что мухи недолюбливают синий цвет.

Так, на одном из молокоперерабатывающих комбинатов для защиты от солнечного света окна окрасили синей краской, и мухи перестали садиться на эти окна, тогда как неокрашенные по-прежнему были облеплены густым роем.

В отличие от мух комары наоборот любят именно синий цвет и чаще нападают на людей, одетых в синюю одежду.

С цветом связаны и многие культурные традиции.

Например, для европейцев траурным цветом является черный, а в Китае — белый.

Слуховые ощущения.

Колебания воздуха, попадая в ухо, вызывают колебания барабанной перепонки, а затем через среднее ухо передаются во внутреннее, где находится улитка — орган восприятия звуков.

Выделяются три вида слуховых ощущений:

- 1) шумы;
- 2) музыкальные;
- 3) речевые (сочетают музыкальные звуки и шумы).

Вкусовые ощущения.

Возникают в результате воздействия на рецепторы растворенных в воде или слюне веществ.

На поверхности языка, глотки и неба располагаются вкусовые почки, которые способны различать четыре вида элементарных вкусовых ощущений: сладкого, кислого, горького, соленого.

Обонятельные ощущения.

Рецепторами являются обонятельные клетки, расположенные в носовой полости. Этот вид ощущений можно отнести к разряду наиболее таинственных.

Запах часто помогает воскресить в памяти прошедшее событие, однако сам запах вспомнить почти невозможно.

Психолог Калифорнийского университета *М. Рассел* доказал, что младенцы способны распознавать мать по запаху.

Из десяти обследованных младенцев в возрасте шести недель шесть улыбались, чувствуя запах матери, и никак не реагировали или плакали, когда чувствовали запах чужой женщины.

Древняя восточная медицина использовала запахи для диагностики болезней.

Так, известно, что больной тифом пахнет свежеспеченным черным хлебом, а больной туберкулезом — прокисшим пивом. Некоторые современные направления диагностики используют специальные установки для изучения запахов болезней.

Кожные ощущения.

Подразделяются на следующие виды:

- 1) температурные (способность различать изменение температуры воздуха, причем наиболее чувствительны те участки кожи, которые прикрыты одеждой);
- 2) тактильные (прикосновение);
- 3) вибрационные (воздействие на поверхность кожи колебаний воздуха).

2. Органические ощущения.

Рецепторы расположены в стенках внутренних органов.

Наиболее распространенными являются такие ощущения, как жажда, голод, тошнота и т. п.

Ощущения равновесия. Рецептором является вестибулярный аппарат внутреннего уха, дающий сигналы о положении головы.

Двигательные ощущения.

Их рецепторы находятся в мышцах, связках, сухожилиях.

3. Осязательные ощущения.

Являются комбинацией таких ощущений, как кожные и двигательные.

Болевые ощущения имеют двойное происхождение:

- 1) раздражение определенных точек боли: например, ожог кожи;
- 2) возникают в результате воздействия на любой анализатор сверхсильного раздражителя: например, сильный запах краски способен вызвать головную боль.

Выделяются следующие свойства ощущений:

- 1) пороги ощущений и их чувствительность;
- 2) адаптация;
- 3) синестезия;
- 4) сенсibilизация.

Пороги ощущений и чувствительность анализаторов. Для того, чтобы ощущение возникло, раздражитель должен быть определенной величины.

Например, человек не почувствует несколько крупинок сахара в стакане чая, не воспримет сверхвысокие частоты и т. д.

Минимальная величина раздражителя, которая способна вызвать самое слабое ощущение, — это нижний абсолютный порог ощущений.

Если дальше продолжать проводить опыт с добавлением небольших порций сахара в стакан чая одновременно с несколькими людьми, то может получиться, что кто-то почувствует наличие сахара раньше, чем все остальные.

Про такого человека можно сказать, что его вкусовая чувствительность выше, нежели у остальных.

Способность человека различать самые слабые внешние воздействия называется абсолютной чувствительностью.

Очень велика абсолютная чувствительность у зрительного анализатора.

Так, если допустить, что воздух абсолютно прозрачен, то человек способен разглядеть горящую свечу на расстоянии 27 км.

Абсолютный порог и абсолютная чувствительность находятся в обратно пропорциональной зависимости.

Это означает, что чем выше чувствительность, тем меньше величина порога (например, человеку требуется меньшее количество сахара, чтобы почувствовать его вкус).

В случаях, когда величина раздражителя становится настолько большой, что ощущение пропадает, говорят о верхнем абсолютном пороге ощущений (например, свет солнца ослепляет).

На чувствительность анализаторов и величину порогов влияют многие факторы, наиболее значимые из которых — профессиональная деятельность человека, его интересы.

Например, ткачи способны различать до 40 оттенков черного цвета.

Адаптация.

Многочисленные эксперименты показали, что анализаторы одного и того же человека могут изменять свою чувствительность, приспособившись к новым условиям жизнедеятельности.

Эта способность называется **адаптацией**. Однако разные органы чувств обладают различной степенью адаптации. Очень велика адаптация у зрительного и кожного анализаторов. Например, под действием яркого света чувствительность зрительного анализатора уменьшается в 200 тыс. раз.

Гораздо меньше способен к адаптации слуховой анализатор. Как правило, к шуму привыкают, но его все равно слышат.

Сенсибилизация.

Иногда можно изменить чувствительность одного анализатора, воздействуя на другой.

Это явление и называется **сенсибилизацией**. Например, известно, что чувствительность зрительного анализатора повышается, если его стимулировать слабыми музыкальными звуками, и понижается, если воздействовать резкими, сильными звуками.

Синестезия.

Специальные исследования показали, что иногда люди соединяют различные ощущения в одно.

Такое слияние называется **синестезией**. Экспериментально установлено, что есть звуки яркие и тусклые, радостные и печальные.

Психологу Выготскому один из пациентов сказал: «Какой у Вас желтый и рассыпчатый голос... А вот есть люди, которые разговаривают как-то многоголосом, которые отдают целой композицией, букетом...».

В случаях, когда в деятельности какого-либо анализатора наблюдается дефект, то другие анализаторы начинают работать в усиленном режиме, то есть наши органы чувств обладают компенсаторными возможностями.

Можно привести множество примеров, когда слепые становились прекрасными музыкантами, а слепоглухие адаптировались в окружающем мире благодаря активной работе тактильных, обонятельных ощущений и т. д.

3. Восприятие

1. Понятие о восприятии. Виды восприятия.

2. Свойства восприятия.

1. Человек, познавая окружающий мир, воспринимает не отдельные свойства (ощущения), а предмет в целом, т. е. человеческий мозг, выделяя свойства предметов и явлений, тут же объединяет их в какой-либо образ.

Такой процесс называется восприятием.

Восприятие — это отраженные в коре головного мозга предметы и явления окружающего мира, которые в данный момент действуют на анализаторы человека.

В реальной жизни ощущение и восприятие неразрывно связаны между собой.

Например, мы видим вдалеке человека, и по мере его приближения начинаем различать цвет волос, особенности причёски, строение носа и т. д., т.е. выделяем отдельные черты внешнего облика, а затем вновь происходит объединение, и мы узнаем в этом прохожем своего приятеля.

Следует отметить, что нельзя сводить восприятие к простой сумме ощущений, точно так же как при слиянии двух газов водорода и кислорода получается новое вещество — вода.

В восприятии большое значение имеет личный опыт человека, особенности двигательных реакций.

Так в одном эксперименте испытуемый надевал очки, которые искажали форму и расположение предметов, однако вскоре происходила адаптация, и человек переставал замечать эти искажения.

Ученые объясняют этот факт тем, что люди в процессе эксперимента имели возможность передвижения, те же из них, кто

сидел на стуле, приспосабливались с большим трудом либо не приспосабливались вовсе.

Виды восприятия.

Рассмотрим две существующие классификации.

1. Основана на неравноценном участии отдельных анализаторов в процессе восприятия, т.е. вид восприятия определяется по тому анализатору, который наиболее значим.

Чаще всего выделяются такие виды, как зрительное, слуховое, осязательное.

Иногда сразу несколько анализаторов занимают ведущее место.

Такие сложные виды восприятия имеют двойное название, например, при просмотре телевизионных передач, театральных пьес ведущую роль играет зрительно-слуховое восприятие.

2. В основе классификации лежит объект восприятия. Выделяются следующие виды:

- 1) восприятие предметов;
- 2) восприятие отношений;
- 3) восприятие движений;
- 4) восприятие пространства;
- 5) восприятие времени;
- 6) восприятие человека.

Рассмотрим подробнее особенности восприятия времени. Время объективно измеряется в секундах, минутах, часах, сутках и т. д.

Однако субъективно каждый человек воспринимает время по-разному. Если человек чем-то увлечен, ему интересно, то и время летит незаметно.

Когда же мы попадаем в ситуацию томительного ожидания, то течение времени замедляется, минуты кажутся часами.

Находясь в состоянии страха или подавленности, человек часто склонен переоценивать время.

Однако не все так однозначно.

Например, французский спелеолог *М. Сифр* провел почти 63 дня в пропасти Скарассон на глубине 135 м в пещере, где отсутствовал какой-либо свет и не было никаких указателей времени.

Когда прошло более 40 суток, ему казалось, что он находится в изоляции всего 25 дней.

Когда закончилось добровольное заточение и друзья пришли за ученым, то он сказал: «Если бы я знал, что конец так близок, я бы давно съел оставшиеся помидоры и фрукты».

Субъективное ускорение времени отмечали и другие исследователи пещер.

Парадокс такого явления заключается в его противоречии основному психологическому закону восприятия времени — время недооценивается, если оно заполнено интересной деятельностью, и переоценивается, если связано с ожиданием, скукой.

Некоторые профессии требуют умения точно оценивать время (летчики, парашютисты, космонавты и т. д.). С представителями этих профессий проводятся специальные тренировки, на которых обучают сохранять правильное чувство времени.

Теперь остановимся на восприятии пространства.

Пространство является неотъемлемой частью самого человека. Если другой человек вторгается в личное пространства, то при этом может нарушаться процесс общения (см. тему «Общение»).

Для человека очень важна и система организации пространства. Так, американского психолога Э. Холла пригласили для выяснения причин возникающих разногласий в филиалах американских фирм, находящихся в ФРГ и немецкой Швейцарии. В филиалах работали местные сотрудники и специалисты из США. Оказалось, что все дело в двери.

Американцы привыкли работать в больших общих помещениях при открытых дверях.

Таким образом создается ощущение, что все делают сообща одно общее дело.

Однако согласно немецким традициям каждое помещение должно иметь надежные двери.

Дверь, распахнутая настежь, — свидетельство полного беспорядка.

Таким образом, благодаря восприятию человек способен ориентироваться в предметном мире.

2. Выделяют следующие свойства восприятия: предметность, избирательность, осмысленность, иллюзии, константность.

Предметность выражается в том, что человек способен объединять разрозненные ощущения в целостный образ с его границами, размерами, окраской, например: из огромного разнообразия

звуков окружающего мира человек выделяет пение птиц, человеческую речь, шум мотора и т. д.

Избирательность проявляется в возможности выделения именно тех предметов, явлений, ситуаций, которые в данный момент крайне важны и необходимы.

Избирательность выражается в выделении объекта из фона. Объектом восприятия принято считать то, что находится в центре внимания, а все, что его окружает, — это фон.

Закон избирательности часто используется как в животном мире, так и в человеческом социуме.

С этим связано наличие у животных покровительственной окраски, их способности сливаться с окружающим (например, смена цвета у хамелеона).

У бабочки на крыльях во время полета виден пестрый рисунок, что делает их трудно опознаваемыми для птиц на фоне пестрого луга.

В военном деле широко используется маскировочная окраска или ткань, помогающая слиться с фоном и не быть замеченным.

Осмысленность связана с личным опытом каждого индивидуума, при этом большое значение имеют возраст, профессиональная деятельность, психические особенности человека.

Например, люди по-разному воспринимают лес в зависимости от профессии: лесовод — как предмет заботы и охраны, охотник — как место для охоты, туристы — как место отдыха, работник лесной промышленности — как объект для производства.

Осмысливая происходящее, человек часто исходит из своих установок, т. е. предрасположенности воспринимать все определенным, заранее заданным образом.

В жизни человека роль установок очень существенна. Они возникают, как правило, неосознанно и действуют как предубеждения.

Интересный факт отмечал американский этнограф **Б. Малиновский**. Он изучал жизнь одного первобытного племени и обратил внимание на то, как похожи на своего отца и, соответственно, друг на друга пять сыновей вождя племени.

Сказав об этом туземцам, ученый встретил полное непонимание, даже негодование с их стороны.

Этнограф был поражен такой странной реакцией, но в дальнейшем оказалось, что в племени существовало давнее табу, которое запрещало находить такое сходство, в результате люди не видели того, что им видеть не полагалось.

Иллюзии — это искаженное восприятие. В практической жизни наше восприятие иногда не отражает точной картины происходящего.

Так, например, весло, погруженное в воду, кажется преломленным.

Много иллюзий связано с восприятием пространства, особенно перспективы: находящиеся вдалеке объекты кажутся маленькими, параллельно идущие рельсы — сходящимися и т. п.

Распространены также **иллюзии контраста**: белое на черном кажется еще белее; человек будет казаться выше, если рядом находится человек маленького роста и наоборот; звезды кажутся более яркими в безлунную ночь.

Зная особенности нашего иллюзорного восприятия, можно правильно использовать это в быту.

Женщине, склонной к полноте, не следует надевать платье с поперечными полосами, а худой — с продольными.

Комната, стены которой оклеены синими обоями, будет казаться более просторной, нежели помещение с красными стенами.

Задрапированная черным бархатом задняя часть сцены создает у зрителя иллюзию бездонной глубины.

Константность — постоянство восприятия, его неизменность. Если человек высокого роста будет находиться на некотором незначительном расстоянии, то все равно он останется для окружающих высоким.

Предметы, которые мы воспринимаем под разными углами зрения, остаются узнаваемыми, хотя их изображения на сетчатке различаются.

Если бы человек не владел этим качеством, то его ориентировка в пространстве была бы невозможна.

Итак, восприятие обладает целым рядом свойств, которые проявляются и находят применение в практической жизни.

4. Внимание

1. Понятие о внимании. Виды внимания.
2. Свойства внимания.

3. Развитие внимания. Управление вниманием.

1. О том, что же такое внимание, становится понятно из слов **К. Д. Ушинского**: «... Внимание есть именно та дверь, через которую проходит все, что только входит в душу человека из внешнего мира».

Внимание — это сосредоточенность человека на объектах и явлениях окружающего мира, наиболее значимых для него.

Внимание не существует само по себе.

Просто быть внимательным невозможно, для этого необходимо функционирование психических процессов.

Например, можно быть внимательным при заучивании, внимательно слушать музыку и т. д.

Внимание, как правило, проявляется в характерной позе, выражении лица, однако без должного опыта можно ошибиться.

Например, полная тишина в классе во время урока далеко не всегда означает, что школьники внимательно слушают объяснения учителя.

Вполне возможно, что каждый занимается каким-либо своим, более интересным в данный момент делом.

Гораздо реже наблюдаются случаи, когда за вольной позой скрыто глубокое внимание.

Виды внимания.

Рассмотрим две классификации.

1. Внимание может быть **внешним** (направлено на окружающее) и **внутренним** (сосредоточенность на собственных переживаниях, мыслях, чувствах).

Такое деление до некоторой степени условно, так как часто люди погружены в собственные мысли, обдумывая свое поведение.

2. В основе классификации лежит уровень волевой регуляции. Выделяется внимание **непроизвольное**, **произвольное**, **последпроизвольное**.

Непроизвольное внимание возникает без всякого усилия со стороны человека, при этом отсутствует какая-либо цель и специальное намерение.

Непроизвольное внимание может возникать:

1) из-за определенных особенностей раздражителя.

К числу таких особенностей относятся:

а) сила, причем не абсолютная, а относительная (в полной темноте внимание может привлечь огонек от спички);

- б) неожиданность;
 - в) новизна и необычность;
 - г) контрастность (среди европейцев человек негроидной расы скорее привлечет к себе внимание);
 - д) подвижность (на этом основано действие маяка, который не просто горит, а мигает);
- 2) из внутренних побуждений личности.

Сюда относятся настроение человека, его интересы и потребности.

Например, старинный фасад здания скорее привлечет внимание человека, интересующегося архитектурой, чем остальных прохожих.

Произвольное внимание возникает тогда, когда сознательно ставится цель, для достижения которой прикладываются волевые усилия.

Наиболее вероятно произвольное внимание в следующих ситуациях:

- 1) когда человек четко осознает свои обязанности и конкретные задачи при выполнении деятельности;
- 2) когда деятельность выполняется в привычных условиях, например: привычка все делать по режиму заранее создает установку на произвольное внимание;
- 3) когда выполнение деятельности касается каких-либо косвенных интересов, например: исполнение гамм на фортепиано — дело не слишком увлекательное, но необходимое, если хочешь быть хорошим музыкантом;
- 4) когда при выполнении деятельности создаются благоприятные условия, однако это не означает полной тишины, так как слабые побочные раздражители (например, тихая музыка) могут даже повышать эффективность работы.

Послепроизвольное внимание является промежуточным между непроизвольным и произвольным, сочетая в себе черты этих двух видов.

Оно возникает как произвольное, однако спустя какое-то время выполняемая деятельность становится настолько интересной, что уже не требует дополнительных волевых усилий.

Например, начиная читать книгу, человек не всегда увлекается ей с первой страницы, но далее сюжет захватывает, и чтение проходит уже без всякого самопринуждения.

Таким образом, внимание характеризует активность и избирательность человека при его взаимодействии с окружающим.

2. Традиционно выделяют пять свойств внимания:

- 1) сосредоточенность (концентрация);
- 2) устойчивость;
- 3) объем;
- 4) распределение;
- 5) переключение.

Сосредоточенность (концентрация) — внимание удерживается на каком-либо объекте или деятельности, при этом отвлекаясь от всего остального.

Устойчивость — это длительное удержание внимания, которая повышается, если человек активен при осуществлении действий с предметами или выполнении деятельности.

Устойчивость снижается, если объект внимания подвижен, постоянно изменяется.

Объем внимания определяется тем числом объектов, которое человек способен одновременно достаточно ясно воспринять. Для большинства взрослых людей объем внимания равен 4—6 объектам, для школьника — 2—5 объектам.

Распределение внимания — умение человека выполнять одновременно две или даже более деятельности, когда человек одновременно сосредоточен на нескольких объектах.

Как правило, распределение возникает в том случае, если какая-либо из деятельностей освоена настолько, что требует лишь незначительного контроля.

Например, гимнастка может решать простые арифметические примеры, идя по бревну, ширина которого равна 10 см, в то же время человек, далекий от спорта, вряд ли это сделает.

Переключение внимания — способность человека сосредотачиваться попеременно то на одной, то на другой деятельности (объекте) в связи с возникновением новой задачи.

Внимание также имеет и свои недостатки, самым распространенным из которых является рассеянность, выражающаяся в двух видах:

- 1) частая произвольная отвлекаемость в процессе выполнения деятельности.

Про таких людей говорят, что у них «порхающее», «скользящее» внимание. Может возникать как следствие:

- а) недостаточного развития внимания;
 - б) плохого самочувствия, утомления;
 - в) у учащихся — запущенности учебного материала;
 - г) отсутствия интересов;
- 2) чрезмерная сосредоточенность на каком-то одном объекте или деятельности, когда ни на что другое не обращается внимание.

Например, человек, обдумывая что-то для себя важное, может, переходя дорогу, не заметить красный цвет светофора и угодить под колеса автомобиля.

Итак, положительные свойства внимания помогают более эффективно и качественно выполнять любой вид деятельности.

3. Внимание дошкольника характеризуется такими качествами как произвольность, отсутствие сосредоточенности, неустойчивость.

С поступлением в школу роль внимания резко повышается, ведь именно хороший уровень его развития является залогом успешности овладения учебной деятельностью.

Каким образом учитель может организовывать внимание учащихся в процессе урока?

Назовем лишь некоторые из педагогических приемов, повышающих внимательность школьников.

1. Использование голосовой и эмоциональной модуляции, жестикуляции привлекает внимание учеников, т.е. учителю следует постоянно изменять интонацию, высоту, громкость голоса (от обычной речи до шепота), используя при этом адекватную мимику и жесты.

Следует помнить о жестах открытости и доброжелательности (см. тему «Общение»).

2. Изменение темпа: выдерживание паузы, резкое изменение скорости, переход от нарочито медленной речи до скороговорки.

3. По ходу объяснения нового материала учащиеся должны конспектировать опорные (ключевые) слова, можно предложить кому-то одному это делать на доске.

По окончании объяснения школьники по очереди зачитывают свой конспект.

4. По ходу объяснения прерывать речь на вполне очевидных для слушателей словах, требуя от них продолжения.

Активность школьников следует поощрять доступными способами.

5. «Провалы памяти», когда педагог якобы забывает что-то вполне очевидное для аудитории и просить ему помочь «вспомнить» (даты, имена, термины и т. п.).

6. Использование по ходу объяснения нового материала различных видов вопросов: наводящих, контрольных, риторических, уточняющих, встречных, вопросов-предложений и т. д.

7. Смена видов деятельности в ходе урока существенно повышает внимательность школьников (например, на уроке математики это может быть устный счет, решение у доски, ответы по карточкам и т. п.).

8. Четкая организация урока, когда педагогу не приходится самому отвлекаться на побочные действия, оставляя детей предоставленными самим себе.

И еще несколько советов: учителю не рекомендуется поворачиваться спиной к классу.

Если необходимо что-то написать на доске, лучше сделать это заранее во время перемены.

При обучении младших школьников нецелесообразно прерывать их деятельность дополнительными указаниями типа: «Не забудьте начать с красной строки», «Помните словарные слова» и т. п.

Ведь работа уже начата, и требования «вдогонку» лишь отвлекут детей.

Также недопустимо при выполнении коллективной работы громко делать замечания отдельным детям («Маша, не горбись», «Саша, не вертись»), тем самым отвлекая от работы и других учеников класса.

Для детей младшего школьного возраста важно продумывать и перемены, ведь дети должны успеть отдохнуть, но при этом быстро включиться в процесс следующего урока.

Соблюдение рассмотренных педагогических условий повышения детского внимания позволит более успешно организовать учебную деятельность школьника.

Хорошее внимание необходимо не только школьникам, но и взрослым.

Рассмотрим подробнее **пути совершенствования внимания.**

1. Рекомендуется приучать себя быть внимательным даже в самой шумной обстановке, в условиях повышенной отвлекаемости.

2. Важно систематически упражняться в одновременном наблюдении за несколькими объектами, при этом уметь отделять главное от второстепенного.

3. Следует тренировать переключение внимания: быстроту перехода с одной деятельности на другую, умение выделять главное, способность изменять порядок переключения (образно это называется выработкой «маршрута восприятия»).

4. Развитию устойчивости внимания способствует наличие волевых качеств.

Нужно уметь заставить себя сосредоточиться, когда этого не хочется.

Надо чередовать трудные дела с легкими, интересные с неинтересными.

5. Частое использование интеллектуальных игр (шахматы, го, логические и т. п.) также развивает внимание.

6. Лучший способ развития внимания — это внимательное отношение к окружающим людям.

Таким образом, следует в течение всей жизни развивать и совершенствовать свое внимание.

5. Память

1. Понятие о памяти.

2. Виды памяти.

3. Процессы памяти.

4. Развитие и совершенствование памяти.

1. **Память** — это один из самых востребованных психических процессов человека.

Такая популярность восходит еще к древним грекам, которые почитали богиню памяти Мнемозину как мать девяти муз, покровительниц известных в то время искусств и наук.

От имени богини происходят и современные научные выражения, имеющие отношение к памяти: «мнемическая задача», «мнемические процессы», «мнемическая направленность» и т. п.

Трудно представить мир без памяти.

Значение памяти очень велико, однако не следует все успехи или, наоборот, неудачи списывать на счет этого познавательного процесса.

Человеку трудно сказать: «Я не умею рассуждать» или тем более «Я глуповат», но он легко произносит: «Опять этот склероз» и т. п.

Память — это сложный познавательный процесс, благодаря которому человек может запоминать, сохранять и воспроизводить свой прошлый опыт.

Благодаря памяти мы можем сохранять и воспроизводить не только отдельные предметы или ситуации, но и целые цепи событий.

Существующие между событиями, предметами или явлениями связи, сохранившиеся в нашей памяти, называются ассоциациями.

Исследователи выделяют ассоциации разного вида, но классически это:

- 1) ассоциации по сходству;
- 2) ассоциации по контрасту;
- 3) ассоциации по смежности.

В основе многих поэтических сравнений лежат ассоциации по сходству («река текла, как дождь», «плачет метель, как цыганская скрипка»). В жаркий летний день мы вспоминаем, как хорошо было зимой кататься на лыжах, а зимой — как весело проводили время на пляже.

Подобного рода ассоциации - это ассоциации по контрасту.

Студент на экзамене представляет тетрадь с конспектом и ту страницу, где расположен материал билета, видит таблицу или схему и т. п.

Если предметы связаны во времени и пространстве, то это ассоциации по смежности (пол — тряпка, ручка — тетрадь).

Большинство ассоциаций связано с опытом конкретного человека, однако есть и такие, которые являются одинаковыми для многих людей.

Например, большинство людей при слове «плод» называют «яблоко», а если просят назвать часть лица, отвечают «нос».

Значение ассоциаций для человека заключается в том, что они позволяют автоматически и быстро воспринимать необходимую в данный момент информацию.

Итак, **память** — это сложный познавательный процесс, благодаря которому обеспечивается непрерывность психической жизни человека.

2. Человеческая память может быть классифицирована по нескольким основаниям.

1. Время хранения материала:

1) **мгновенная (иконическая)** — благодаря этой памяти в течение 0,1–0,5 с удерживается полная и точная картина того, что только восприняли органы чувств, при этом не производится никакой обработки полученной информации;

2) **кратковременная (КП)** — способна сохранять информацию короткий промежуток времени и в ограниченном объеме.

Как правило, у большинства людей объем КП равен 7 ± 2 единицам.

В КП фиксируется лишь наиболее значимая информация, обобщенный образ;

3) **оперативная (ОП)** — функционирует в течение заранее определенного времени (от нескольких секунд до нескольких дней) в зависимости от той задачи, которую необходимо решить, после чего информация может быть стерта;

4) **долговременная (ДП)** — информация сохраняется на неопределенно долгий срок.

в ДП содержится тот материал, который практически здоровый человек должен вспомнить в любой момент времени: свое имя, отчество, фамилию, место рождения, столицу Родины и т. п.

У человека ДП и КП неразрывно связаны.

Прежде чем материал поступает на хранение в ДП, он должен быть обработан в КП, что позволяет защитить мозг от перегрузки и длительно сохранять именно жизненно важную информацию;

5) **генетическая память** стала выделяться исследователями сравнительно недавно.

Это информация, сохраняющаяся в генотипе и передающаяся по наследству, не поддающаяся влиянию обучения и воспитания.

2. Ведущая роль того или иного анализатора:

1) **двигательная** — запоминаются и воспроизводятся двигательные реакции, поэтому на ее основе формируются основ-

ные двигательные навыки (ходьба, письмо, спорт, танцы, труд).

Это один из самых онтогенетически ранних видов памяти;

2) **эмоциональная** — запоминание определенного эмоционального состояния и его воспроизведение при повторении ситуации, когда оно возникло в первый раз.

Этот вид памяти также возникает у ребенка очень рано, согласно современным исследованиям уже на первом году жизни, хорошо развит у детей дошкольного возраста.

Характеризуется следующими особенностями:

- а) особая прочность;
- б) быстрое формирование;
- в) произвольность воспроизведения;

3) **зрительная** — преобладает сохранение и воспроизведение зрительных образов.

У многих людей именно этот вид памяти является ведущим. Иногда зрительные образы воспроизводятся настолько точно, что напоминают фотографический снимок.

О таких людях говорят, что у них эйдетическая память (эйдос — образ), т. е. память, обладающая фотографической точностью.

У многих людей эйдетическая память хорошо развита в дошкольном возрасте, но у отдельных лиц (чаще это люди искусства) она сохраняется на протяжении всей жизни.

Например, В. А. Моцарт, С. В. Рахманинов, М. А. Балакирев могли запомнить и воспроизвести на инструменте сложное музыкальное произведение после всего лишь одного восприятия;

4) **слуховая** — способствует хорошему запоминанию и воспроизведению самых разнообразных звуков.

Особенно хорошо развита у музыкантов, акустиков и т. п.

Как особую разновидность этого вида выделяют словесно-логическую память — это чисто человеческий вид памяти, благодаря которой мы можем быстро и точно запоминать логику рассуждений, последовательность событий и т. п.;

5) **обонятельная** — хорошо запоминаются и воспроизводятся запахи;

6) **вкусовая** — преобладание в процессах памяти вкусового анализатора;

7) **осязательная** — хорошо запоминается и воспроизводится то, что человек смог ощупать, к чему прикоснулся руками и т. п.

Последние три вида памяти не являются для человека столь значимыми, как ранее перечисленные, однако их важность резко возрастает, если функционирование какого-либо из основных анализаторов нарушается, например, когда человек теряет зрение или слух (известно много случаев, когда слепые люди становились отличными музыкантами).

Существует целый ряд профессий, где именно эти виды памяти являются востребованными.

Например, дегустаторы должны обладать хорошей вкусовой памятью, парфюмеры — обонятельной.

Очень редко бывает, когда у человека преобладает какой-либо один вид памяти.

Гораздо чаще в качестве ведущей выступает зрительно-слуховая память, зрительно-двигательная, двигательно-слуховая.

Помимо приведенных классификаций память может различаться по таким параметрам, как скорость, длительность, прочность, точность и объем запоминания.

Многообразие видов памяти позволяет достигать успеха в различных видах деятельности.

3. в составе памяти выделяются следующие процессы:

- 1) запоминание;
- 2) воспроизведение;
- 3) сохранение;
- 4) забывание.

Запоминание — это процесс памяти, результатом которого является закрепление ранее воспринятой информации.

Запоминание подразделяется на:

- 1) произвольное (ставится задача запомнить, при этом прилагаются определенные усилия) — произвольное (не ставится специальная задача запомнить, материал запоминается без каких-либо усилий);
- 2) механическое (информация запоминается в результате простого повторения) — логическое (устанавливаются связи

между отдельными элементами информации, что позволяет забытое вывести заново путем логических рассуждений).

Для того чтобы запоминание было успешным, следует придерживаться следующих положений:

- 1) делать установку на запоминание;
- 2) проявлять больше активности и самостоятельности в процессе запоминания (человек лучше запомнит путь, если будет двигаться самостоятельно, нежели когда его будут сопровождать);
- 3) группировать материал по смыслу (составление плана, таблицы, схемы, графика и т. п.);
- 4) процесс повторения при заучивании следует распределять в течение определенного времени (дня, нескольких часов), а не подряд.
- 5) новое повторение улучшает запоминание ранее выученного;
- 6) вызвать интерес к запоминаемому;
- 7) необычность материала улучшает запоминание.

Воспроизведение (восстановление) — процесс памяти, благодаря которому извлекается ранее закрепленный прошлый опыт.

Выделяются следующие формы воспроизведения:

- 1) **узнавание** — появление чувства знакомости при восприятии;
- 2) **воспоминание** — восстановление материала при отсутствии восприятия объекта, вспомнить всегда сложнее, нежели узнать (например, легче вспомнить фамилию человека, если найти ее в списке);
- 3) **реминисценция** — воспроизведение, отсроченное во времени (например, вспоминается стихотворение, которое человек рассказывал в далеком детстве);
- 4) **припоминание** — активная форма воспроизведения, требующая применения определенных приемов (ассоциирование, опора на узнавание) и волевых усилий.

Сохранение — удержание в памяти заученного ранее материала. Информация сохраняется в памяти благодаря повторению, а также применению полученных знаний на практике.

Исследователи памяти установили, что лучше всего сохраняется тот материал, который начинает и заканчивает общий ряд информации, средние элементы сохраняются хуже.

Такое явление в психологии называется эффектом края.

Интересный факт был открыт Б. В. Зейгарник. в ее опытах испытуемые должны были как можно быстрее и точнее выполнить около 20 разнообразных заданий (загадки, небольшие математические задачи, лепка фигурок и др.).

Оказалось, что те действия, которые остались незавершенными, испытуемые вспоминают почти в два раза чаще тех, выполнение которых им удалось закончить.

Это явление получило название эффекта Зейгарник.

Забывание — выпадение из памяти, исчезновение ранее заученного материала.

Как показали психологические исследования, материал быстрее забывается в первое время после заучивания, чем в дальнейшем, также быстрее забывается бессмысленный материал, нежели связанный логической цепочкой.

Чаще всего забывание считается отрицательным явлением, однако следует помнить, что это очень целесообразный, необходимый и естественный процесс памяти, иначе наш мозг был бы перегружен массой ненужной или несущественной информации.

Иногда забывание становится болезненным, вплоть до полной потери памяти.

Такое явление называется амнезией.

Большое внимание анализу механизмов забывания уделил 3. Фрейд (основатель психоанализа).

Он считал, что процесс забывания во многом объясняется нежеланием человека помнить неприятные ситуации своей биографии.

Он забывает о тех вещах, которые могут напомнить психологически неприятные обстоятельства.

Итак, память включает в себя ряд компонентов, которые определяют успешность ее протекания.

4. Процесс развития памяти осуществляется по следующим направлениям:

- 1) онтогенетически более ранняя механическая память постепенно замещается логической;
- 2) с возрастом запоминание становится более осознанным, начинается активное использование мнемотехнических приемов и средств;
- 3) преобладающее в детстве произвольное запоминание становится произвольным.

Основываясь на перечисленных направлениях, можно определить следующие пути и средства совершенствования памяти.

1. Правильно использовать процесс повторения.

Наиболее целесообразным является повторение, максимально приближенное к восприятию материала.

Экспериментально доказано, что забывание предотвращается повторением через 15–20 мин после заучивания.

Следующее повторение желательно проделать через 8–9 ч, а затем — через 24 ч.

Также желательно повторять утром на свежую голову и перед сном.

2. Помнить об «эффекте края», т. е. больше времени уделять повторению того материала, который располагается в середине информационного ряда.

Также при повторении материал, находящийся в середине, можно помещать в начале или конце.

3. Чтобы запомнить быстро и надежно последовательность событий или предметов, можно выполнить следующий ряд действий:

1) мысленно связать запоминаемое с каким-либо легко воображаемым или хорошо известным предметом, после чего уже этот предмет связать с тем, который окажется в нужный момент под рукой;

2) оба предмета соединить в воображении друг с другом как можно более причудливым образом в единый фантастический образ;

3) мысленно воссоздать этот образ.

4. Для запоминания последовательности событий или действий можно слова представить в виде персонажей какой-либо истории.

5. Материал будет вспоминаться легче, если применить прием ассоциирования. Для этого следует как можно чаще задавать себе вопросы типа: «Что это мне напоминает?», «На что это похоже?» «Какое иное слово напоминает мне это слово?», «Какой эпизод из жизни мне напоминает этот эпизод?» и т. п.

При осуществлении этого правила действует следующая закономерность: чем более разнообразные ассоциации возникают при запоминании исходного материала, тем прочнее запоминается этот материал.

6. Последовательную цепочку событий или предметов можно запомнить, если эти предметы мысленно расставлять по пути ежедневного следования на работу или учебу.

Идя по данному пути, мы эти предметы вспоминаем.

Любые приемы хороши лишь в том случае, когда они адаптированы конкретным человеком к собственному жизненному опыту и особенностям психики и поведения.

Поэтому то, что подходит одному человеку, может быть не востребовано другим.

6. Мышление

1. Понятие о мышлении.
2. Виды мышления, формы мышления.
3. Операции мышления.
4. Индивидуальные особенности мышления.
5. Особенности творческого мышления.
6. Развитие мышления.

1. Ответы на многие познавательные вопросы человек не может получить путем непосредственного взаимодействия с окружающим миром.

В этом случае задачи решаются косвенным путем при помощи мыслительных действий или процессов мышления.

Мышление — это наиболее сложный познавательный процесс, который является высшей формой отражения мозгом окружающего мира.

Отметим отличительные черты мышления:

- 1) творчески перерабатывает уже имеющиеся представления и создает новые, которых в данный момент еще не существует ни у субъекта, ни в самой действительности;
- 2) способно отражать не только отдельные предметы, явления и свойства, но и существующие между ними связи, причем в обобщенной форме.
- 3) опосредованно отражает окружающий мир.

Например, о наличии инфекции в организме судят по повышению температуры тела.

К опосредованному познанию человек прибегает в следующих случаях:

- а) если непосредственное познание невозможно, так как наши анализаторы несовершенны или вовсе отсутствуют, например, человек не воспринимает ультразвук, инфракрасное излучение, рентгеновские лучи;
- б) если непосредственное познание невозможно в условиях реального времени, например, археологические и палеонтологические раскопки;
- в) если непосредственное познание нецелесообразно, например, нет смысла выходить на улицу, чтобы узнать температуру воздуха, более рационально посмотреть на показания градусника за окном или прослушать прогноз погоды;
- 4) активно функционирует в условиях проблемной ситуации;
- 5) расширяет границы познания; благодаря интеллекту человек преодолел земное притяжение, спустился на дно океана и т. д.;
- 6) позволяет предвидеть наступление некоторых событий, например, солнечного затмения.

Итак, мышление позволяет опосредованно, отвлеченно и обобщенно познавать окружающую действительность.

2. Мышление классифицируется по различным основаниям.

Назовем наиболее часто используемые классификации видов мышления.

По характеру решаемых задач выделяется мышление **теоретическое**, с помощью которого устанавливаются общие закономерности, и **практическое**, посредством которого решаются конкретные задачи. По степени развернутости мышление бывает **дискурсивным** (задача решается постепенно, шаг за шагом) и **интуитивным** (решение приходит внезапно, на основании догадки).

В зависимости от оригинальности, новизны выделяют мышление **репродуктивное** (усвоение готовых знаний) и **продуктивное** (творческое).

По форме мышление бывает **наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое**.

Остановимся подробнее на последней классификации, как одной из наиболее часто применяемых, особенно в возрастной и педагогической психологии, психологии личности.

Наглядно-действенное мышление направлено на решение задач посредством внешних, практических действий.

Часто применяется в быту, например, чтобы понять, для чего предназначены кнопки на магнитофоне, мы часто начинаем последовательно на них нажимать.

Эта форма мышления является наиболее элементарной, раньше других возникает в процессе онтогенеза и является основой для формирования более сложных видов мышления.

Наглядно-образное мышление опирается на представления или восприятие, так как задачи решаются посредством образов.

Однако образы мышления отличаются от образов восприятия своей обобщенностью и отвлеченностью в образах мышления отражены только наиболее важные и существенные свойства.

Словесно-логическое мышление — это мышление понятийное, когда задача решается при помощи рассуждений.

Форма мышления, посредством которой отражаются общие, наиболее существенные свойства явлений и предметов окружающего мира, называется понятием.

Понятия подразделяются на общие (отличаются большим объемом) и конкретные.

Общие понятия выражаются через конкретные, например, сажают не просто дерево как таковое, а конкретно березу, яблоню и т. д.

В процессе мышления человек рассуждает.

Суждения отражают существующие между предметами, явлениями, их свойствами связи.

Могут содержать либо утверждение какого-либо положения, либо отрицание.

Суждения подразделяются на **общие, частные, единичные**.

Общие суждения содержат утвердительную или отрицательную информацию обо всех предметах и явлениях («у детей высокая переключаемость внимания»).

Частные — только о части предметов и явлений, включенных в понятие («дети этого класса хорошо танцуют»).

Единичные — речь идет об индивидуальном понятии («Витя Иванов хорошо рисует»).

Как правило, в ходе рассуждения делаются какие-то выводы, тем самым создавая новые суждения.

Форма мышления, посредством которой сопоставляются и анализируются разнообразные суждения с целью получения нового суждения, называется умозаключением.

Если умозаключение делается от единичного, частного суждения к общему, то это есть индукция.

Обратный процесс, когда единичный вывод формулируется на основе общего суждения, называется дедукцией.

Пример индукции: лису можно убить стрелой, отравленной ядом кураре.

Лиса — животное.

Животное можно убить ядом кураре.

Пример дедукции: животное можно убить стрелой, отравленной ядом кураре.

Заяц — животное.

Зайца можно убить ядом кураре.

Несмотря на все многообразие видов мышления в реальности они не существуют изолированно друг от друга.

3. Мыслительные задачи решаются с помощью мыслительных операций.

Назовем наиболее значимые из них.

Анализ — мыслительная операция, посредством которой производится разделение целого на составляющие его части.

Синтез — мысленное объединение отдельных частей в единый целостный образ.

Сравнение — мыслительная операция, благодаря которой происходит сопоставление предметов и явлений для обнаружения сходства и различия между ними.

Абстракция — мыслительная операция, в процессе которой выделяются значимые, существенные свойства предметов и явлений, при этом отвлекаются от несущественных свойств.

Обобщение — мыслительная операция, объединяющая явления и предметы по существенным, наиболее общим признакам.

Конкретизация — мысленный переход от общих понятий, суждений к единичным, соответствующим общим.

Наличие у человека выделенных мыслительных операций свидетельствует о хорошем уровне развития мышления.

4. Каждый человек отличается от другого разнообразными качествами мышления.

Подробнее остановимся на их рассмотрении.

Широта ума — это способность человека видеть задачу в целом, масштабно, но при этом не забывать о важности деталей. О человеке, обладающем широтой ума, говорят, что у него широкий кругозор.

Глубина ума — умение человека разбираться в самой сущности вопроса.

Противоположным отрицательным качеством является поверхностность мышления, когда человек, обращая внимание на мелочи, не замечает главного, важного, существенного.

Самостоятельность мышления — способность человека выдвигать и решать новые задачи без помощи других людей.

Гибкость мышления — умение человека отказаться от выработанных ранее способов решения задач и нахождение более рациональных способов и приемов.

Противоположным отрицательным качеством является косность (стереотипность, ригидность) мышления, когда человек следует ранее найденным способам решения, несмотря на их непродуктивность.

Быстрота ума — способность человека в короткий срок разобраться в поставленной задаче, найти эффективные пути решения, сделать правильные выводы.

Часто наличие этого качества определяется особенностями функционирования нервной системы.

Про таких людей говорят — сообразительные, находчивые, смысленные.

Однако следует отличать быстроту мышления от торопливости, когда человек бросается решать задачу, до конца не обдумав ее, а выхватив лишь одну какую-то сторону.

Критичность ума — способность человека давать объективную оценку себе и окружающим, всесторонне проверяя все существующие решения.

Примером критичности можно считать высказывание Сократа, который говорил: «Я знаю только то, что ничего не знаю».

Таким образом, каждый человек обладает своими индивидуальными особенностями, характеризующими его мыслительную деятельность.

5. Вопрос о психологической природе творчества до сих пор остается открытым.

В настоящее время ответить на этот вопрос можно лишь частично.

Дж. Гилфорд полагал, что творческое мышление характеризуется преобладанием четырех особенностей:

- 1) оригинальность, необычность высказываемых идей, ярко выраженное стремление к интеллектуальной новизне.

По словам исследователя, творческая личность всегда имеет собственный взгляд на все происходящее;

2) семантическая гибкость, т. е. способность видеть объект под новым углом зрения, обнаруживать возможности его нового использования, расширять функциональное применение на практике;

3) образная адаптивная гибкость, т. е. способность изменить восприятие объекта таким образом, чтобы видеть его новые, скрытые от наблюдения стороны;

4) семантическая, спонтанная гибкость, т. е. способность продуцировать разнообразные идеи в неопределенной ситуации, в частности в такой, которая не содержит ориентиров для этих идей.

Условия, влияющие на творческий процесс:

1) успешный в прошлом опыт может тормозить нахождение новых, более рациональных способов решения задач;

2) если нахождение правильного решения далось с большим трудом, то возвращение к этому способу в дальнейшем будет более вероятным, если даже он и не достаточно эффективен;

3) стереотипность мышления, которая возникает в силу первых двух условий, можно преодолеть, если на некоторое время отложить решение, а затем вернуться к нему с твердым намерением искать новые пути;

4) частые неудачи тормозят творческий процесс, может сформироваться мотив избегания неудач, когда человек боится начинать что-то новое из-за возможных разочарований;

5) для успешного протекания творческого процесса необходима должная мотивация и соответствующий эмоциональный настрой.

Нахождение оптимальной мотивации и оптимального уровня эмоционального возбуждения — это процесс индивидуальный.

Качества, препятствующие развитию творческого мышления:

1) склонность к конформизму, т. е. к стремлению следовать чужому мнению, отказываясь от собственного, боязнь оказаться «белой вороной»;

2) боязнь показаться чрезмерно критичным и даже агрессивным в неприятии чужого мнения;

3) боязнь отмщения со стороны того, чье мнение отрицается;

- 4) завышенная оценка собственных достижений, идей;
- 5) высокая личностная тревожность;
- 6) чрезмерная критичность мышления, которая не позволяет сосредоточиться на выработке продуктивных идей, так как все силы уходят на критику других мнений.

Понятие «творчество» тесно связано с понятием «интеллект», под которым подразумевается наличие у человека общих умственных способностей, благодаря чему он успешно справляется с разнообразными задачами.

Наличие творческого мышления — важный показатель интеллекта человека, для его формирования необходимо придерживаться определенной линии воспитания.

6. Существуют следующие пути развития мышления:

- 1) необходимо следовать принципу: «Хочешь быть умным, научись разумно спрашивать, внимательно слушать, спокойно отвечать и перестань говорить, когда нечего больше сказать»;
- 2) мышление развивается в процессе овладения знаниями.
В качестве источников знания могут выступать: книги, СМИ, школа, и т. д.;
- 3) любой вид мышления начинается с вопроса, а значит, следует учиться умению задавать вопросы по каждому событию, с которым имеешь дело;
- 4) полезно развивать умение замечать новое в привычном, видеть предмет или явление с различных сторон;
- 5) следует тренировать гибкость ума, чему способствуют игры на сообразительность, решение ребусов, логических загадок;
- 6) важный прием, развивающий мышление, — это сравнение близких понятий;
- 7) следует помнить о неразрывной связи между мышлением и речью, а это значит, что для лучшего понимания надо попробовать изложить материал другому человеку;
- 8) развитию мышления также способствует использование письменной речи, поэтому полезно написание сочинения, ведение дневника;
- 9) для развития мышления полезны дискуссии, свободное изложение прочитанного, решение парадоксальных задач.

Итак, развитие мышления возможно при желании человека овладеть новыми знаниями, стремлении в достижении творческих и профессиональных высот.

7. Речь

1. Речь и ее функции.

2. Виды речи.

1. **Человек** — существо общественное и, чтобы понимать друг друга, общаясь, люди используют тот или иной язык.

Язык является средством общения, которое было выработано человечеством в процессе своего развития, представляющим систему знаков.

Когда язык используется в целях общения, то возникает речь.

Язык и речь — хотя и очень близкие, но все же отличающиеся друг от друга понятия.

Язык становится «мертвым» сразу после того, как люди перестают на нем общаться.

Такое произошло с латинским языком, который сейчас используется лишь в узких областях науки.

Выделяются следующие функции речи:

1) обозначение — наличие этой функции свидетельствует об отличии речи человека от общения животных.

Звуки животных выражают лишь эмоциональные состояния, тогда как человеческое слово указывает на какой-то предмет или явление;

2) обобщение — функция проявляется в том, что одним словом можно обозначить группу сходных предметов (понятие), что роднит речь с мышлением.

Мысли человека облечены в речевую форму, вне речи мысль не существует;

3) коммуникация — выражается в применении речи в процессе общения.

Может проявляться в трех видах:

а) информационная — передача знаний;

б) экспрессивная — отражает отношение говорящего к окружающим, воздействует на чувства человека;

в) планирующая — направлена на организацию поведения или деятельности, может осуществляться при помощи требования, совета, приказа, убеждения, распоряжения и т. п.

Можно ли считать способность к развитию речи у человека врожденной?

Мнения ученых неоднозначны. С одной стороны, есть неопровержимые доказательства, отрицающие возможность врожденности, примером являются дети-маугли (см. тему «Общение»), с другой стороны, ученые так и не смогли обучить животных высшим понятийным формам речи, хотя многие животные и обладают развитой системой коммуникаций между собой.

Например, американские ученые *Б. Т. Гарднер* и *Р. А. Гарднер* (1972 г.) предприняли попытку обучить шимпанзе языку глухих.

Обучение началось, когда шимпанзе была в возрасте одного года, и продолжалось в течение четырех лет.

К 4-летнему возрасту обезьяна самостоятельно воспроизводила около 130 жестов, понимала еще больше, но высшие понятийные формы мышления остались недоступными.

Таким образом, речь человека тесно связана с мышлением и является основным средством человеческого общения.

2. В различных условиях речь приобретает специфические особенности, которые выражаются в различных видах.

Рассмотрим эти виды.

Речь подразделяется на **внешнюю, внутреннюю** и **эгоцентрическую**.

Внешняя речь является ведущей в процессе общения, поэтому ее основное качество — доступность для восприятия другого человека, в свою очередь может быть **письменной** и **устной**.

Письменная речь представляет развернутое речевое высказывание.

Важно, чтобы форма изложения была ясной и точной.

Если речь предназначена для широкой читательской аудитории, то следует позаботиться о ее обоснованности, содержательности, увлекательности.

Устная речь более выразительная, так как используются мимика, жесты, интонация, голосовая модуляция и т. п. Специфика этого вида в том, что сразу же можно видеть реакцию слушателей

на слова говорящего, что позволяет определенным образом корректировать речь.

У человека качества письменной и устной речи могут не совпадать.

Например, прекрасный оратор может испытывать затруднения при письменном изложении своей речи и наоборот.

Устная речь подразделяется на **монологическую** и **диалогическую**.

Монологическая речь — речь одного человека.

Ее основное достоинство заключается в возможности донести до слушателей собственную мысль без искажения и с необходимыми доказательствами.

Диалогическая речь происходит между двумя или несколькими лицами.

Это более легкий вид речи, так как не требует развернутости, доказательности, продуманности в построении фраз.

Ее недостаток в том, что говорящие могут перебивать друг друга, искажать разговор, не до конца высказывать свои мысли. Подразделяется на **ситуативную** и **контекстуальную** речь.

Ситуативная речь малопонятная для человека, не посвященного в ситуацию.

В ней присутствует много междометий, мало или нет совсем имен собственных, которые заменяются местоимениями.

Контекстуальная речь — более развернутая, предшествующие высказывания обуславливают возникновение последующих.

Эгоцентрическая речь — речь человека, обращенная на себя самого и не рассчитанная на какую-либо реакцию со стороны окружающих.

Это промежуточный вид между внешней и внутренней речью. Наиболее часто этот вид речи проявляется у детей среднего дошкольного возраста, когда в процессе игры или рисования, лепки они комментируют свои действия, ни к кому конкретно не обращаясь.

У взрослых также иногда можно встретить эгоцентрическую речь.

Чаще всего это происходит при решении сложной интеллектуальной задачи, в ходе чего человек рассуждает вслух.

Можно сказать, что это речь-мышление, задача которой — обслуживать интеллект человека.

Внутренняя речь — речь про себя.

Ее наиболее характерные черты — это фрагментарность, отрывочность, сокращенность.

Существует следующий закон перехода внешней речи во внутреннюю: в первую очередь сокращается подлежащее, а остается сказуемое с относящимися к нему частями предложения, в словах в первую очередь идет сокращение гласных.

Экспериментально доказано, что внутренняя речь существенно влияет на решение умственных задач.

В опытах А.Н. Соколова взрослым испытуемым предлагалось прослушать текст или решить несложный арифметический пример и при этом одновременно декламировать вслух хорошо выученные стихи, либо произносить одни и те же простые слоги («ба-ба» или «ля-ля»).

Эксперимент показал, что при таких условиях смысл текста не улавливался, а воспринимались лишь отдельные слова, решение задачи также затруднялось, а это может означать, что процесс мышления предполагает активную внутреннюю работу артикуляционного аппарата.

Подобного рода опыты организовывались и с младшими школьниками.

Оказалось, что простой зажим языка зубами уже вызывал серьезные затруднения в чтении и понимании текста и наличие грубых ошибок при письме.

Таким образом, виды речевой деятельности разнообразны и используются в зависимости от ситуации общения.

8. Воображение

1. Понятие о воображении.
2. Виды воображения.
3. Функции воображения.
4. Развитие воображения.

1. **Воображение** — это психический процесс, благодаря которому создаются такие образы, которые человек ранее никогда не воспринимал.

Можно выделить четыре типа представлений воображения:

- 1) образы того, что есть в реальной действительности, например, человек представляет пустыню Сахара, в которой он никогда не бывал, но которая реально существует;

- 2) исторические образы, например, можно представить, как выглядел доисторический человек или саблезубый тигр;
- 3) сказочные образы: Баба Яга, Змей-Горыныч и т. д.;
- 4) образы будущего, например, как выглядит автомобиль XXII в.

Образы воображения могут создаваться различными путями. Наиболее распространенными являются следующие способы.

1. **Агглютинация** — это соединение любых качеств, свойств, частей в единый, часто причудливый образ, иногда очень далекий от реальности.

Например, соединение верхней части туловища мужчины и нижней части коня воплотились в образе кентавра, а, поставив избушку на куриные лапы, получили жилище Бабы Яги. Чаще всего такой прием используется в мифах и сказках.

2. **Акцентирование** — выделение в имеющемся образе какой-либо части, детали и возведение ее в ранг доминирующей.

Способ чаще всего применяется в карикатурах, шаржах.

3. **Типизация** — самый сложный, подчас творческий прием, выражающийся в том, что из конкретных образов выделяются наиболее характерные, значимые качества и свойства и уже на их основе создается новый образ.

Очень часто этим приемом пользуются писатели, создавая образы литературных героев.

Воображение не может возникнуть на пустом месте, для этого требуется преобразовать материал, полученный из воспринятого ранее.

Например, сказочная Баба Яга — это просто страшная старуха с крючковатым носом, и ее избушка также состоит из хорошо знакомых частей (изба + куриные лапы).

Ученые часто создают новую технику, основываясь на том, что есть в природе.

Благодаря воображению человек способен разумно и творчески планировать свою деятельность и управлять ею.

Оно выручает в тех ситуациях, когда невозможно, затруднительно или просто нецелесообразно выполнять практические действия.

Таким образом, без воображения не был бы возможен прогресс ни в одной из областей человеческой деятельности.

2. Выделяются следующие виды воображения:

- 1) активное (произвольное) — пассивное (непроизвольное);
- 2) апродуктивное (творческое) — репродуктивное (воссоздающее).

Пассивное воображение возникает без волевых усилий и без сознательных намерений со стороны человека.

Наиболее распространенным видом пассивного воображения являются сновидения.

Вопросы, связанные со сновидениями, всегда интересовали человека.

Еще в Древней Спарте существовали специально назначаемые чиновники — эфоры, основной обязанностью которых было спать в храмах и видеть сны, на основании которых затем принимались государственные решения и законы.

Большинство наших сновидений представлено в виде зрительных образов, что свидетельствует об их связи с внешним миром, ведь большую часть информации мы воспринимаем с помощью зрительного анализатора.

Примерно в 4-х случаях из 100 встречаются звуковые сны, 2,5% снов — «вкусовые» и 0,5% — «обонятельные».

Согласно некоторым гипотезам, сны предназначены для выполнения охранительной функции, ведь в древности по ночам человеку очень часто грозила опасность.

Ученый *В. Н. Касаткин*, проанализировав 41 тыс. сновидений, пришел к выводу, что мозг с помощью «ночных картин» предупреждает нас о грозящих заболеваниях задолго до появления первых симптомов.

В процессе сна мозг сам указывает человеку на больной или заболевающий орган, причем, как правило, человек видит не себя, а другого человека с какой-то выраженной аномалией («Теория сновидений»).

Часто сны связаны с тревожными состояниями человека, а иногда и с неврозами.

Сновидения таких людей очень яркие, наполненные образами, чаще неприятными, характерны «тупиковые» сновидения, когда человек ищет выход из лабиринта, дома, города и т. п.

Активное воображение возникает, когда новые идеи или образы создаются путем специального намерения человека.

Репродуктивное (воссоздающее) воображение основано на воссоздании новых образов в соответствии с имеющимся описанием, схемой и т. п.

Например, в основе такого направления в искусстве, как натурализм, а отчасти и реализм, лежит создание картин, в точности воспроизводящих действительность.

Общеизвестно, что по картинам *И. И. Шишкина* можно изучать русскую флору, так как на его полотнах все растения написаны с «документальной» точностью.

Продуктивное воображение — новые образы и идеи создаются в результате самостоятельной творческой деятельности.

Такие направления изобразительной деятельности, как абстракционизм, кубизм и т. д. возникли как результат того, что художника не устраивает точное воссоздание реальности.

Однако чаще всего провести четкую грань между репродуктивным и творческим воображением не представляется возможным.

Например, создавая исторические романы, авторы всегда вносят свое собственное отношение к происходящему, наряду с реально существовавшими героями в художественном произведении «живут» вымышленные персонажи.

Конструкторы, изобретая летательные аппараты, анализировали полеты птиц и т. д.

Следует также выделить и такие виды воображения, как мечта (создание образов желаемого будущего) и грезы (человек «живет» в мире, который создал в своем воображении).

3. Воображение в жизни человека выполняет специфические функции.

Рассмотрим эти функции подробнее.

1. Тесная связь с мышлением дает возможность создавать образы действительности, пользоваться ими при решении задач.

2. С помощью воображения человек способен регулировать свое эмоциональное состояние, хотя бы частично удовлетворять потребности, снижая тем самым возникающую напряженность.

3. Воображение принимает участие в волевой регуляции состояний человека и деятельности познавательных процессов.

Вызывая определенные образы, можно оказывать влияние на восприятие, воспоминания, мысли и чувства.

4. Благодаря воображению человек способен выполнять действия в уме, манипулируя не реальными предметами, а образами этих предметов.

5. Воображение участвует в планировании деятельности, оценке точности их выполнения, ходе реализации.

С помощью воображения человек способен регулировать свое психофизиологическое состояние, настраиваясь на предстоящие события.

Широко известны факты, когда лишь с помощью воображения, прикладывая волевые усилия, человек изменял ритмику дыхания, кровяное давление, частоту пульса, температуру тела.

Именно эти данные положены в основу аутотренинга.

У некоторых людей фантазия настолько богата, что они, воображая у себя наличие различных заболеваний, могут действительно спровоцировать их возникновение.

Достаточно известное явление — **идеомоторный акт**, суть которого в том, что, представляя какое-нибудь движение, можно вызвать само это движение.

С этим фактом знакомы артисты эстрады, которые демонстрируют публике номера по нахождению спрятанных в зале предметов.

Суть номера в том, что артист улавливает микродвижения рук или глаз человека, спрятавшего предмет.

Итак, функции воображения помогают решать многие актуальные проблемы и часто опираются на наше подсознание.

4. Воображение очень тесно связано с мышлением, так как мысль неотделима от образа.

Именно поэтому все, что развивает мышление, также способствует развитию воображения.

Рассмотрим некоторые направления, которых следует придерживаться в развитии воображения.

1. Развитию воображения способствует игровая деятельность, например: игры со словами, в фантастические гипотезы («что было бы, если бы...»), сочинение сказок, стихов, рисование, лепка. Очень полезны для развития воображения ролевые игры.

2. Чтение книг способствует развитию воображения. Особенно полезны в этом направлении описания персонажей, интерьера, природы.

3. Развитию воссоздающего воображения помогает изучение разных географических карт.

Путешествуя по карте, можно представлять страны, картины природы, местных жителей и т. д.

4. Всевозможные графические операции, чертежи, рисунки — реальный путь развития технического творчества и воображения у детей.

5. Воображение невозможно развивать, не опираясь на жизненный опыт и знания.

Поэтому чем более широк круг познания, тем более богато и воображение.

Таким образом, развивая воображение ребенка, можно сформировать творческую, эмоционально богатую личность.

ЛЕКЦИЯ №3. Свойства личности

1. Темперамент

1. История представлений о темпераменте.
2. Типы темпераментов. Свойства темпераментов.
3. Индивидуальный стиль деятельности.
4. Темперамент и проблемы воспитания.

1. **Темперамент** представляет собой сочетание свойств, определяющих динамику функционирования психических процессов и поведения человека.

В основном свойства темперамента биологически обусловлены, т. е. являются врожденными, но их влияние на формирование характера и поведения человека очень велико.

Темперамент во многом определяет поступки человека, его индивидуальные проявления, именно поэтому его нельзя изолировать от личностных свойств.

Скорее это связующее звено между организмом и личностью.

Учение о темпераменте имеет длинную историю и восходит к воззрениям древнегреческого врача *Гипократа*.

Согласно его описанию, тип темперамента зависит от соотношения в организме человека различных жидкостей: крови, желчи и лимфы.

Работавшие несколькими столетиями позднее римские врачи стали употреблять слово «*temperamentum*» («надлежащее соотношений частей») для обозначения пропорций жидкости при их смешении.

Развернутую классификацию типам темперамента дал римский врач и анатом *К. Гален* (II в. до н. э.). в дальнейшем античные медики ограничили число типов темперамента четырьмя.

Согласно воззрениям древних, типы темперамента определялись следующим соотношением жидкостей в организме: преобладание крови («сангвис» — «кровь») давало сангвинический темперамент; преобладание лимфы («флегма» — «слизь») — флегматический; желтой желчи («холэ» — «желчь») — холерический;

черной желчи («мелайн холэ» — «черная желчь») — меланхолический.

Впоследствии эти названия утратили статус научных, но сохранились как дань истории.

Со времен античности учение о темпераменте претерпело много изменений и обогащалось новыми знаниями.

Обобщая все существовавшие и существующие теории, можно выделить три основные системы взглядов.

1. **Гуморальная теория** (от лат. «humor» — «влага», «сок»). К этому направлению можно отнести и уже рассмотренные воззрения древнеантичных ученых, и более современные взгляды **И. Канта** и **П. Ф. Лесгафта**.

И. Кант (конец XVIII в.) полагал, что в основу темперамента положены индивидуальные особенности крови.

П. Ф. Лесгафт считал, что преобладание темперамента обусловлено свойствами системы кровообращения, а именно — толщиной и упругостью стенок кровеносных сосудов, диаметром их просвета, формой сердца и т. д.

Именно эти особенности и определяют быстроту и силу кровотока, следствием чего является продолжительность реакций на раздражители и возбудимость организма.

Гуморальное направление не лишено научности.

Современная эндокринология утверждает, что отдельные свойства человеческой психики (реактивность, уравновешенность, чувствительность) во многом определяются индивидуальными различиями в деятельности гормональной системы.

2. **Соматическая теория** (начало XX в.) определяет тип темперамента зависимостью от телосложения человека.

Яркими представителями этого направления являются **Э. Кречмер** и **У.Г.Шелдон**. Эти ученые ставили прямую зависимость между ростом, полнотой, пропорциями тела человека и особенностями его темперамента.

3. Учение о высшей нервной деятельности, в основе которого лежат взгляды **И. П. Павлова** о зависимости свойств темперамента от свойств нервной системы.

И. П. Павлов полагал, что тип высшей нервной деятельности (ВНД) определяется тремя свойствами нервных процессов:

1) сила — свидетельство работоспособности и выносливости нервной системы, насколько она в состоянии выдерживать сильные раздражители;

2) уравновешенность говорит о соотношении основных нервных процессов: торможения и возбуждения;

3) подвижность — насколько быстро процессы возбуждения и торможения могут сменять друг друга.

Выделенные свойства, сочетаясь, дают четыре типа ВНД.

Первый тип — слабый, ему соответствует меланхолический тип темперамента.

Второй тип — сильный, неуравновешенный, ему соответствует холерический темперамент.

Третий тип — сильный, уравновешенный, подвижный — сангвинический темперамент.

Четвертый тип — сильный, уравновешенный, инертный — флегматичный темперамент.

В дальнейшем были выделены дополнительные свойства нервной системы (*Б. М. Теплов, В. Д. Небылицин*). Отметим некоторые из них:

1) динамичность — насколько быстро вырабатываются условные рефлексы;

2) лабильность — как быстро возникают и протекают процессы возбуждения и торможения;

3) высокая чувствительность — присуща лицам со слабым типом ВНД.

Последние научные данные свидетельствуют о наследственности отдельных свойств нервной системы.

Итак, в основе темперамента лежат различные биологические характеристики психики.

2. Согласно современным воззрениям на классификацию темпераментов, классическое деление на четыре типа до некоторой степени условно.

Большинство людей, имеют отдельные проявления какого-либо основного типа, тем не менее не могут быть полностью к нему отнесены. В этом случае говорят о смешанном типе темперамента.

Каждый тип темперамента имеет свое сочетание психических свойств, основными из которых являются разная **степень активности** и **эмоциональности, особенности моторики**.

В структуре темперамента центральное место занимает общая психическая активность.

Степень активности у разных людей колеблется от инертности, вялости у одних до бурных вспышек энергии у других.

Внешне активность проявляется в таких формах, как энергичность при выполнении действий, разнообразие этих действий, выносливость при проявлении активности, темп реакций, их стремительность или замедленность.

Если человек имеет высокую активность, то амплитуда его движений более широкая, а сами движения более сильные, что наиболее заметно в спортивной деятельности.

Об уровне активности можно судить по речевым особенностям и индивидуальным проявлениям почерка.

Чем более активен человек, тем более размашистый у него почерк, более широкие расстояния между буквами и словами, буквы — крупнее.

Такому индивиду трудно выполнять тонкие движения с маленькой амплитудой, тщательно прописывать слова.

Активность сказывается и на функционировании психических процессов: восприятия, памяти, мышления, воображения, внимания, например, активный человек запоминает материал быстрее, но менее активный способен к более длительному удержанию внимания на каком-либо объекте и т. д.

В общении активность проявляется как на вербальном, так и невербальном уровне.

У активного индивида яркая мимика и пантомимика, быстрая речь, повышенная жестикуляция, как правило, их голос более сильный, громкий.

У менее активного эти же качества имеют противоположное проявление.

Активность может проявляться в реактивности, т. е. в повышенной чувствительности, реакции на самые незначительные стимулы. Такое свойство характеризует людей со слабым типом ВНД.

Другими, не менее важными свойствами темперамента выступают **пластичность — ригидность**.

Эти качества проявляются в умении человека быстро (пластичность) или медленно (ригидность) приспосабливаться к изменяющимся условиям внешней среды, например: переход на другую работу, переезд на другое место жительства и т. д.

Также очень важными качествами темперамента являются экстраверсия — интроверсия.

Экстраверт — это человек, который активно взаимодействует с внешним миром, ему присуща повышенная общительность,

круг его знакомых очень широк, речь активна, движения частые, порой суетливые.

Интроверт более сосредоточен на собственном внутреннем мире, чем на окружающих, замкнут, круг его друзей очень узок, он склонен к самоанализу, социальная адаптация затруднена.

Определенное сочетание рассмотренных качеств дает различные типы темпераментов.

Однако до настоящего времени сохраняется деление на четыре типа темперамента, так как это позволяет производить классификацию по наиболее ярким проявлениям психики, что часто оказывается полезным для практического применения.

Кратко охарактеризуем эти типы.

Сангвиник характеризуется выраженной психической активностью, живой и подвижной, мимика и движения выразительны, быстро реагирует на происходящие события, относительно легко переживает неприятности, экстраверт.

Флегматик — его настроение отличается постоянством, чувства глубоки и устойчивы, мимика малоподвижная, речь и движения замедленные, интроверт.

Холерик отличается повышенной активностью, страстностью и энергичностью, склонен к бурным эмоциональным всплескам, но способен быстро успокоиться и менять настроение на противоположное, экстраверт.

Меланхолик — легко ранимый, впечатлительный, но внешне это проявляется слабо, речь приглушенная, движения сдержанные, интроверт.

Следует отметить, что нельзя выделить ни «хороший», ни «плохой» тип темперамента, в каждом есть как достоинства, так и недостатки.

Например, у сангвиника отмечается повышенная работоспособность, он может легко приспособиться в большинстве ситуаций, но работу до конца не довести, его дружеские связи, несмотря на их большое количество, часто недолговечны, так как и к работе, и к друзьям интерес быстро угасает.

Меланхолик, напротив, медленно включается в работу, но в большинстве случаев доведет ее до конца, круг его друзей очень узок, но это длительные и устойчивые связи.

Холерик может «горы свернуть», но за короткий промежуток времени, а на длительный ему часто не хватает выдержки.

Флегматик часто не в состоянии быстро собраться и разобратся в происходящем, но зато способен трудиться долго и упорно, стремясь к поставленной цели.

Таким образом, любой тип темперамента обладает как достоинствами, которые следует укреплять и всячески развивать, так и недостатками, проявление которых любой человек способен сдерживать, благодаря воспитанию и волевым усилиям.

3. Различное сочетание свойств темперамента характеризует индивидуальный стиль деятельности человека, который можно определить как совокупность динамических характеристик деятельности, зависящих от темперамента, содержащих типичные для данного человека приемы работы.

В процессе выполнения деятельности человек приспособляет особенности своего организма и врожденные свойства нервной системы таким образом, чтобы достигнуть наилучших результатов с наименьшими затратами.

Индивидуальный стиль деятельности и темперамент не тождественны.

Под влиянием жизненного опыта у человека складываются определенные умения и навыки, которые входят в состав индивидуального стиля деятельности.

То, что внешне часто воспринимается как проявления темперамента, например, характер движений, на самом деле есть выражение индивидуального стиля деятельности.

Особенности темперамента и индивидуального стиля могут как совпадать, так и различаться.

Особенности индивидуального стиля деятельности объединяются в две группы:

- 1) приобретенные в ходе накопления жизненного опыта и используемые как компенсация недостатков индивидуальных свойств нервной системы;
- 2) максимально раскрывающие, усиливающие имеющиеся задатки, полезные свойства нервной системы, способности человека.

Начало формирования индивидуального стиля деятельности следует отнести к дошкольному возрасту, когда под влиянием обучения и воспитания ребенок ищет наиболее эффективные для себя приемы и способы достижения наилучших результатов.

Таким образом, особенности темперамента проявляются прежде всего в своеобразии способов работы, что и составляет индивидуальный стиль деятельности.

4. Знание индивидуальных различий в темпераментах особенно важно для людей, занимающихся педагогической деятельностью.

Именно эти знания во многом позволяют сделать процесс обучения и воспитания более эффективным, обеспечивая применение индивидуального подхода к каждому ребенку.

Для настоящего понимания индивидуальных различий темпераментов педагогу необходимо внимательно наблюдать за особенностями поведения и деятельности детей в различных ситуациях, уметь отличать случайные проявления от черт темперамента.

Возрастные проявления темперамента зависят прежде всего от хода созревания мозговых структур, свойств нервной системы.

Чем младше дети, тем более для них характерны проявления слабости нервной системы, а именно: малая выносливость и высокая чувствительность.

Этим объясняются импульсивность ребенка, яркость восприятия, впечатлительность.

Однако слабость нервной системы находится в соответствии с быстрым восстановлением энергии, что наблюдается в повышенной подвижности детей.

У младших школьников активность нервной системы проявляется в легкости возникновения интереса и в отсутствии способности к длительному сосредоточению.

Различия в темпераментах у детей выражаются в своеобразии психических проявлений.

При выполнении монотонной работы в более выгодном положении оказываются дети со слабым типом нервной системы, так как их высокая чувствительность не позволяет развиваться сонливости, что вполне возможно при таких условиях.

Но в тех ситуациях, где возникают сильные, порой неожиданные раздражители, такие дети теряются и не справляются с деятельностью.

Таким образом, дети со слабым типом нервной системы лучше справляются с выполнением одних задач, с сильным — других.

Рассматривая подвижность нервных процессов, можно отметить следующее.

Школьники с высокой подвижностью быстрее справлялись с заданием, но при этом допускали ошибки.

Обладающие инертной системой работали плавно, равномерно, пунктуально выполняли задание, допуская минимальное количество ошибок, однако не всегда укладывались в отведенное время.

Для того чтобы как можно точнее определить тип темперамента ребенка, важно отметить наличие следующих черт:

- 1) активность — проявляется в том, насколько энергично ребенок тянется к новому, взаимодействует с окружающими, преодолевает препятствия;
- 2) амонациональность, о которой судят по тому, как легко сменяются эмоциональные состояния, насколько чуток ребенок к эмоциональным воздействиям, легко ли эмоция становится побудительной силой поступков;
- 3) моторика, выражающаяся в резкости, быстроте, амплитуде и других мышечных движениях.

Не следует списывать на темперамент элементарную невоспитанность ребенка, например: отсутствие выдержки — далеко не всегда свидетельство холерического темперамента, а следствие просчетов в воспитании при наличии любого типа темперамента.

Однако нельзя недооценивать действительно имеющих различий в типах темпераментов.

Знание этих различий позволит правильно понимать и адекватно реагировать на особенности поведения детей, находить к ним индивидуальный подход, варьировать воспитательные приемы.

По-разному дети относятся к отрицательной оценке педагога.

Оказалось, что ученика с сильной нервной системой это стимулирует к исправлению, а у ученика со слабым типом может возникнуть чувство подавленности, растерянности.

Особое внимание учителей часто привлекают дети-холерики и меланхолики.

Холериков следует всячески удерживать от проявления бурных эмоциональных вспышек, прививать привычку работать планомерно, спокойно, без спешки.

Меланхолики нуждаются в четком режиме, в повышении их самооценки, требовании поступков, связанных с преодолением трудностей.

Темперамент сказывается на чертах поведения, однако не предопределяет их обязательное проявление.

Общеизвестно, что при благоприятных условиях воспитания у меланхолика можно развить сильные волевые качества, а холерика научить сдерживать свои бурные эмоциональные вспышки.

Таким образом, знание темпераментов детей позволяет сделать воспитательный процесс более эффективным, при этом черты темперамента являются только одной из предпосылок развития характера человека.

2. Способности

1. Понятие о способностях. Виды способностей.

2. Способности, задатки и индивидуальные особенности людей.

3. Развитие способностей.

1. Термин «**способности**» широко используется не только в психологии, но и в других науках.

Рассмотрим, как трактуется это понятие.

1. Способности выступают как свойства души человека и включают в себя всевозможные психические процессы и состояния. Такая характеристика способностей является наиболее старой из имеющихся определений и в настоящее время уже практически не используется.

2. Способности — это такой уровень развития знаний, умений и навыков у человека, который позволяет ему успешно справляться с различными видами деятельности.

Такое определение широко применялось в XVIII—XIX вв., иногда используется и в наши дни.

3. Способности — это особенности человека, несводимые к знаниям, умениям, навыкам, но позволяющие быстро их приобретать и эффективно применять в практической деятельности.

В настоящее время именно это определение представляется наиболее точным и самым распространенным.

Б. М. Теплов в качестве основных признаков способностей выделяет следующие:

- 1) это индивидуально-психические особенности человека, отличающие одного от другого;
- 2) это не любые особенности, а только те, которые влияют на успешность выполнения деятельности;
- 3) не сводятся к уже имеющимся знаниям, умениям, навыкам.

Как правило, эффективность выполнения деятельности зависит не от одной, а от совокупности способностей.

Если одна способность не достаточно хорошо развита, то это может быть восполнено высоким уровнем развития другой.

Например, мало эмоциональная речь учителя может компенсироваться богатой информационной насыщенностью материала, интересными фактами.

Классификация способностей

1. Природные (естественные) и специфические человеческие (социальные).

Многие способности являются общими как для человека, так и для животных.

К таким общим, биологически обусловленным способностям, следует отнести восприятие, память, элементарное мышление и общение, в основном на уровне экспрессии.

В основном формирование этих способностей происходит на основе элементарных задатков через обучение.

Специфические человеческие способности (социальные) формируются как следствие следующих ситуаций:

- 1) существование социально-культурной среды, в которой отражается весь опыт, накопленный поколениями людей;
- 2) невозможность овладения некоторыми предметами лишь на основе природных задатков;
- 3) необходимость выполнения сложных видов деятельности с участием других людей;
- 4) существование рядом с ребенком людей, обладающих сформированными способностями и умеющими их передать в результате обучения и воспитания;
- 5) минимальное количество жестких врожденных форм поведения, незрелость мозговых структур, что позволяет психике развиваться под влиянием обучения и воспитания.

2. Общие и специальные способности.

Общие способности влияют на успешность выполнения различных видов деятельности.

Чаще всего к ним относятся умственные способности (например, широта ума, гибкость мышления), развитая память, точность и тонкость ручных движений.

Специальные способности предназначены для успешного овладения конкретным видом деятельности.

Классифицировать специальные способности достаточно сложно, так как по количеству их столько, сколько видов деятельности выполняет человек (например, музыкальные, художественные, математические, технические и др.).

Общие и специальные способности часто дополняют и обогащают друг друга, одновременно проявляясь в какой-либо деятельности.

3. Теоретические и практические способности.

Теоретические свидетельствуют о склонности к абстрактным рассуждениям, логическим умозаключениям, а практические — к успешности выполнения конкретных, практических действий.

Часто эти два вида не сочетаются друг с другом.

В народе говорят: «Этот — теоретик, а этот — хороший практик, все в руках спорится».

Однако у разносторонних, одаренных людей теоретические и практические способности хорошо взаимодействуют, дополняя друг друга.

4. Учебные и творческие способности.

Учебные способности проявляются при успешном овладении знаниями, умениями и навыками, формировании личностных качеств; творческие — при создании каких-то новых, до этого никем не созданных предметов материальной и духовной культуры.

5. Способности к общению, взаимодействию с людьми (коммуникативные) — предметно-деятельные или предметно-познавательные способности.

Первая группа способностей позволяет успешно контактировать с окружающими людьми.

Примерами является развитая речь и межличностное восприятие, адекватная оценка людей, способность располагать к себе, оказывать влияние и т. п.

Предметно-познавательные — это способности к различным видам теоретической и практической деятельности.

Для человека очень благоприятно, если оба этих вида взаимно дополняют друг друга. В этом случае развитие происходит полноценно и гармонично.

Таким образом, способности можно определить как индивидуально-психологические особенности, определяющие успешность выполнения деятельности и овладения знаниями, навыками, умениями.

2. Содержание понятия «способности» невозможно раскрыть без понятия «задатки».

Задатки — это предпосылки для развития способностей.

Многие считают задатками лишь врожденные свойства и качества, однако, если рассматривать процесс развития способностей поэтапно, то возможно выделение и приобретенных задатков.

Для того чтобы способность достигла высокого уровня, важно, чтобы она была хорошо сформирована на предыдущем этапе.

Например, высокий уровень развития математических способностей предполагает, что ребенком были хорошо усвоены элементарные математические знания, они и выступают в данном случае в качестве задатков.

Почему люди отличаются друг от друга наличием или отсутствием различных задатков? *А. Анастаси* отмечает: «Индивидуальные различия порождаются многочисленными и сложными взаимодействиями между наследственностью индивида и средой...».

Попробуем разобраться в этом взаимодействии.

Уже с момента появления ребенка на свет начинает проявляться как влияние наследственности, так и влияние среды.

Например, у новорожденных близнецов проявляются не только общие, но и отличительные черты (один более молчалив, чем второй и т. п.).

На первый взгляд парадоксальная ситуация: однойцевые близнецы, волей судьбы воспитывающиеся в различных жизненных условиях, оказываются более похожими, чем те, которые воспитывались вместе.

Такие неожиданные факты можно объяснить следующим: воспитывающиеся рядом дети не могут выполнять одинаковые роли в играх (например, в игре «Школа» действует только один учитель), кому-то необходимо уступать, им редко удается заниматься одним и тем же делом.

Неизбежно между близнецами начинают складываться иерархические отношения.

В случае раздельного воспитания в этом нет необходимости, и если ребенок от природы наделен организаторскими способностями, то они проявятся как у одного, так и у другого.

Таким образом, подобного рода исследования позволяют считать влияние среды более значимым, чем влияние наследственности.

Сравнительный анализ роли среды и наследственности можно осуществить при помощи следующих способов:

- 1) систематическое изменение условия обучения и воспитания;
- 2) всестороннее изучение особенностей психики и поведения у детей, воспитанных в условиях различных социальных и национальных культур, различных типах семей;
- 3) сопоставление особенностей психики и поведения гомозиготных (однойцевых) и гетерозиготных (разнойцевых) близнецов.

Отталкиваясь от проведенных исследований, ученые (*Б. М. Теплов, В. Д. Небылицын, В. М. Русалов*) делают выводы, что свойства нервной системы нельзя рассматривать в качестве задатков для развития способностей, однако «они образуют почву, на которой легче формируются одни формы поведения, труднее — другие» (Б. М. Теплов).

Свойства нервной системы — это устойчивые образования, поэтому педагогической задачей является не изменение отрицательных свойств, а нахождение наилучшего для каждого типа нервной системы метода обучения и воспитания.

Говоря о влиянии наследственности и среды на развитие интеллектуальных способностей, трудно дать однозначный ответ.

В одних ситуациях наследственность определяет формирование интеллектуальных способностей, в других такая связь не прослеживается.

Межполовые различия в формировании способностей также не имеют четкого выражения, однако могут возрастать по мере взросления.

Например, мужчины, занятые физическим трудом, могут иметь лучшую, по сравнению с женщинами, координацию движений, лучше ориентироваться в пространстве, понимать механические соединения.

Женщины, в свою очередь, обладают лучшими речевыми способностями, более ловкими движениями, превосходством в скорости восприятия, запоминания, счета.

Итак, социально-культурные факторы оказывают на формирование способностей более сильное влияние, чем биологические, однако и наследственность также крайне важна для их развития.

3. Многие человеческие способности начинают формироваться сразу же после рождения человека и в своем развитии проходят следующие этапы:

- 1) подготовка анатомо-физиологической базы будущих способностей (биологические задатки);
- 2) формирование задатков небιологического плана;
- 3) способность достигает необходимого уровня развития.

Указанные этапы могут либо протекать параллельно, либо в разной степени накладываться друг на друга.

В развитии дошкольника выделяются следующие этапы формирования способностей: происходит созревание необходимых органических структур и функциональных органов; работа всех анализаторов становится более совершенной; идет дифференциация участков коры головного мозга.

Все перечисленное создает благоприятную ситуацию для становления общих способностей, которые, в свою очередь, могут рассматриваться как задатки для формирования специальных способностей.

В этом же возрасте начинается развитие специальных способностей.

Младший и средний школьный возраст характеризуется ускоренным развитием специальных способностей, на что благоприятно влияют различные виды деятельности: учебная, игровая, трудовая. При этом желательно одновременно развивать дополняющие друг друга способности, например, для человека важна хорошо развитая речь, которая одновременно входит в состав интеллектуальных, коммуникативных и иных способностей.

Организуя деятельность детей по развитию способностей, взрослые должны обеспечить соблюдение следующих требований:

- 1) творческий характер деятельности;

- 2) уровень трудности должен быть оптимальным, т. е. трудно, но выполнимо;
- 3) необходимо создать должную мотивацию;
- 4) во время всего процесса выполнения деятельности и по ее окончании важно создавать положительный эмоциональный настрой у ребенка.

Таким образом, в своем развитии способности проходят определенные этапы, соотносящиеся с возрастными особенностями.

3. Характер

1. Определение характера.
2. Типология характеров.
3. Формирование характера.

1. **Характер** является отражением устойчивых черт личности, проявляющихся в деятельности и общении и выражающих отношение человека к людям и выполняемой работе.

Проявление характера можно наблюдать при выполнении какой-либо деятельности: одни предпочитают сложные виды деятельности, находя положительные эмоции в преодолении трудностей, других удовлетворяют простые виды.

В процессе общения о характере человека судят по его манере поведения, способах реагирования на поведение собеседников (деликатное поведение или бесцеремонное, вежливое или грубое и т. д.).

При этом значение имеют не столько особенности нервной системы человека, сколько уровень его воспитанности и культуры.

Мы говорим о характере, когда отмечаем степень самостоятельности человека, его трудолюбие и настойчивость, целеустремленность и упорство.

Когда человек проявляет противоположные качества и в деятельности, и в общении, о нем говорят, что он бесхарактерный.

Характер тесно связан с темпераментом, являясь таким же устойчивым и малоизменяемым, но, в отличие от темперамента, это прижизненное образование.

В структуре черт характера можно выделить следующие блоки:

- 1) система отношения к действительности;
- 2) волевые качества (подробнее рассмотрим в теме «Воля»).

В свою очередь система отношения к действительности подразделяется на:

- 1) отношение к коллективу, другим людям (честность, коллективизм, конформизм, эгоизм, душевность и т. д.);
- 2) отношение к выполняемой деятельности (рационализм, расчетливость, трудолюбие, бережливость и т. д.);
- 3) отношение к себе (самостоятельность, самооценка, эгоцентризм и т. д.).

Характер занимает центральное место в структуре личности, влияя на познавательные и эмоциональные процессы.

Он тесно связан с потребностями и интересами и явно проявляется тогда, когда удовлетворяются наиболее сильные и актуальные потребности.

В отличие от других личностных качеств характер формируется в достаточно раннем возрасте и отличается устойчивостью.

Например, интересы, социальные установки могут меняться в течение всей жизни человека.

Изменение характера возможно, но это происходит лишь в исключительных случаях, например, когда человек тяжело заболевает, попадает в ситуацию глубокого стресса и жизненного кризиса, в связи с возрастными изменениями, приводящими к глубоким органическим нарушениям в центральной нервной системе.

Таким образом, характер определяет индивидуальность и своеобразие личности.

2. На протяжении всей истории развития психологии предпринимались многочисленные попытки построить типологию характеров.

Исследователи исходили из следующих идей:

- 1) в процессе онтогенеза происходит довольно раннее становление характера, который затем на протяжении всей жизни остается более или менее устойчивым образованием;
- 2) структуру характера образует не случайное сочетание личностных качеств, а такое, которое позволяет различать и строить типологию;
- 3) опираясь на типологию, большинство людей можно отнести к соответствующим группам.

Рассмотрим наиболее известные типологии характеров.

Типология Э. Кречмера. в своей типологии **Э. Кречмер** исходил из зависимости личностных качеств от строения тела.

Выделялись следующие типы конституций:

- 1) **астенический** — это люди с тонкой кожей и узкими плечами, у них плоская грудная клетка, небольшой вес тела, слабо-развитая мускулатура, женщины отличаются малым ростом;
- 2) **атлетический** — люди с сильно развитой мускулатурой и скелетом, чаще всего среднего или высокого роста, с мощной грудной клеткой, плотной, высокой головой;
- 3) **пикнический** — это люди, склонные к полноте, их мышцы слабо развиты, шея короткая, рост средний.

Э. Кречмер сопоставил тип конституции с возможностью развития определенных психических заболеваний, так пикники склонны к развитию маниакально-депрессивного психоза, астеники и атлетики — к шизофрении.

Исходя из этого, выделяются такие типы характеров:

- 1) **шизотимик** — человек с тонко развитыми чувствами, аристократичный, склонный к отвлеченным размышлениям, холодный, отчужденный, властный и эгоистичный;
- 2) **циклотимик** — человек веселый и болтливый, с присущим легким отношением к жизни, задушевный, энергичный, склонный к юмору.

Опираясь на те черты характера, которые свидетельствуют об отношении к людям, **К. Леонгард** создает свою классификацию. Рассмотрим ее подробнее:

- 1) **гипертимный тип** — высокая контактность, словоохотливость, выраженность жестов, мимики и пантомимики. Не выдерживает до конца тему разговора, отклоняясь от нее. Не очень серьезно относится к служебным обязанностям и семейным обязательствам. Часто провоцируют конфликты. Оптимистичен и энергичен, часто легкомыслен. Легко раздражается;
- 2) **дистимный тип** — немногословность, замедленность в движениях, пессимизм и пассивность, низкая общительность, индивидуализм. Часто ведет замкнутый образ жизни, домосед. Низкая конфликтность, серьезен, объективен и добросовестен;
- 3) **циклоидный тип** — характерна частая смена настроений и, как следствие, смена способов общения;
- 4) **возбудимый тип** — малообщителен, отмечается замедленность в движениях и речи.

Часто бывает занудлив и угрюм; с ним трудно ужиться, так как нередко устраивает скандалы.

Если все складывается успешно, то это добросовестный, аккуратный человек, любящий маленьких детей и животных.

В неблагоприятных ситуациях раздражителен, вспыльчив, плохо контролирует свое поведение;

5) **застревающий тип** — общительность умеренная, иногда занудливость, чувствителен в социальной справедливости, но легко обижается в случае критики, мстителен, честолюбив, ревнив, стремится во всем быть первым;

6) **педантичный тип** — бюрократ, стремится все делать по правилам, надежен, аккуратен, добросовестен, но занудлив, брюзга, в конфликты вступает редко;

7) **тревожный тип** — робкий и неуверенный, с заниженной самооценкой, дружелюбный и самокритичный, общительность низкая, исполнительный, часто несет ответственность за те действия, которые не совершал;

8) **эмотивный тип** — свои обиды носит в себе, предпочитает узкий круг общения, присуще обостренное чувство долга, добр и сострадателен, слезлив;

9) **демонстративный тип** — легко устанавливает контакты с окружающими.

Жаждет власти и похвалы, обходителен и артистичен, способный увлечь других, но при этом эгоистичен, лицемерен, любит хвастать и отлынивать от работы;

10) **экзальтированный тип** — повышенная общительность и словоохотливость, влюбчивость, альтруизм.

Яркость чувств и хороший вкус, однако склонен к паникерству, подвержен сиюминутным настроениям;

11) **экстравертированный тип** — большое число друзей и знакомых, болтливость и легкомысленность, готовность внимательно выслушать, но при этом охотно распространяет слухи;

12) **интровертированный тип** — замкнутость, склонность к философствованию, упрямство, ригидность, принципиальность.

В отечественной психологии принята классификация акцентуаций характеров у подростков, разработанная *А. Е. Личко*. Подробнее о ней поговорим в теме «Психологические особенности подростка».

Знание типа характера позволяет предугадать поведение человека, что делает общение более эффективным.

3. Истоки формирования характера лежат в самом начале жизненного пути человека.

Ведущую роль в этом играют взаимоотношения с окружающими, прежде всего с матерью или с теми, кто непосредственно ухаживает за ребенком.

Сензитивным (наиболее благоприятным) периодом для становления характера ребенка является возраст от 2—3 до 9—10 лет.

Именно в это время процесс общения со взрослыми и сверстниками идет особенно активно.

Доверие к взрослым со стороны малыша безгранично, поэтому действенно и слово, и поступок, и действие.

Имеет значение и характер взаимоотношений взрослых друг с другом, который они демонстрируют на глазах у ребенка, их отношение к нему.

Впоследствии ребенок, став взрослым, именно такой способ общения начинает использовать в отношении собственных детей.

Характер общения матери с ребенком уже в первые месяцы его жизни влияет на формирование таких черт, как доброта и отзывчивость, общительность или, наоборот, эгоистичность и черствость, безразличие к людям.

Несколько позднее, в раннем и дошкольном возрасте, закладываются свойства характера, характеризующие отношение к деятельности: аккуратность, трудолюбие, добросовестность, ответственность и др.

Источником формирования этих качеств являются игры и доступные формы домашнего труда.

Взрослые должны поддерживать и закреплять те проявления, которые хотели бы видеть в структуре черт характера своего ребенка.

Начало поступления в школу способствует оформлению черт характера, связанных с отношениями между людьми.

Расширение круга общения (одноклассники, учителя) способствует этому оформлению.

Если усвоенные в дошкольном возрасте способы взаимодействия находят подкрепление в школьные годы, то чаще всего они устойчиво закрепляются на всю последующую жизнь.

Если же эти способы не поддерживаются, может начаться ломка характера, сопровождающаяся внешними и внутренними противоречиями.

Результат не всегда положителен. Чаще всего происходит частичное изменение черт характера, приводящее к некоторому компромиссу.

В школьные годы активно развиваются волевые качества, а в старших классах закрепляются базовые нравственные черты характера, определяющие мировоззренческую позицию человека.

К окончанию обучения в школе формирование характера можно считать сложившимся, и человек остается, в основном, узнаваемым в любых ситуациях для тех, кто его знал в школьные годы.

Итак, характер начинает формироваться уже с первых месяцев жизни и к концу школьного возраста его становление, как правило, заканчивается.

4. Воля

1. Понятие о воле.
2. Волевая регуляция поведения.
3. Развитие воли у человека, волевые качества.

1. Выполняя различные виды деятельности, человек руководствуется какими-то конкретными побуждениями, которые не всегда осознаются, либо осознаются не очень отчетливо, а соответствующие им действия не контролируются сознанием.

В этом случае говорят, что действия человека являются непроизвольными (страх, восторг, изумление и т. д.). Однако в большинстве случаев действия человека подлежат осознанию и контролю.

Тогда говорят о произвольных действиях, т. е. производных от воли.

Иногда для достижения поставленной цели человек не прикладывает каких-либо значительных усилий, например, чтение интересной книги.

Если же преодолеваются какие-то препятствия, прикладываются усилия, то такие действия являются волевыми.

Препятствия, стоящие на пути к достижению цели подразделяются на внешние (не зависящие от человека, например, опоздал на встречу, так как сломался автобус) и внутренние (зависят от желаний и активности самого человека, например, опоздал, потому что проспал).

Воля — это психическая деятельность человека, проявляющаяся при достижении цели и преодолении препятствий и трудностей, стоящих на пути к достижению этой цели.

Преодолевая трудности, человек прикладывает волевые усилия, проявляющиеся в нервно-психическом напряжении, благодаря чему происходит мобилизация моральных и интеллектуальных сил человека.

Воля проявляется в двух видах активности:

1) исполнительная волевая активность (человек сознательно выполняет распоряжения других лиц, руководствуясь чувством долга и пониманием ответственности в решении стоящих перед ним задач);

2) самостоятельная волевая активность (решения принимаются самостоятельно, но эта самостоятельность может проявляться на различных этапах выполнения деятельности).

Итак, воля присуща только человеку, она формируется в зависимости от условий материальной жизни общества.

2. Волевые действия могут быть **простыми и сложными**.

Простые волевые действия характеризуются ясностью и четкостью представления о том, как будет выполняться деятельность.

Элементами этого действия выступают цель, мотив, средства и способы выполнения.

Выделяются следующие этапы выполнения этого действия:

- 1) осознание цели желание ее достичь;
- 2) осознание имеющихся возможностей в достижении цели;
- 3) принятие решения;
- 4) исполнение решений, достижение цели.

Коренное отличие простого действия от сложного заключается в отсутствии разногласия между различными мотивами (борьбы мотивов), поэтому в **сложном волевом действии** присутствуют такие этапы выполнения:

- 1) осознание цели желание ее достичь;
- 2) осознание имеющихся возможностей в достижении цели;
- 3) появление мотивов, которые либо утверждают, либо отрицают существование этих возможностей;
- 4) борьба мотивов и выбор наиболее значимого;
- 5) выполнение решения.

Этап исполнения решения может проявляться двояко:

- 1) действие выполняется с помощью внешних поступков;

2) внешне действия не выполняются, человек воздерживается от них, например, воздерживается от употребления алкоголя и т. п.

Волевое действие завершается самооценкой эффективности достижения цели.

Таким образом, волевое действие включает в себя ряд последовательных этапов.

3. В структуре личности можно выделить волевые качества, значение которых в жизни человека очень велико.

Рассмотрим наиболее важные из них.

Целеустремленность проявляется в стремлении человека подчинить свое поведение достижению устойчивой жизненной цели.

Самостоятельность — это построение своего поведения в соответствии с собственными взглядами и убеждениями, однако самостоятельный человек всегда в состоянии прислушаться к чужому мнению.

Это положительное качество личности, от которого следует отличать отрицательные: негативизм и внушаемость.

Негативизм — это поведение наперекор чужому мнению, когда не признаются никакие советы, даже разумные.

Внушаемость — поведение строится в соответствии с чужими советами.

Решительность проявляется в способности человека быстро принимать адекватные решения и своевременно их выполнять. Решительными чаще всего бывают люди, которые:

- 1) хорошо знают свое дело;
- 2) уверены в своих силах и правоте;
- 3) выдержаны и мужественны.

Настойчивость — это способность человека, несмотря на трудности и препятствия, достигать поставленной цели.

От этого положительного качества следует отличать такое отрицательное как упрямство, когда человек пытается достичь цели, даже если она неразумна.

Упрямый человек, даже понимая, что он не прав, все равно продолжает настаивать на собственном мнении.

Выдержка (самообладание) — способность человека воздерживаться от нежелательных в данный момент действий и даже в сложных ситуациях не терять самообладания.

Противоположным отрицательным качеством является импульсивность, когда человек бросается выполнять действие по первому побуждению, не проанализировав последствий.

Мужество и смелость проявляются в стремлении человека достичь цели, несмотря на опасности.

Противоположное качество — трусость.

Дисциплинированность — это желание человека строить свое поведение в соответствии с общественными нормами.

Рассмотрим, по каким направлениям осуществляется развитие волевой регуляции.

1. Переход произвольных психических процессов в произвольные.
2. Выработка способности осуществлять контроль над собственным поведением.
3. Формирование волевых качеств.
4. Сознательное следование все более отдаленным целям, для достижения которых требуются значительные волевые усилия на протяжении длительного времени.

Волевая регуляция поведения совершенствуется в зависимости от уровня интеллектуального и личностного развития, особенно становления мотивационной сферы.

Особую роль в формировании волевых процессов у детей выполняет игровая и учебная деятельность.

Так, предметные игры формируют произвольность действий, сюжетно-ролевые — волевые качества личности, учебная деятельность способствует развитию произвольной регуляции познавательных процессов.

Следование определенным правилам поможет взрослым воспитать у ребенка сильную волю.

1. Не делайте за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно, или чему может научиться, а лишь обеспечивайте условия выполнения деятельности.
2. Поддерживайте чувство радости от достигнутого результата.
3. Подводите ребенка к рациональному решению, а не решайте за него.
4. Требуйте от себя того, что требуете от ребенка.
5. Предъявляемые требования должны быть обоснованы и выполнимы, обдуманно и немногочисленны.
6. Не требуйте проявления интереса при выполнении всех дел, некоторые следует выполнять автоматически.

Итак, волевые качества вырабатываются в процессе деятельности, при этом очень важен личный пример взрослого.

5. Эмоции и чувства

1. Понятие об эмоциях и чувствах.
2. Виды чувств.
3. Эмоциональные реакции и состояния.
4. Высшие чувства.
5. Развитие эмоций и чувств у детей.

1. «**Эмоции**» и «**чувство**» — очень близкие и чаще всего неотделимые друг от друга понятия, но все же они не тождественны.

Эмоции — это непосредственное переживание в конкретный промежуток времени.

Чаще всего они связаны с врожденными реакциями человека, его мотивами и потребностями.

Чувство — это черта личности, относительно устойчивое отношение к окружающему миру.

Неразрывность эмоций и чувств выражается в том, что чувства проявляются в конкретных эмоциях.

Например, любовь к близкому человеку проявляется в радости за его успехи и достижения.

Значение эмоций в жизни человека велико. Они помогают ориентироваться в происходящем, оценивая его с позиций желательности или нежелательности, под их воздействием человек может совершать невозможное, так как происходит мгновенная мобилизация всех сил организма.

Интересны взгляды психофизиолога *П. В. Симонова*, который полагал, что эмоции возникают тогда, когда появляется рассогласование между тем, что надо знать, и тем, что известно. П. В. Симонову принадлежит создание формулы эмоций

$$\mathcal{E} = (-\text{П})/(\text{Н}-\text{С})$$

где Э — эмоции,

П — потребность (в формуле она берется с отрицательным знаком «-»),

Н — информация, необходимая для удовлетворения потребности,

С — информация, которую можно использовать, то, что известно.

Из формулы можно сделать следующие выводы:

- 1) если $\Pi = 0$, то и $\mathcal{E} = 0$, т. е. нет потребности, нет и эмоций;
- 2) если $H = C$, то $\mathcal{E} = 0$, т. е. ситуация, когда человек обладает полной информацией и возможностями для удовлетворения потребности;
- 3) если $C = 0$, то \mathcal{E} — максимальна, так как при наличии потребности нет никакой информации о том, как ее удовлетворить. Это тот случай, о котором говорят: «Страшно не событие, а его ожидание»;
- 4) если C больше H , то возникают положительные эмоции.

П. В. Симонов в книге «Что такое эмоция?» приводит такую ситуацию: «Томимый жаждой путник движется по раскаленным пескам.

Он знает, что только через три дня может быть источник. Удастся ли пройти этот путь? Не занесло ли ручей песками? И вдруг, завернув за выступ скалы, человек видит колодец, не отмеченный на карте.

Бурная радость охватывает усталого путника. В тот момент, когда перед ним блеснуло зеркало колодца, путник стал обладателем исчерпывающих сведений о возможности утолить жажду, и это в ситуации, когда прогноз предсказывал три дня тяжелейших испытаний».

Однако эмоциональная жизнь гораздо богаче любой формулы, поэтому многие жизненные проявления не укладываются в нее.

Значение эмоций и чувств в жизни человека очень велико, они позволяют глубже понять все, что окружает человека и что с ним происходит.

2. В жизни человека присутствует огромное количество эмоций, которые подчас трудно объединить в какие-либо группы, поэтому существует и большое многообразие классификаций эмоций.

Назовем наиболее часто используемые:

- 1) положительные (вызывают приятные переживания) и отрицательные (вызывают неприятные переживания).

Следует отметить, что личные и общественные оценки знака эмоции не всегда совпадают, например, чувство вины неприятно для человека, а следовательно — это отрицательная эмоция, однако для общества эта эмоция явно положительная;

2) птенические (вызывают активность человека) и астенические (сковывают активность, провоцируя пассивное поведение);

3) В. Вундт предложил классификацию по трем направлениям:

- а) удовольствие — неудовольствие;
- б) напряжение — разрядка;
- в) возбуждение — торможение.

4) Современный американский исследователь К. Изард («Эмоции человека») предлагает делить эмоции на фундаментальные и производные.

К числу фундаментальных относятся интерес, радость, удивление, горе, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вина. Еще раз подчеркнем, что из-за многообразия эмоциональных проявлений трудно дать единую классификацию эмоций.

3. Внешнее выражение эмоций определяется как эмоциональная реакция. Выразительные движения способствуют лучшему взаимопониманию между людьми, являясь произвольным сопровождением речи.

Понимая язык эмоций, можно найти нужные слова, верный тон в общении, поддержать нуждающегося в этом человека.

Исследования показали, что наиболее информативными в эмоциональных реакциях являются глаза и рот человека.

Так, подсчитано, что в произведениях *Л. Н. Толстого* встречаются описания 85 оттенков выражения глаз и 97 — улыбки.

В одном экспериментальном исследовании изучалось, какая часть лица — глаза или рот — определяют его выражение.

В эксперименте горизонтально разрезались пополам фотографии лица одного и того же человека, где изображались различные эмоции: смех, удивление, страдание и т. д.

Затем склеивались в одну фотографии с выражением различных эмоций.

Задача испытуемых — определить, какая эмоция выражается. Оказалось, что в определении эмоции ведущая роль принадлежит рту, так как именно по его выражению и определялась эмоция.

Язык эмоций — это язык, понятный без переводчика, однако следует помнить, что существуют культурные и национальные особенности, которые определяются обычаями и традициями.

Например, в некоторых африканских странах смех выражает изумление, а в отдельных странах Азии отрывка у гостя после угощения означает полное удовлетворение.

Если эмоции проявляются в течение относительно длительного периода, то можно говорить об эмоциональном состоянии.

Наиболее распространенными из них являются настроение, аффект, фрустрация и стресс.

Настроение захватывает человека на протяжении некоторого времени, но это относительно слабо выраженное состояние и может меняться довольно часто.

Возникновение того или иного настроения зависит от многих причин, которые далеко не всегда осознаются человеком, поэтому иногда может казаться, что появление плохого или хорошего настроения никак не объяснимо.

Аффект — быстро возникающее и бурно протекающее эмоциональное состояние, которое характеризуется нарушением сознательного контроля своих действий, неспособностью адекватно оценивать происходящее.

В развитии аффективного состояния можно выделить несколько стадий. На начальном этапе человек испытывает сильное желание поддаться охватившему его чувству (гневу, страху и т. п.).

При этом расстраиваются мелкие движения, проявление выразительных реакций не контролируется.

Однако на этой стадии человек еще может овладеть собой и затормозить развитие аффекта.

Например, посчитать до 10, глубоко подышать, заняться механической работой и т. п. Если этого не происходит, то наступление аффекта неизбежно.

Человек полностью утрачивает контроль над собой, его действия безрассудны. По окончании аффективной вспышки наступают разбитость и опустошенность, упадок сил, иногда человек засыпает.

Стресс — это понятие ввел *Г. Селье*, который определял его как состояние сильного и длительного психологического напряжения, возникающего в результате перегрузки нервной системы.

Нельзя однозначно отрицательно относиться к стрессовой ситуации, так как на фоне разрушительного воздействия на человека стресс может и мобилизовать ресурсы организма для достижения высоких результатов, например, в спортивных состязаниях.

Тем не менее если напряжение длительное и очень сильное, то оно не проходит бесследно и чревато возникновением соматических заболеваний, усталостью, безразличием, депрессией.

В протекании стресса выделяется три фазы:

- 1) реакция тревоги, отличающаяся большим напряжением в функционировании организма, к концу фазы устойчивость к конкретному стрессору повышается;
- 2) стабилизации, где выведенные из равновесия функции устанавливаются на новом уровне;
- 3) истощение.

Фрустрация — эмоциональное состояние, возникающее в ситуации, когда невозможно достигнуть цели вследствие постоянно возникающих препятствий.

Может иметь две формы выражения: агрессия или депрессия. Основной причиной возникновения является неспособность человека выносить длительные эмоциональные напряжения, плохая выносливость.

Таким образом, эмоции имеют целый ряд внешних и внутренних проявлений, которые изменяют жизнедеятельность человека.

4. Чувства, как и эмоции, классифицировать сложно, и психология не располагает общепринятой классификаций.

Упрощенно чувства можно подразделить на нравственные, интеллектуальные и эстетические.

Нравственные (моральные) чувства свидетельствуют об отношении человека к другим людям, обществу, в основе их проявления лежат моральные нормы, которыми человек руководствуется при организации своего поведения.

В качестве примера можно выделить чувство любви (в широком и узком смысле), сострадания, преданности, гуманности и др.

Интеллектуальные чувства возникают в процессе познавательной деятельности и отражают отношение человека к этой деятельности.

Психология располагает неопровержимыми доказательствами глубокой связи между мыслительными и эмоциональными процессами, где чувства регулируют ход интеллектуальной деятельности.

Примерами таких чувств являются любознательность, сомнение, радость открытия, любовь к истине и др. *А. Эйнштейн* писал:

«Самая прекрасная и глубокая эмоция, какую мы можем испытать, это ощущение тайны.

В ней источник всякого подлинного знания». *В. А. Сухомлинский* подчеркивал значение чувства удивления в интеллектуальном развитии ребенка, отмечал, что отсутствие или утрата этого чувства не стимулирует познание тайн бытия, обедняет внутренний мир ребенка.

Эстетические чувства отражают отношение человека к различным сторонам жизни, их выражению в искусстве, проявляются в художественных вкусах, в оценках и т. п.

Эти чувства являются продуктом культурного развития личности, показателем ее зрелости.

Примерами является чувство прекрасного, эстетического наслаждение, чувство юмора и др.

Чувства человека отличаются стабильностью и обобщенностью, невозможностью сведения их к конкретным эмоциональным переживаниям.

5. Непосредственно в момент рождения ребенка появляется и первая эмоциональная реакция — крик.

Уже на первом месяце жизни возникает улыбка, а в 2—2,5 месяца — «комплекс оживления», т. е. эмоциональные реакции (движение ручками, ножками, улыбка) при появлении взрослого и обращении его к младенцу.

В дошкольном возрасте эмоции и чувства крайне неустойчивы, однако очень разнообразны, например, интерес, гнев, удивление, отвращение, радость и т. п.

В школьном возрасте под влиянием обучения активно формируются высшие чувства.

Младшие школьники еще недостаточно хорошо владеют своими эмоциями, но подростки на фоне роста моральных чувств достаточно хорошо осознают свои эмоциональные переживания.

Существуют самые разнообразные пути воспитания эмоций. Музыка, живопись, экскурсии на природу, художественная литература — всем хорошо известные способы развития эмоциональной сферы детей.

Полезно учить детей распознавать и передавать эмоциональное состояние при помощи мимики и пантомимики, это позволит им в дальнейшем лучше понимать других людей. Тренировать эти умения можно при помощи шаблонов-пиктограмм, которые представляют схематичное выражение какой-либо эмоции.

Эмоциональную сферу детей можно развивать через игру. Игры служат той средой, где малыш проявляет свои эмоции и чувства, учится общаться.

Важно, чтобы у ребенка была такая игрушка (лучше мягкая), которой он пожалуется, поругает, пожалует ее и т. п.

Она же защитит и от одиночества, если в силу обстоятельств малыш должен остаться один.

В развитии детской эмоциональности значительна роль сказок. Чтение сказок — это никак не просто интересное времяпрепровождения, а один из способов развития внутреннего мира самого ребенка и его способности понимать внутренний мир другого человека.

Итак, в развитии эмоционального мира детей можно использовать самые разнообразные способы и приемы.

ЛЕКЦИЯ №4. Психология возрастных различий

1. Психическое развитие ребенка младенческого возраста

1. Врожденные формы психики и поведения.
2. Развитие познавательной сферы.
3. Личностные новообразования младенчества.

1. Ребенок появляется на свет беспомощным, имеющим лишь очень ограниченный набор **безусловных рефлексов** (сосательный, ориентировочный, оборонительный) и некоторых двигательных — **атавистических рефлексов** (цеплятельный, плавательный, отталкивания).

К моменту рождения ребенка кора больших полушарий мозга еще полностью не сформировалась: количество отростков у нервных клеток очень мало и они еще не покрыты миелиновой оболочкой.

Результатом является быстрое распространение возбуждения по коре и трудность образования условных рефлексов.

Однако такое обстоятельство следует рассматривать как положительное, так как младенец обладает большими возможностями для усвоения нового опыта.

Эксперименты, проводимые с детьми, возраст которых всего 1,5 суток, показали, что при воздействии на орган зрения цветовых раздражителей в коре регистрируются различные электрические потенциалы, что означает возможность формирования условных рефлексов.

Укажем некоторые условные рефлексы, которые образуются у ребенка уже на первом месяце жизни.

Рефлекс голодного возбуждения может сформироваться уже на 5–7 день жизни.

Если ребенка кормить строго через определенные периоды времени, то он быстро привыкает к режиму, просыпается и криком показывает, что ему пора есть.

Рефлекс на положение под грудью проявляется к концу второй недели жизни.

Его суть в следующем: если с первых дней жизни мать кормит ребенка грудью, для чего берет его на руки и придает определенное положение под грудью, то уже на 9–15 день матери достаточно взять ребенка на руки и придать обычное для кормления положение, чтобы младенец начал производить сосательные движения, хотя слизистая рта ребенка не раздражается.

Итак, в новорожденный период еще возможно наблюдать проявление врожденных форм поведения, формирование же условных рефлексов начинается на первом месяце жизни.

2. Процесс познания окружающего мира начинается с момента рождения.

Первым активно развиваться начинает зрение. Месячный ребенок способен производить следящие движения глазами, сначала в горизонтальной плоскости, затем в вертикальной, а к двум месяцам начинают фиксироваться элементарные движения глаз.

На втором месяце жизни возникает зрительное сосредоточение, однако вплоть до 2–4 месячного возраста зрение младенца еще относительно слабое.

Примерно со второго месяца младенец способен различать простые цвета, а на 3–4 — формы предметов.

Вероятно, что за две первые недели жизни у новорожденного сформировался единый образ лица и голоса матери.

Как показали наблюдения и эксперименты, младенец проявляет беспокойство, если он видит лицо матери, но слышит совсем другой голос, и, наоборот, если видит незнакомого человека, который говорит голосом матери.

На втором месяце жизни ребенок начинает проявлять эмоционально-двигательное возбуждение, если взрослый начинает с ним общаться («комплекс оживления»).

3–4 месячный малыш своим поведением демонстрирует предпочтение общению со знакомыми ему людьми.

Около восьми месяцев ребенок беспокоится, если видит незнакомого человека или попадает в незнакомую обстановку, даже если рядом находится мама.

Это чувство боязни продолжает прогрессировать и достигает максимума примерно к 14–18 месяцам жизни ребенка, а затем постепенно угасает.

В такой реакции, вероятно, проявляется чувство самосохранения, когда ребенок начинает осваивать новые пространства в связи с прямо хождением, а защитные реакции еще слабы.

Вскоре после рождения ребенок в состоянии различать тембр, громкость и высоту звуков, после 3–4 месяцев узнает лицо и голос матери в любое время дня, а в 8–12 месяцев — предметы, причем даже по отдельным частям.

В это время начинается активный поиск внезапно исчезнувших из поля зрения предметов, что говорит о способности ребенка сохранять в памяти образ предмета.

Самостоятельное передвижение в пространстве приводит к развитию восприятия глубины у младенца.

В течение второго полугодия первого года жизни ребенок может восстановить образ предмета по памяти.

Таким образом, восприятие и память начинают развиваться уже с первых дней жизни, постепенно совершенствуясь и развиваясь.

В развитии речи младенца можно выделить следующие этапы:

- 1) в первый месяц жизни наблюдается повышенный интерес к человеческой речи;
- 2) в возрасте около месяца начинается произнесение простейших звуков;
- 3) в 2–4 месяца ребенок как бы «кряхтит», «гукает»;
- 4) в 4–6 месяцев наблюдается повторение простых слогов, «гуление» — протягивание гласных;
- 5) с 6 месяцев в речи ребенка появляются слоги, лепет;
- 6) в 9–10 месяцев младенец способен произнести первые слова.

Во второй половине первого полугодия ребенок начинает выразительными движениями реагировать на речь взрослого, что может свидетельствовать о понимании младенцем этой речи, хотя первоначально дети лучше понимают жесты, чем слова.

В 6–6,5 месяцев ребенок способен связать предмет со словом, его обозначающим.

К концу первого года жизни малыш понимает приблизительно 10–20 слов. 7–8 месячный ребенок выполняет простые движения в соответствии со словесной инструкцией, а в последние месяцы первого года может устанавливать простейшие связи между предметами. Эти отношения между предметами устанавливаются при помощи практических проб, что является проявлением наглядно-действенного мышления.

Как правило, малыш понимает связи между теми предметами, которые ему показал взрослый.

Таким образом, к концу младенческого возраста на основе организованных взрослыми действий возникают элементарные формы мышления, первые слова, активно развивается пассивная речь.

3. Утверждение, что личностное развитие ребенка начинается с 2–3 лет, не совсем верно. Это справедливо лишь в отношении проявления внешних признаков, однако процесс образования этих личностных свойств начинается гораздо раньше их внешне-го проявления.

Такие выводы можно сделать, исходя из следующих положений:

- 1) никакое психологическое качество сразу же в готовом виде не появляется;
- 2) многие личностные качества проявляются лишь по прошествии довольно длительного времени с того момента, когда они начали формироваться.

Таким образом, можно предположить, что личностное формирование ребенка начинается уже на первом году жизни, но внешне это проявляется позднее.

Есть данные, говорящие о том, что многие личностные качества, проявляющиеся, прежде всего, в отношениях с другими людьми, корнями уходят во взаимоотношения матери с младенцем.

Уже с первых дней жизни малыши своеобразно реагируют на речь взрослых, воспроизводя в движениях ритм произносимых слов.

Производился покадровый анализ видеозаписи движений рук и пальцев новорожденного, который показал, что при обращении к нему взрослого ритм их микродвижений совпадал.

Такое синхронное взаимодействие до сих пор выявлено только у человека.

Экспериментально также удалось выявить у новорожденных способность к подражанию.

Даже шестидневные малыши высовывают язык, открывают рот, глаза, если подобные движения производит мать, и это не является результатом совпадения.

Итак, личностное развитие ребенка начинается уже на первом году жизни.

2. Особенности психики и поведения в раннем возрасте

1. Общая характеристика развития ребенка от года до трех лет.
 2. Предметная и игровая деятельность в раннем возрасте.
 3. Познавательное развитие ребенка раннего возраста. Развитие речи.
 4. Развитие личности в возрасте от года до трех лет. Кризис «Я сам».
1. На втором году жизни в развитии ребенка начинается новый этап.

Малыш активно растет, прибавляет в весе. Происходит перестройка функционирования организма.

Именно поэтому от взрослых требуется повышенное внимание к охране ребенка от физических перегрузок, защите от инфекционных заболеваний.

Ранний возраст очень значим в становлении психики, поведения, личностного развития ребенка, так как велики те качественные преобразования, которые с ним происходят.

Психологи даже склонны предположить, что три года — это середина пути развития от рождения до зрелости.

По сравнению с новорожденным трехлетний малыш владеет многими предметами домашнего обихода, пользуется ложкой, способен к самообслуживанию, общается с окружающими при помощи активной речи, в состоянии следовать элементарным правилам поведения.

Выделим основные достижения раннего возраста, влияющие на психическое развитие ребенка:

- 1) овладение прямой походкой;
- 2) овладение активной речью;
- 3) развитие предметной деятельности.

Остановимся подробнее на роли прямохождения для психического развития ребенка.

В результате самостоятельного перемещения ребенку становится доступным более широкий круг предметов, с которыми он может взаимодействовать, используя не только руки и глаза, но и все туловище, ноги.

Это не только игрушки, но и предметы домашнего обихода: посуда, обувь, мебель и др. Движения ребенка при этом становятся

более согласованными и точными, скоординированными, что ведет к развитию устойчивости внимания, точности восприятия, формированию волевых качеств.

Самостоятельное хождения приводит к знакомству с крупными предметами, ребенок получает возможность узнать их с различных сторон, усваивая таким образом понятия величины, формы; учится ориентироваться в пространстве, развивая глазомер. Преодолевая трудности и препятствия, встречающиеся у него на пути, малыш решает задачи при помощи практических действий, тренируя свое мышление и волевою сферу, получает при этом разнообразные эмоции.

Таким образом, овладение прямой походкой существенно влияет на психическое развитие ребенка на втором году жизни.

2. В раннем возрасте ведущим видом деятельности является предметная деятельность, а в результате действий с предметами активно развивается психика ребенка.

Из всех действий, которые осваивает ребенок в раннем детстве, наиболее значимыми для развития психики являются соотносящиеся и орудийные.

Соотносящиеся действия направлены на приведение предметов или их частей к какому-либо взаимному соответствию, например, складывание пирамидки, матрешек.

Орудийные действия предполагают воздействие одного предмета (орудие) на другие, например, применение ложки во время еды, совочка для игры в песке.

К концу раннего детства начинают складываться и другие виды деятельности, которые будут активно востребованы за пределами этого возраста.

Это, прежде всего, сюжетно-ролевая игра и продуктивные виды деятельности (рисование, лепка, конструирование).

В ролевой игре действия с предметами становятся вторичными, а на первый план выходит воспроизведение трудовых действий и общественных отношений.

Содержание начальных игр включает всего два-три действия, к трехлетнему возрасту ребенок осваивает сюжетные игры. На третьем году жизни дети начинают широко использовать в играх предметы-заместители (например, вместо градусника — палочка),

что является важным приобретением в психическом развитии ребенка.

Рисование начинает формироваться уже около года, когда ребенок еще только способен держать в руке карандаш.

Сначала дети изображают каракули, усматривая в них какие-то образы, к трем годам излюбленным рисунком становится закругленная линия, с помощью которой изображаются практически все объекты и предметы (стадия «головоногов»).

Конструирование еще элементарное. Ребенок копирует образцы, показанные взрослыми.

Итак, наибольшее влияние на психическое развитие ребенка оказывает предметная деятельность, но все более активно развиваются другие виды деятельности.

3. Начало раннего возраста характеризуется несовершенством в развитии познавательных процессов.

Это относится и к восприятию. Ребенок ориентируется в окружающей обстановке и предметах, однако часто ориентировка происходит на основе какого-либо одного, бросающегося в глаза признака, например, ребенок обозначает словом «пти» (птичка) все предметы, у которых есть выступ — клюв.

Сравнение предметов происходит посредством внешних действий, но к концу возрастного этапа в простых случаях может осуществляться при помощи зрения.

На третьем году жизни часто в качестве постоянного образца для сравнения ребенок использует хорошо знакомые предметы (треугольные предметы — «как домик», «как крыша», овальные — «как яичко» и т. п.).

В этом же возрасте ребенок способен различать такие формы, как круг, овал, квадрат, прямоугольник, многоугольник, и все основные цвета спектра.

Ведущим видом мышления в раннем возрасте является наглядно-действенное, тем не менее ребенок уже способен простые мыслительные действия выполнять в уме.

В элементарных случаях дети могут производить обобщения по таким существенным признакам, как цвет, форма, величина.

Ранний возраст — это наиболее благоприятный (сензитивный) период для овладения речью.

Около года ребенок умеет произносить отдельные слова, его словарный запас составляет от 4 до 10 слов.

Примерно в два года малыш говорит простыми предложениями, а к четырем — почти так же, как и взрослые.

Развитие речи идет по следующим направлениям:

- 1) совершенствование понимания речи (пассивная речь);
- 2) формируется собственная активная речь.

Подробнее остановимся на развитии активной речи.

Словарный запас ребенка 1,5 лет составляет от 30–40 до 100 слов, к концу двух лет — примерно 300 слов, а к трем годам — уже 1200–1500 слов.

В возрасте от года до полутора лет ребенок начинает называть вещи своими именами, но при этом усваивает лишь отдельные свойства предметов.

На начальном этапе овладения речевой структурой ребенок усваивает слоги, вначале ударные, затем удвоенные и однослоговые слова.

В это время еще не происходит построение предложений, а в качестве таковых выступает одно, позже два слова, не изменяющихся по родам и падежам.

В 1,5–2 года речь ребенка еще мало похожа на речь взрослого человека. Такая речь называется автономной.

Взрослым не следует поддерживать эту речь, иначе она может сохраняться длительное время.

Овладение речью имеет огромное значение для различных сторон психического развития ребенка, под ее влиянием перестраиваются психические процессы ребенка, благодаря чему начинается активное познание окружающего мира.

4. На протяжении раннего возраста происходит постепенное усвоение ребенком человеческих форм поведения. Малыш хочет получить от взрослого похвалу и огорчается, если им недовольны. Продолжает формироваться чувство симпатии по отношению к другим людям, что может выражаться в сочувствии, желании поделиться игрушками.

В этом периоде происходит усвоение ребенком своего имени. Малыш достаточно рано отождествляет себя со своим именем, отстаивает право на него и протестует, если его ошибочно называют другим именем.

К концу 3-го года жизни появляется осознание себя как отдельной личности, что свидетельствует о начале кризиса, который психологи называют «Я сам».

Этот кризис имеет очень яркие внешние проявления. Назовем самые яркие симптомы.

1. **Негативизм** — ребенок не хочет что-либо делать только потому, что это предложил взрослый.
2. **Упрямство** — ребенок настаивает на чем-то не потому, что этого сильно хочется, а потому, что не хочет уступить.
3. **Строптивость** — недовольство по всякому поводу.
4. **Своеволие, своеправие** — стремление ребенка к самостоятельности, желание все делать самому.

Перечисленные признаки являются основными, характерными для большинства детей, однако психологи выделяют и ряд второстепенных симптомов.

5. **Протест (бунт)** — поведение приобретает протестный характер, часто возникают ссоры с родителями, братьями, сестрами.
6. **Обесценивание** — ребенок начинает употреблять ругательные слова, ломает игрушки и т. п.
7. В семье с единственным ребенком возможно проявление **деспотизма**, с несколькими детьми — **ревности** по отношению к родителям.

В период этого кризиса происходит перестройка социальной позиции ребенка по отношению к окружающим людям, возникают мотивы, связанные с проявлением личности ребенка.

Взрослым следует помнить, что осознание детьми своих возможностей, как правило, не соответствует самим возможностям, поэтому надо чаще создавать игровые ситуации, где возможно разрешить возникающие конфликты.

Таким образом, в период раннего детства происходит перестройка социальных взаимоотношений личности ребенка и окружающих его людей.

3. Психология дошкольника

1. Предметная деятельность и игра в дошкольном возрасте.
2. Познавательные процессы дошкольника.
3. Развитие личности в дошкольном возрасте.
4. Готовность ребенка к обучению в школе.

1. Ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте становится игра. Однако на протяжении всего возрастного периода игровая деятельность претерпевает существенные изменения.

Младшие дошкольники (3–4 года) в основном играют в одиночку.

Продолжительность игр, как правило, ограничивается 15–20 минутами, а сюжетом является воспроизведение действия тех взрослых, за которыми они наблюдают в повседневной жизни.

Средние дошкольники (4–5 лет) предпочитают уже совместные игры, в которых главным является имитация отношений между людьми.

Дети четко следят за соблюдением правил в выполнении ролей. Распространены тематические игры с большим количеством ролей.

Впервые начинают проявляться лидерские и организаторские способности.

В среднем дошкольном возрасте активно развивается рисование. Характерен схематичный, рентгеновский рисунок, когда прорисовывается то, что внешне не просматривается, например, при изображении в профиль прорисовываются оба глаза.

Начинают вызывать активный интерес игры-соревнования, которые способствуют формированию у детей мотивов достижения успехов.

Старший дошкольник (5–7 лет) способен играть длительное время, даже в течение нескольких дней.

В играх большее внимание обращается на воспроизведение морально-этических норм.

Активно развивается конструирование, в процессе которого ребенок усваивает простейшие трудовые навыки, знакомится со свойствами предметов, развивает практическое мышление, учится пользоваться инструментами, предметами обихода.

Рисунок ребенка становится объемным, сюжетным.

Таким образом, на протяжении дошкольного детства последовательно развиваются и совершенствуются игры с предметами, сюжетно-ролевая игра, конструирование, рисование, домашний труд.

2. В дошкольном возрасте активно развивается сенсорная сфера. Ребенок совершенствуется в точности восприятия цвета, величины, формы, веса и т. д. Он способен заметить различие между разновысотными звуками, звуками, похожими по произношению, усвоить ритмический рисунок, определить положение предметов в пространстве, промежутки времени.

Восприятие ребенка-дошкольника будет более точным, если вызывается яркими раздражителями и сопровождается положительными эмоциями.

К старшему дошкольному возрасту резко возрастает осмысленность восприятия, т.е. представления об окружающем расширяются и углубляются.

Мышление дошкольника представлено тремя видами: наглядно-действенным, наглядно-образным, словесно-логическим. В начале дошкольного периода большинство задач ребенок решает с помощью практических действий.

К старшему дошкольному возрасту ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление. На фоне его бурного развития начинает закладываться фундамент логического мышления, которое будет столь необходимым в период школьного обучения.

Внимание ребенка на протяжении всего дошкольного возраста продолжает оставаться произвольным, хотя и приобретает большую устойчивость и сосредоточенность.

Правда, чаще всего ребенок бывает сосредоточенным, если занимается интересной, захватывающей деятельностью.

К концу дошкольного периода ребенок способен сохранять устойчивое внимание при выполнении интеллектуальной деятельности: решении головоломок, отгадывании ребусов, шарад, загадок и т. п.

Память дошкольника имеет следующие особенности:

- 1) наиболее развита образная память, в том числе такая ее разновидность, как эйдетическая;
- 2) запоминание происходит лучше, если оно организовано в ходе игровой деятельности, характерно произвольное запоминание;
- 3) при постановке мнемической задачи запоминание происходит механически, т. е. путем повторения;

- 4) дошкольник с удовольствием слушает уже слышанное ранее, таким образом тренируя свою память;
- 5) хорошо развита эмоциональная память, большая впечатлительность ребенка приводит к тому, что мы сохраняем большое количество ярких образов детства.

Рассмотрим особенности воображения дошкольника:

- 1) образы воображения легко возникают.
- 2) «продукты» фантазии отличаются противоречивостью: с одной стороны, ребенок «страшный» реалист («Так не бывает»), с другой — большой фантазер;
- 3) образы воображения дошкольника отличаются яркостью, эмоциональностью, оригинальностью замыслов, хотя чаще всего эти замыслы отталкиваются от уже ранее известного (воссоздающее воображение);
- 4) часто фантазии ребенка направлены на будущее, хотя в этих образах он очень непостоянен.

В дошкольном возрасте продолжает активно совершенствоваться речь ребенка. Этому способствует игровая деятельность, по ходу которой дети договариваются о правилах, распределяют роли и т. д.

Идет овладение нормами грамматики, склонениями и спряжениями, сложными предложениями, правилами употребления соединительных союзов, суффиксов и приставок.

В качестве средства общения ребенок употребляет речь следующих видов:

- 1) ситуативную;
- 2) контекстную;
- 3) объяснительную.

Ситуативная речь часто бывает понятной лишь собеседнику, посторонним остается недоступной, в ней много словесных шаблонов, наречий, отсутствуют имена собственные, выпадает подлежащее.

По мере овладения ребенком более сложными видами деятельности, речь становится развернутой, включая пояснения ситуации.

Такая речь называется контекстной. В старшем дошкольном возрасте у ребенка складывается объяснительная речь, когда сохраняется последовательность изложения, выделяется главное.

В дошкольном возрасте достаточно часто встречается и эгоцентрическая речь.

Это промежуточный вид между внешней и внутренней речью и выражается в комментировании своих действий вслух, ни к кому конкретно при этом не обращаясь.

Итак, в дошкольном возрасте возрастает произвольность действий и психических процессов ребенка, углубляются и расширяются знания об окружающем мире.

3. Личностное развитие дошкольника включает:

- 1) понимание окружающего мира и своего места в этом мире;
- 2) развитие эмоциональной и волевой сферы.

Отношение взрослого к ребенку во многом определяет становление его личности.

При этом важным становится соблюдение норм общественной морали. Дошкольник эти нормы может усваивать следующими способами:

- 1) подражая близким людям;
- 2) наблюдая за трудом взрослых;
- 3) слушая чтение рассказов, сказок, стихов;
- 4) подражая сверстникам, которые пользуются вниманием со стороны взрослых;
- 5) через средства массовой информации, прежде всего телевидение.

Младшие дошкольники усваивают культурно-гигиенические навыки, распорядок дня, правила обращения с игрушками, книгами; средние и старшие дошкольники — правила взаимоотношения с другими детьми.

В дошкольном возрасте начинает активно формироваться самосознание ребенка, что проявляется в самооценке.

На начальном этапе ребенок учится оценивать персонажей сказок, рассказов, затем переносит эти оценки на реальных людей, и только к старшему дошкольному возрасту начинает складываться умение правильно оценивать себя.

На протяжении всего дошкольного возраста чувства сопровождают поведение ребенка.

Малыш еще не в состоянии полностью контролировать свои эмоциональные переживания, его настроение может быстро меняться на противоположное, однако с возрастом чувства приобретают большую глубину и устойчивость.

Повышается «разумность» чувств, что объясняется ускорением умственного развития.

Все чаще можно наблюдать проявление таких чувств, как чувство радости и гордости за выполненное дело, или противоположных — чувств огорчения и стыда, если дело не выполнено, чувство комического (дети придумывают словесные перевертыши), чувство прекрасного.

К концу дошкольного возраста ребенку в некоторых случаях удается сдерживать бурные проявления чувств.

Он постепенно овладевает пониманием невербального языка эмоций.

Таким образом, личностное развитие ребенка в дошкольном возрасте происходит в результате активного взаимодействия с взрослыми людьми.

4. Подробнее остановимся на рассмотрении психологической готовности к обучению в школе, под которой понимается «необходимый и достаточный уровень психического развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в коллективе сверстников» (*И. В. Дубровина*, 1997).

Иными словами, ребенок, находясь в группе сверстников, должен быть в состоянии усваивать школьный материал.

Существуют различные мнения на предмет выделения параметров психического развития ребенка.

Л. И. Божович выделяла: уровень мотивационного развития, включающий познавательные и социальные (стремление занять определенную позицию в группе сверстников) мотивы учения; достаточный уровень развития произвольности и определенный уровень развития интеллектуальной сферы, при этом приоритет отдавался мотивационному развитию.

Готовность к школьному обучению предполагает сформированность «внутренней позиции школьника», что означает способность ребенка сознательно ставить и исполнять определенные намерения и цели.

Большинство исследователей одно из главных мест отводят произвольности. *Д. Б. Эльконин* выделял в качестве основных такие умения, как сознательное подчинение своих действий правилу, ориентировка на заданную систему требований, внимательное слушание говорящего и точное выполнение задания, предлагаемого в устной форме.

Указанные параметры и являются элементами развитой произвольности.

Для успешного обучения в школе также важна сформированность умения общаться со взрослыми и сверстниками, готовность к принятию новой социальной позиции: «позиции школьника».

Интеллектуальная готовность к школьному обучению прежде всего складывается не из суммы усвоенных знаний, а из уровня развития познавательных процессов, т. е. способности ребенка рассуждать, анализировать, сравнивать, делать выводы и т. д. При этом крайне важен хороший уровень речевого развития.

Обобщая вышеназванные подходы, можно выделить три аспекта готовности к школьному обучению: интеллектуальный, эмоциональный, социальный.

Интеллектуальный компонент выражается в уровне кругозора, определенном словарном запасе, уровне развития познавательных процессов (восприятия, памяти, внимания, мышления и воображения, речи) и умении выделять учебную задачу.

Эмоциональная готовность — это умение ребенка длительное время выполнять малопривлекательное задание, не отвлекаясь, снижение импульсивных реакций, способность ставить цель и достигать ее, несмотря на трудности.

Социальный компонент проявляется в возможности и желании общаться со сверстниками, подчиняться законам детской группы, в готовности принять статус ученика.

Некоторые исследователи акцентируют внимание на мотивационной готовности, которая проявляется в ярко выраженной потребности в достижении успехов в учебе и общении, наличии адекватной (соответствующей истинному положению) самооценки, умеренно высоком уровне притязаний (стремлении достичь чего-либо). Итак, у психологически готового к обучению в школе ребенка должны быть сформированы все перечисленные выше компоненты.

4. Психологические особенности младшего школьника

1. Психологические особенности начального этапа обучения.
2. Умственное и познавательное развитие детей младшего школьного возраста.
3. Формирование личности в младшем школьном возрасте.

1. Начальный этап школьного обучения находится в возрастном диапазоне от 6–7 до 10–11 лет. Рассмотрим психологическую специфику данного этапа.

С каким бы уровнем готовности не поступал ребенок в школу, он не в состоянии сразу же включиться в школьную жизнь.

Необходим более или менее длительный период приспособления, или адаптации к школе. Процесс адаптации подчиняется психологическим закономерностям, которые следует учитывать в работе с первоклассниками.

Можно выделить три уровня адаптации:

1) высокий уровень адаптации: отношение к школе у первоклассника положительное, учебный материал осваивается относительно легко, на уроках внимателен и прилежен, охотно участвует в общественной работе, в группе сверстников имеет высокий социальный статус;

2) средний уровень адаптации: ученик положительно относится к школе, учебный материал усваивается, если преподаются подробно и наглядно, самостоятельно решает типовые задачи, поручения хорошо выполняет при контроле со стороны взрослого, внимание сосредоточено, если выполняет интересное дело, добросовестно выполняет общественные поручения, имеет много друзей среди одноклассников;

3) низкий уровень адаптации: отношение школьника к обучению в школе отрицательное или индифферентное, преобладает сниженный фон настроения, часты жалобы на здоровье, нарушает дисциплину, с трудом самостоятельно выполняет задания, в классе не имеет друзей, учебный материал усваивается отрывочно. Адаптация будет проходить успешнее, если ребенок психологически готов к обучению в школе, при этом очень важно, чтобы в семье была дружеская атмосфера, отсутствовали конфликты.

Еще одна проблема, которую необходимо решать в начальной школе, — это существующие у детей различия в мотивациях, уровне развития психических процессов, знаниях, умениях и навыках.

Эти различия приводят к тому, что в одних случаях обучение воспринимается как очень легкий, а потому неинтересный процесс, в других — как чрезвычайно трудный и тяжелый, и только для некоторых находится в соответствии с их уровнем.

Перед педагогами и психологами стоит задача психологического выравнивания детей, подтягивание отстающих, в то же время не следует забывать и об одаренных детях.

И в том, и в другом случае проблем очень много, и зачастую их можно разрешить лишь в процессе индивидуализации обучения, создания соответствующих уровню развития детей классов (классы выравнивания), подбору индивидуальных программ обучения и т. п.

Еще одна важная проблема, стоящая перед начальной школой — это различия в физическом развитии детей.

Обязанность педагогов и психологов — ознакомиться с медицинскими картами детей, поступающих в школу, побеседовать с родителями, чтобы затем на уроках суметь правильно понять поведение ребенка, оценить его учебные достижения.

Дети, имеющие физические недостатки, требуют щадящего к себе отношения, соблюдения психогигиенических и психологических требований.

Таким образом, на начальном этапе обучения требуется повышенное внимание к школьникам со стороны родителей и педагогов, чтобы процесс адаптации прошел более быстро и безболезненно.

2. Для восприятия младшего школьника характерна высокая эмоциональность и яркость воспринимаемых образов.

Хуже воспринимаются символические и схематические изображения, лучше — наглядный материал.

Малый жизненный опыт не позволяет школьникам точно оценивать время и пространство.

Часто являются абстракцией исторические даты, детям трудно понять отдаленность событий во времени, в большинстве случаев значительно недооцениваются маленькие и переоцениваются большие интервалы времени.

Ограниченность в восприятии пространства может приводить к неправильной организации рабочего места, трудности беглого чтения из-за суженности строчек, ошибкам в восприятии и написании похожих букв и цифр, глазомерным ошибкам при измерении и пр.

Главная особенность внимания младшего школьника — это относительно слабая произвольность.

За время обучения в начальной школе все свойства внимания, кроме переключения, становятся почти такими же, как у взрослого.

Переключение же в этом возрасте развито даже лучше, чем у взрослых, что объясняется подвижностью нервных процессов.

Школьное обучение способствует развитию памяти младшего школьника.

Достаточно быстро в первые школьные годы развивается механическая память, отстает в темпах опосредованная, логическая память, так как в большинстве случаев ребенку хватает для усвоения материала и механической.

Если не уделять должного внимания в эти годы становлению опосредованного, логического запоминания, это отрицательно скажется на обучении в среднем и старшем звене школы.

Интеллектуальное развитие младшего школьника идет по следующим направлениям:

- 1) широкое использование речи в качестве средства мышления;
- 2) три вида мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное, логическое) взаимно обогащают и дополняют друг друга.

Если какой-либо из видов мышления не используется при обучении, то интеллектуальное развитие ребенка идет односторонне.

Младшие школьники овладевают понятиями, учатся сравнивать, обобщать, делать выводы.

Процесс сравнения у детей одного и того же возраста может проходить по-разному.

Чаще дети находят различие, реже — сходство.

Второклассники при сравнении выделяют большее количество признаков, чем первоклассники.

Если сравниваются новые предметы, то ученики легче обнаруживают различные черты, если предметы известны — схожие качества.

При повторном сравнении становится большим количество выделенных признаков сходства. Операция сравнения иногда подменяется простым рядом положением предметов, то есть сначала отмечают свойства одного предмета, а затем — другого.

Обобщение младшие школьники лучше всего делают, отталкиваясь от конкретных ситуаций, детальных описаний.

Критерием хорошо сделанного обобщения выступает умение привести конкретный пример, соответствующий полученным знаниям.

Итак, за период начальной школы умственное и познавательное развитие ребенка заметно прогрессирует.

3. Ведущим видом деятельности ребенка после поступления в школу становится учебная деятельность.

Однако личностное развитие происходит и в рамках выполнения других видов деятельности (игровой, трудовой, общения).

Именно в различных видах деятельности формируются деловые качества, развивается мотивационная сфера.

Одним из наиболее значимых мотивов в жизни человека является мотив достижения успеха. Для того чтобы он развивался и закреплялся, необходимы такие личностные качества:

1) безграничное доверие к взрослым, прежде всего (особенно в первом классе) к учителям.

От того, как взрослые оценивают ребенка, зависит формирование его самооценки, которая у младших школьников уже может быть завышенной, заниженной, адекватной;

2) способность к сознательной постановке цели и волевой регуляции своего поведения.

Младший школьник уже может управлять поведением, руководствуясь отдаленной целью;

3) адекватная или умеренно завышенная самооценка и высокий, но реальный, уровень притязаний.

Уровень притязаний может определяться как учебными успехами, так и положением в группе сверстников.

Ребенок с высоким социальным статусом, как правило, имеет адекватную самооценку.

На протяжении младшего школьного возраста к ребенку приходит понимание того, что недостаток какой-либо способности может быть восполнен за счет прилагаемых усилий. В младшем школьном возрасте совершенствуются такие значимые личностные качества, как трудолюбие и самостоятельность.

Трудолюбие формируется в результате прикладываемых усилий при выполнении учебных и трудовых заданий и получении за успехи поощрений со стороны взрослых.

Важно, чтобы система поощрений была ориентирована не на относительно легкие достижения, а на те, которые были полностью добыты в результате прилагаемых усилий.

Младший школьный возраст можно считать переломным для формирования самостоятельности.

С одной стороны, ребенок еще полностью зависим от взрослого, с другой — слишком раннее предоставление самостоятельности может спровоцировать непослушание и закрытость.

Для развития самостоятельности можно использовать следующие приемы:

- а) больше доверять ребенку, поручая самостоятельное выполнение заданий;
- б) поощрять стремление к самостоятельности;
- в) поручать выполнение домашних дел при минимальной помощи взрослого;
- г) поручать такие дела, выполняя которые, ребенок становится лидером для других людей.

В младшем школьном возрасте быстрыми темпами развиваются как общие, так и специальные способности, причем очень велики индивидуальные различия между детьми.

В этом возрасте взрослые еще могут активно воздействовать на ребенка, так как значимыми мотивами остаются получение признания и одобрения со стороны взрослого, стремление заслужить высокую оценку с его стороны.

К концу этого возрастного периода все большее значение приобретают взаимоотношения со сверстниками, поэтому можно использовать следующие методы воздействия: публичное одобрение в присутствии одноклассников достижений и поступков, соревнование со сверстниками и т. п.

Таким образом, учитывая личностные особенности ребенка младшего школьного возраста, можно находить более эффективные приемы воспитательного и развивающего воздействия.

5. Психологические особенности подросткового и юношеского возраста

1. Общая характеристика познавательного и личностного развития.
2. Совершенствование познавательных процессов.

3. Развитие общих и специальных способностей.
4. Развитие мышления.
5. Индивидуальные особенности подростков. Акцентуации характера.
6. Взаимоотношения подростков со взрослыми.

1. **Подростковый возраст** — это период перестройки социальной активности, сопровождающийся очень мощными сдвигами во всех сферах жизнедеятельности ребенка.

Поэтому часто подростковый возраст называют **кризисным**, переходным от детского к взрослому.

Наблюдается быстрый рост скелета (за год девочки вырастают на 3–6 см, мальчики — на 4–7 см).

Функционирование органов не обеспечивает полноценной работы всего организма, поэтому часты жалобы на сердцебиения, головные боли.

В подростковом возрасте начинается половое созревание, идет половая идентификация, ребенок начинает воспринимать себя как взрослого человека.

У подростков можно часто отметить двойственное отношение к своему «новому» телу: чувство гордости может сосуществовать с чувством брезгливости.

Внешне это может проявляться в таких неожиданных реакциях, как бинтование груди девочками, или, наоборот, ее подчеркивание.

Мальчики могут становиться более неряшливыми, проявляя тем самым неосознанно протест против своего «Я».

Взрослых часто возмущает циничность, развязность в высказываниях и общении с противоположным полом, однако в таких проявлениях следует видеть не только «отрицательного» подростка, но и слабого, не знающего, как решать свои проблемы.

Сверхнапряженная работа организма ведет к тому, что младшие подростки быстро утомляются, хотя могут и не замечать этого.

Как показали эксперименты, большинство случаев непослушания у подростков выявлялось именно во второй половине дня, когда утомление уже начинает сказываться.

Возникает ситуация, схожая с младенческим возрастом: когда малыш устал, он начинает капризничать, плакать.

На фоне бурного личностного становления уровень развития познавательной сферы к старшим классам школы достигает уровня взрослого человека.

Основным достижением является произвольность психических процессов.

Однако именно в подростковом возрасте отмечаются сильные колебания внимания у школьников во время уроков.

Такая невнимательность объясняется повышенной возбудимостью одних или утомляемостью других школьников.

Концентрация внимания также снижается после перенесенных соматических заболеваний, нервно-психических заболеваний, всевозможных травм, душевных переживаний.

Интерес к другим людям пересиливает интерес к учебной деятельности.

Возникает такой период, когда в школу ходят не для получения знаний, а ради общения со сверстниками, чаще с противоположным полом.

Ситуация восстанавливается лишь к старшим классам школы, когда молодые люди задумываются о планах на дальнейшую жизнь.

Подростки и юноши охотно занимаются рассуждениями, самоанализом, свободно размышляют на нравственные, политические и другие темы.

Они могут делать общие выводы, опираясь на частные посылы, умеют оперировать гипотезами.

Таким образом, в подростковом и юношеском возрасте наблюдается интеллектуализация всех познавательных процессов, происходит поиск своего места в системе общественных отношений.

2. Восприятие в подростковом и юношеском возрасте входит в состав запоминания.

На практике это означает, что при запоминании школьник фиксируется на свойствах тех предметов, которые необходимы для последующего воспроизведения.

Исходя из этого, педагогу при изложении нового материала следует выделять ключевые элементы, употребляя такие слова: «Обращаю ваше внимание на...», используя разноцветный мел, акцентированное повторение и т. п.

Важна при этом «словесная наглядность», т. е. формулирование другими словами, использование образных выражений, метафор и т. п.

Начиная с подросткового возраста, активно развивается произвольная и логическая память, которая вскоре достигает такого уровня, что используются практически повсеместно.

Это приводит к замедлению развития механической памяти, хотя многие новые школьные предметы требуют ее применения, а потому учащаются жалобы подростка на плохую память.

На этом фоне повышается интерес к приемам улучшения памяти.

Процессы памяти функционируют эффективнее, если создан соответствующий мотив, опирающийся на эмоциональный внутренний мир человека.

В подростковом и юношеском возрасте в работе памяти отмечаются существенные индивидуальные различия, которые следует учитывать в организации учебного процесса, предлагая школьникам различные способы подачи материала.

В этом возрасте падает продуктивность произвольного запоминания и возрастает эффективность опосредованного.

В подростковом возрасте кардинально меняется взаимоотношение между памятью и мышлением.

Если раньше эти отношения строились по принципу мыслить — значит вспомнить, то теперь, вспоминать — значит мыслить, т. е. процесс запоминания заключается в установлении логических связей.

В средних и старших классах школы активно развивается мннологическая и письменная речь.

В подростковом возрасте ребенок учится самостоятельно готовить текст устного выступления.

Аргументировать свои мысли, писать сочинение на произвольную или заданную тему.

Таким образом, психические процессы тесно связаны между собой и отличаются произвольностью.

3. В среднем и старшем школьном возрасте продолжается становление общих и специальных способностей на основе обучения, общения и труда.

Учение способствует развитию общих интеллектуальных способностей (логически рассуждать, пользоваться понятиями, строить умозаключения и т. д.); общение — совершенствованию коммуникативных способностей (добиваться расположения людей, умение находить взаимопонимание, вступать в контакт и др.); в трудовой деятельности происходит становление практических умений и навыков, необходимых для будущего профессионального становления.

Подростковый и юношеский возраст — это период наиболее благоприятный (сензитивный) для развития большого комплекса самых разнообразных общих и специальных способностей.

В основе развития способностей лежат следующие положения:

- 1) к подростковому возрасту организм ребенка физически окреп, а, следовательно, имеющиеся врожденные задатки уже должны проявиться;
- 2) не позже 6–7 лет ребенок должен пройти психологическое обследование на предмет выявления имеющихся задатков;
- 3) обучение детей должно опираться на выявленные задатки и способности, особенно в старших классах школы.

Однако при этом не следует уменьшать количество общеобразовательных дисциплин, иначе это помешает развитию общих интеллектуальных способностей.

Профессиональное обучение должно идти параллельно с общеобразовательным.

Итак, в подростковом и юношеском возрасте в результате специализации обучения активно развиваются как общие, так и специальные способности.

4. Подростковый возраст характеризуется умением обучаться как в теоретическом, так и в практическом плане.

Впервые проявляется такая особенность, как склонность к экспериментированию, частным проявлением которой является нежелание все принимать на веру.

Подросток во всем сомневается, не доверяет чужому опыту, ему необходимо лично удостовериться, насколько гипотезы соответствуют истине.

Он любознателен, стремится заслужить высокую оценку окружающих, отрицательно реагирует на предложение решать простые задачи.

В организации учебного процесса педагогу следует ориентироваться на развитие как образного, так и логического мышления в соответствии со сложностью материала, при этом нежелательно слишком усложнять и излишне упрощать предлагаемый материал.

В старших классах школы формируется новое отношение к обучению.

Выпускников интересуют те предметы, где они могут лучше себя узнать и проявить самостоятельность.

О самостоятельности мышления свидетельствует независимость поведения юноши.

Старшеклассники выполняют лишь такие действия, следуют таким формам поведения, которые им кажутся целесообразными и разумными.

Развитие интеллектуальной сферы можно ускорить, если работать в следующих направлениях: развивать понятийный строй мышления; речевой интеллект и внутренний план действий.

Развитие речевого интеллекта в старших классах возможно в результате занятия риторикой, т. е. формирования умения планировать и произносить публичные речи, отвечать на вопросы, вести дискуссию.

При формировании понятийного мышления важно помнить следующее:

- 1) многие научные понятия имеют несколько значений;
- 2) часто бывает недостаточно слов бытовой речи, чтобы раскрыть содержание понятия;
- 3) одно понятие может иметь несколько определений, не всегда полностью совпадающих;
- 4) по мере развития научных знаний и развития самого человека в процессе онтогенеза объем и содержание понятия меняется.

Из сказанного следует, что важно не механически заучивать определения понятий, а учить школьника самостоятельно находить и выводить эти определения.

Крайне важно в подростковом и юношеском возрасте развивать практический интеллект, в структуру которого входят следующие качества: экономичность, расчетливость, предприимчивость, умение оперативно решать поставленные задачи.

Предприимчивость возможно развивать при организации в школе ученического самоуправления, экономичность и расчетливость — организуя ученические кооперативы или подобные им

мероприятия, где требуется вести расчеты, составлять смету доходов и расходов.

Умение оперативно решать поставленные задачи будет формироваться, если приучить подростка пользоваться правилом: как только проблема возникла, необходимо сразу же, не откладывая, приступить к ее решению.

Таким образом, мышление в подростковом и юношеском возрасте отличается разнообразием форм и самостоятельностью.

5. Характерологические особенности носят разнообразный характер.

Тем не менее в отечественной психологии является общепринятой классификация акцентуаций характеров, разработанная *А. Е. Личко*.

Акцентуация характера — это крайний вариант нормы, когда отдельные черты усилены до такой степени, что человек становится крайне уязвимым по отношению к определенным психогенным воздействиям, сохраняя при этом хорошую устойчивость к другим.

Если говорить кратко, то человеку с определенной акцентуацией психологически сложно переживать одну ситуацию, при хорошем самочувствии в другой.

Количество акцентуаций может быть очень большим, так как многие имеют смешанные типы, но все это многообразие А. Е. Личко предлагает свести к 11 типам.

Каждый из выделяемых типов имеет такие особенности характера, которые делают его неприспособленным к определенным ситуациям.

Именно в этих ситуациях подросток теряет разумность, чувствует дискомфорт.

В то же время не существует плохих и хороших характеров, в любом можно выделить сильные и слабые стороны.

Рассмотрим типологию акцентуаций характера с позиций неблагоприятных условий и выделения сильных и слабых сторон.

1. **Гипертимный тип** — характеризуется активностью, выносливостью, способен вызывать доверие.

Это человек общительный, находчивый, который не теряется в стрессовых и нестандартных ситуациях, предпочитает быть лидером.

В то же время часто взрывается гневом, причем этот протест не словесный, а действенный.

Для таких подростков характерны побеги из дома, противоправное поведение, алкоголизм.

В тех ситуациях, когда подросток лишен возможности активно взаимодействовать со сверстниками, проявлять инициативу, где требуется тщательность и аккуратность, проявляется чрезмерная опека со стороны взрослых, подросток чувствует дискомфорт, вероятно проявление отрицательных черт.

2. Аутичный тип проявляется в таких качествах, как способность принимать нестандартные решения, сохранять трезвый ум в любых ситуациях, проявлять глубокие познания в интересующем предмете.

Такой подросток может долго работать в одиночестве, он склонен к точным фактам, отличается информированностью.

В случае бесцеремонного вторжения в его внутренний мир одним грубит, а с другими замыкается и молчит.

Неблагоприятными ситуациями для такого подростка являются те, где требуется устанавливать неглубокие контакты со многими людьми.

3. Демонстративный (истероидный) тип характеризуется развитой интуицией, артистизмом, способностью к перевоплощению, ко всему яркому, нестандартному.

В ситуациях общения предпочитает различные формы шантажа («Если ты не сделаешь этого, то я...»), зная, чего боятся те, кого он шантажирует.

В тех ситуациях, когда на подростка не обращают внимания, разоблачают его обман, проявляются отрицательные стороны этого характера.

4. Застывающий тип характеризуется упорством в достижении поставленных целей, пунктуальностью и обязательностью, вниманием к деталям, стремлением к тщательности выполнения задания.

В сложных ситуациях, где покушаются на их авторитет и власть, обвиняют всех и вся, легко впадая в гнев.

Склонны к мстительным реакциям.

5. Неустойчивый тип характеризуется доверчивостью и преданностью к группе.

Подросток с таким типом характера способен ежедневно получать сильные яркие впечатления от жизни, не переутомляться.

Для него сложны ситуации бесконтрольности, отсутствие перспективы внешнего наказания расхолаживает и приводит к возникновению таких форм поведения, как протест исподтишка, обвинение всех, кроме себя, и т. п.

6. **Лабильный тип** проявляется в мягкости по отношению к окружающим, способностью к сопереживанию.

Для таких подростков характерно развитое чувство благодарности к тем, кто им сочувствует и любит.

Свойственна быстрая смена настроения.

В ситуациях, когда подростки встречаются с грубостью и равнодушием со стороны окружающих, их черствостью, они плачут, считая причиной неудач внешние обстоятельства.

7. **Сензитивный тип** способен проникать в суть происходящего, ориентироваться на истинные, а не на показные чувства людей.

Эти люди не имеют выраженных протестных реакций, если только не доведены до крайнего отчаяния.

Склонны во всем обвинять себя, как правило, незаслуженно. В крайне сложных ситуациях могут прибегнуть к суициду.

Для подростка этого типа очень болезненны ситуации, когда его обвиняют в непорядочности, публично указывают на физические и другие недостатки.

8. **Болезненный тип** отличается повышенной чувствительностью и неспособностью рассчитывать на свои силы.

Такие люди протестуют редко, и выражен этот протест, как правило, в реальных болезненных симптомах.

Подростки этого типа теряются в ситуациях, где требуется мобилизация сил, проявление выносливости.

Они показывают худшие результаты в контрольных соревнованиях и заданиях.

9. **Педантичный тип** характеризуется заботой о благополучии других людей, привязанностью к матери, близким людям.

Они ответственны и исполнительны, способны проверить все, включая незначительные мелочи.

Их недовольство проявляется в словесной форме («бурчат»), но при этом избегают поступков, обвиняя прежде всего себя.

Повышенная нагрузка и возлагаемая ответственность провоцируют проявление негативных черт этого типа.

10. Конформный тип отличает преданность группе, стремление к стабильности и устойчивости.

Для этих подростков неблагоприятны ситуации, связанные со сменой стереотипов, приходом новых людей в группу и т. п.

Протест выражают в тех же формах, что и большинство членов группы.

11. **Циклоидный тип** характеризует большая привязанность к дому, домашним традициям.

Для таких подростков характерна смена настроения от оптимистического до пессимистического. Для подростка болезненно, если окружающие требуют «нормального» поведения, когда он находится в депрессивной фазе.

Если подросток находится в «хорошей» фазе, то его формы поведения соответствуют гипертимному подростку, в случаях депрессии — направляет агрессию на себя.

Взрослым важно знать особенности отношения подростка со своим характером:

1) осознание своего поведения как внешнего проявления происходит примерно в 13–15 лет.

Только по достижении этого возраста есть смысл объяснить подростку, что внешние проявления характера и его внутренняя сущность — не одно и то же;

2) характер — это данность, которую одни используют в своих целях, а другие — не хотят и боятся узнавать себя, тем самым, оставаясь неудачниками;

3) следует принять свой характер, отнестись к нему как инструменту для общения и познания окружающего мира, постоянно изучать свой характер.

В характере человека социальное очень тесно переплетается с природным.

Если человек способен удовлетворять свои природные желания социально одобряемым способом, то можно говорить о нормальной социальной адаптации.

Как правило, социальная адаптация у подростков проходит достаточно остро.

Они часто не в состоянии удержаться от исполнения острых желаний, получения новых ощущений.

Процесс пройдет менее болезненно, если в семье и школе будут здоровые партнерские взаимоотношения и подросток будет находиться в окружении любящих и понимающих людей.

6. В подростковом возрасте ребенок предъявляет новые права, которые прежде всего распространяются на сферу отношений со взрослыми.

Для подростка характерно расширение своих прав, он претендует на уважение своего человеческого достоинства, на доверие со стороны взрослого, на равноправие с ним.

Изменение взаимоотношений между взрослыми и подростком может пройти благополучно, но при этом взрослые сами должны проявить инициативу и перестроить эти взаимоотношения.

Однако в реальных условиях целый ряд моментов способствует сохранению прежних отношений:

- 1) социальный статус подростка не меняется: он был и остается учащимся;
- 2) подросток материально полностью зависим от родителей;
- 3) взрослые привыкли направлять и контролировать ребенка;
- 4) у ребенка еще длительное время, особенно в начале подросткового периода, сохраняются детские черты в поведении и внешнем облике.

Выделим наиболее типичные конфликтные ситуации, возникающие между взрослыми и подростком:

- 1) конфликт неустойчивости родительского отношения — одна из распространенных ситуаций, когда наиболее четко проступает противоречивость подросткового возраста: родители требуют от подростка взрослого поведения, но сами ведут себя по отношению к нему, как к ребенку;
- 2) конфликт сверхзаботы, проявляющийся в чрезмерной опеке со стороны взрослого, чаще всего матери.

Распространенной причиной возникновения такого конфликта является неосознанное стремление сохранить как можно дольше эмоциональную близость с ребенком.

И хотя родителей уже волнует такая несамостоятельность подростка, они продолжают контролировать его сверх меры;

- 3) конфликт неуважения прав подростка на самостоятельность проявляется в том, что родители считают себя вправе контролировать то, что находится в собственности подростка: читать дневник, электронные сообщения, проверять содержимое карманов и т. п.

Отрицательно сказывается отсутствие у ребенка собственной комнаты.

Еще зоопсихологи установили, что у крыс в условиях перенаселения резко возрастает агрессивность.

Вполне вероятно, что это свойственно и людям.

Там, где границы личного пространства не уважаются, конфликты и ссоры неизбежны;

4) Конфликт отцовского авторитета часто возникает там, где взрослые пытаются переложить на подростка ответственность за то, чего не смогли добиться в жизни сами.

Стремление отца во что бы то ни стало сделать из сына «настоящего мужчину» часто оборачивается формированием неуверенного в себе человека с заниженной самооценкой и уровнем притязания.

В том случае взрослому необходимо в первую очередь изменить отношение к самому себе, чтобы затем стать терпимее к собственному ребенку.

Итак, во взаимоотношениях с подростком необходимо помнить о новом уровне становления его личности.

ЛЕКЦИЯ №5. Человек и социум

1. Сознание человека

1. Природа человеческого сознания.

2. Сознательное и бессознательное.

1. Коренное отличие человека от животных состоит в том, что он обладает сознанием, с помощью которого происходит отражение окружающего мира.

Характеристики сознания:

1) содержит комплекс знаний об окружающем мире — в структуру сознания включены познавательные процессы, благодаря которым происходит постоянное обогащение человека новыми знаниями.

Если же происходит нарушение в деятельности какого-либо познавательного процесса или тем более его полный распад, это неизбежно влечет расстройство сознания (например, потеря памяти);

2) способность человека к познанию других и себя самого — человек, обладающий сознанием, способен давать оценку своих и чужих поступков, он осознает себя как отличное от остального окружающего мира существо, при нарушениях сознания (например, гипноз, сон) эта способность утрачивается;

3) способность к целеполагающей деятельности — перед началом любой деятельности человек ставит перед собой какие-либо цели, руководствуясь определенными мотивами, взвешивая свои возможности, анализирует ход выполнения и т. д., неспособность к подобным действиям по тем или иным причинам трактуется как нарушение сознания;

4) возможность давать эмоциональную оценку межличностным отношениям — это свойство лучше понять, анализируя патологию, так как при некоторых психических заболеваниях у человека меняется отношение к окружающим людям: например, он начинает ненавидеть своих близких, которых до этого очень любил и трепетно к ним относился;

5) способность к общению с помощью речевых или иных сигналов.

Приведенные выше характеристики используются в целом ряде наук при определении понятия «сознание» (психология, психиатрия и др.).

Обобщая эти характеристики, можно понимать сознание как способность человека ориентироваться во времени и пространстве, окружающей обстановке, адекватно оценивать собственную личность, уметь управлять своими желаниями и поступками, сохранять систему отношений с окружающими людьми, анализировать новую информацию, опираясь на имеющиеся знания.

Итак, сознание следует понимать как высшую форму отражения мозгом действительности при помощи абстрактно-логического мышления и речи.

2. Человек функционирует не только на уровне сознания.

Далеко не все он способен осознать и проанализировать. Существует еще и **бессознательный** уровень.

Бессознательное — это такое сочетание психических свойств, процессов и состояний, влияние которых человек не анализирует (не осознает).

Находясь в бессознательном состоянии, человек не ориентируется в месте действия, во времени, не способен дать адекватную оценку происходящему, нарушается регулирование поведения при помощи речи.

Наличие неосознанных побуждений рассматривалось в экспериментах по изучению поведения человека в постгипнотическом состоянии.

Загипнотизированному испытуемому внушалось, что после окончания сеанса гипноза ему необходимо выполнить определенные действия: например, подойти к рядом находившемуся человеку и развязать его галстук.

Испытывая неловкость, человек тем не менее выполнял это действия, хотя и не понимал, зачем он это делает.

Бессознательные явления:

1) бессознательные психические процессы — не всегда психические процессы (ощущения, восприятие, процессы памяти и мышления, воображение и установки) протекают под контролем сознания: например, забывание имен часто связано с неприятными воспоминаниями по отношению к человеку, носителю этого имени, или событию, связанному с ним,

непреднамеренно возникает стремление не вспоминать этого человека или событие;

2) бессознательные явления, ранее осознаваемые человеком, но в течение определенного времени переместились на бессознательный уровень: например, большинство двигательных умений и навыков, которыми постоянно пользуется человек в своей жизнедеятельности (ходьба, письмо, речь, профессиональное владение различными инструментами и т. п.);

3) бессознательные явления, относящиеся к личностной сфере, — желания, мысли, потребности, намерения, которые под давлением «цензуры» были вытеснены на бессознательный уровень.

Очень часто вытесненные желания, потребности и т. п. проявляются в наших сновидениях в символическом виде, где и реализуются.

В случае если действие «цензуры» настолько сильно, что даже во сне блокируется общественными нормами и ценностями, то сновидение становится очень запутанным и непонятным и практически не поддается расшифровке.

В психологии существуют различные направления, интерпретирующие сновидения с позиции тех или иных научных школ. Особая заслуга принадлежит психоанализу и его основателю З. Фрейду.

Заслуга З. Фрейда заключается и в создании теории механизмов психологической защиты, которые также относятся к разряду неосознаваемых психических явлений.

Механизмы психологической защиты — это совокупность таких бессознательных приемов, благодаря которым человек обеспечивает свой внутренний комфорт, оберегая себя от негативных переживаний и психических травм.

В настоящее время эта теория продолжает активно развиваться и обогащаться.

Рассмотрим один из современных вариантов (*Р. М. Грановская*).

1. **Отрицание** — бессознательный отказ человека воспринимать неприятную для него информацию.

Человек может внимательно слушать, однако не воспринимать информацию, если она несет угрозу для его статуса, престижа.

Вряд ли можно достигнуть желаемого результата, высказывая человеку «правду в глаза», так как скорее всего он просто проигнорирует эту информацию.

Именно поэтому психология и педагогика рекомендует никогда не обсуждать личность человека, а лишь его негативный поступок.

2. **Вытеснение** — человек с легкостью забывает неприятные для него факты биографии и при этом в противовес дает ложное, но приемлемое толкование этих фактов.

Этот механизм описан в романе Л. Н. Толстого «Война и мир» на примере Николая Ростова, который совершенно искренне «забыл» о своем не героическом поведении в первом бою, однако с эмоциональным подъемом описывал свои подвиги.

3. **Рационализация** — обесценивание того, что недостижимо.

Например, невозможность приобретения какой-либо вещи из-за ее высокой стоимости оправдывается плохим цветом, кривой строчкой и т. п.

Хорошо описан этот механизм в басне И. А. Крылова «Лиса и виноград», где лиса, не сумев дотянуться до винограда, начала убеждать себя в том, что он кислый («На взгляд-то он хорош, да зелен — ягодки нет зрелой: тотчас оскомину набьешь»).

4. **Проекция** — бессознательное приписывание собственных, чаще всего социально осуждаемых качеств другому человеку.

Например, оговорив человека, мы оправдываем это тем, что и он распускает о нас сплетни, хотя это не соответствует действительности.

5. **Идентификация** — «срачивание» себя с другим человеком.

У ребенка этот механизм часто проявляется в их неосознанном подражании кому-то из взрослых, чаще всего родителю того же пола, у взрослых — в поклонении кумиру.

Иногда с помощью идентификации человек преодолевает свой комплекс неполноценности, видя вместо себя своего идола, кумира.

6. **Замещение** — возникшее внутреннее напряжение снимается в результате переадресовки с недоступного объекта на доступный.

Невозможность напрямую выразить свое недовольство высокому начальству человек вымещает на собственных подчиненных, близких людях, детях и т. п.

Поэтому психологи советуют найти способ или объект вымещения, безопасный для окружающих: например, занятие

спортом, домашняя уборка, контрастный душ или просто мытье кистей рук холодной водой и т. д.

7. **Включение** — сопереживание как способ облегчения собственного внутреннего напряжения. Например, сопереживая героям очередной «мыльной оперы», люди отвлекаются от собственных, порой более существенных и значимых проблем.

8. **Изоляция** — нарушаются, а иногда и совсем разрываются эмоциональные связи с окружающими людьми, таким образом защищая человека от травмирующих психику ситуаций.

Яркими примерами такого механизма часто могут служить алкоголизм, суициды, бродяжничество.

Человеку крайне важно понимать действие защитных механизмов.

Это поможет лучше понять мотивы поведения окружающих людей и разобраться в самом себе, так как очень часто искусственно создаваемый комфорт не дает возможности осознать, а значит, и преодолеть собственные недостатки и ошибки.

Итак, бессознательное, так же как и сознание, участвует в управлении поведением человека, однако их роли различны.

В сложных ситуациях, когда требуется постоянный контроль над происходящим, повышенное внимание, необходимо участие сознания.

К числу таких ситуаций относятся следующие:

- 1) необходимость принятия решения в интеллектуально сложных ситуациях;
- 2) в случаях преодоления физического или психологического сопротивления;
- 3) при разрешении конфликтных ситуаций;
- 4) при нахождении решения в неожиданно возникших ситуациях, содержащих физическую или психологическую угрозу.

Таким образом, рассматривая сознание как высший уровень психической регуляции поведения, следует помнить, что многие поведенческие акты функционируют и на бессознательном уровне.

2. Малая группа и коллектив

1. Понятие малой группы и коллектива.
2. Структура малых групп.
3. Межличностные отношения в группах и коллективах.

4. Эффективность групповой сплоченности.

1. В социальной среде, которая окружает личность, функционирует большое количество групп.

Социальные группы подразделяются на большие и малые.

Малые группы уже длительное время изучаются в рамках социальной психологии, чего нельзя сказать о больших группах, которые представлены в социальной психологии неравноценно: одни исследуются давно (в основном это неорганизованные, стихийно возникающие группы), другие — организованные, длительно существующие группы (классы, нации) — стали объектом изучения относительно недавно.

Диапазон интересующих социальную психологию групп очень широк, а их большое разнообразие затрудняет выработку единого определения понятия «группа».

Т. Шибутани утверждал, что группы могут различаться по размеру от двух влюбленных до миллионов, ведущих войну (*Шибутани*, 1999).

Подробнее остановимся на рассмотрении малой группы и ее характеристике.

Малая группа — это немногочисленная по составу группа, члены которой объединены общей социальной деятельностью и находятся в непосредственном личном общении, что является основой для возникновения эмоциональных отношений, групповых норм и групповых процессов (*Г. М. Андреева*, 2004).

Психология исследует некоторые элементарные параметры группы.

Среди основных признаков малой группы можно назвать следующие:

1) **размер** — число членов группы.

Этот вопрос до сих пор относится к разряду дискуссионных.

Большинство исследований определяет нижний предел малой группы как диаду.

Однако ряд исследователей считает, что наименьшее число членов малой группы — три человека (триады).

Этот спор относится к разряду неразрешимых.

Не до конца определились исследователи и с верхним пределом.

Исследуя объем оперативной памяти, Дж. Миллер открыл число 7 ± 2 , что и стало рассматриваться верхней границей малой группы.

Обосновывалось это способностью человека при контактах удерживать в памяти только 7 ± 2 члена группы.

Несостоятельность такого подхода была доказана дальнейшими экспериментальными исследованиями.

Эксперименты дают различные показатели: 10–20 человек, а в исследованиях Дж. Морено (автора социометрической методики) исследовались группы в 30–40 человек (школьные классы, студенческие группы и т. п.).

В отечественной социальной психологии в качестве малой группы рассматривается реально существующая группа, выступающая как субъект деятельности.

Такое решение обосновывается практикой совместной деятельности.

Наиболее оптимальным считается состав группы в 5–9 человек, но не более 12;

2) **психологический климат группы** — нравственно-эмоциональная окраска взаимоотношений в группе;

3) **композиция** — характеристика входящих в группу членов (численность, половой и возрастной состав, национальность, социальное положение членов группы), т. е. индивидуальный состав группы;

4) **структура группы** — те функции, которые выполняют члены группы, а также состояние формальных и неформальных взаимоотношений в группе.

В качестве формальных признаков структуры группы выделяют структуру коммуникаций, структуру предпочтений, структуру власти и т. д.;

5) **групповые процессы** — показатели актуальных социальных отношений, существующих в группе (лидерство — руководство, стадии развития группы, групповое давление и т. д.);

6) **групповые нормы** — правила поведения, которых придерживаются члены группы.

Перечисленные выше характеристики малой группы являются основаниями, согласно которым классифицируют и изучают малые группы в социальной психологии.

Проблема классификации социальных групп различными исследователями понимается по-разному. Рассмотрим классификацию на стр. 133, предложенную *Г. М. Андреевой*.

Цели, которым следуют члены этой группы, задаются на основании задач вышестоящей организацией, в которую включена данная группа.

Неофициальные группы возникают и существуют вне пределов официальных организаций.

Цели, которые преследуют члены таких групп, — это личные интересы и привязанности, как совпадающие, так и отличающиеся от целей официальных организаций.

Референтной является любая реальная или условная группа, являющаяся для человека особо значимой, к которой он себя добровольно причисляет или членом которой хочет стать.

Цели такой группы, групповые нормы и ценности, формы поведения, высказываемые мысли представляют для человека особую ценность, которым он хочет и старается следовать в жизни.

Нереферентная группа не представляет для человека никакой ценности, несмотря на то, что он является ее членом.

Например, жизнь класса может совершенно не волновать ученика, так как все его интересы сосредоточены на уличной компании.

Иногда выделяется и **антиреферентная группа** — цели, установки, поведение членов этой группы человек отвергает, категорически не приемлет.

Слаборазвитые группы отличает отсутствие прочной психологической общности, взаимоотношения не стабильны, нет четкого распределения обязанностей, признанных лидеров.

Следствием всего выше перечисленного является малоэффективная совместная работа.

Коллектив представляет группу лиц, объединенных для совместной деятельности, важной и необходимой для значительного числа людей, не только членов этого коллектива.

Взаимоотношения характеризуются доверительностью, открытостью, взаимным уважением и т. п.

Р. С. Немов указывает на следующие требования, предъявляемые к коллективу:

- 1) успешно справляться с возложенными на него задачами (эффективность в отношении основной для него деятельности);
- 2) иметь высокую мораль;
- 3) отличаться хорошими человеческими отношениями;

- 4) создавать для каждого своего члена возможность развития как личности;
- 5) быть способным к творчеству;
- 6) иметь сложившуюся дифференцированную систему различных деловых и личных взаимоотношений, строящихся на высокой нравственной основе.

О наличии коллективистских отношений в группе свидетельствуют следующие критерии (*Р. С. Немов*, 1995):

- 1) **нравственность** — взаимоотношения строятся на нормах и ценностях общечеловеческой морали;
- 2) **ответственность** — каждый член коллектива берет на себя обязательство за судьбу каждого человека вне зависимости от принадлежности к данному коллективу, при этом требовательно относится к себе, своим словам и обязанностям, адекватно оценивает собственные достижения, дисциплинирован;
- 3) **открытость** проявляется в умении строить хорошие отношения не только с членами своего коллектива, но и других групп и коллективов, при необходимости оказывать посильную помощь;
- 4) **коллективизм** — забота о членах коллектива, противодействие явлениям, способным разрушить коллектив;
- 5) **контактность** — доверительные взаимоотношения между членами коллектива;
- 6) **организованность** — взаимозаменяемость, бесконфликтное распределение обязанностей, быстрое устранение недостатков в работе и т. п.;
- 7) **информированность** — четкое понимание целей, задач, конечных и промежуточных, совместной деятельности;
- 8) **эффективность** — качественное и своевременное решение стоящих перед коллективом задач.

Как показывает практика, наличие в малой группе всех перечисленных критериев встречается крайне редко, что позволяет говорить о том, что большинство малых групп находится в промежутке между слаборазвитой группой и коллективом.

Продвигаясь по пути своего становления, группа, как правило, движется не по восходящей прямой, а по синусоидальной линии, испытывая то взлеты, то падения.

А. Г. Кирпичник выявил следующую зависимость: всякая группа на пути своего развития как коллектива обязательно проходит через период временного спада.

На начальном этапе наблюдается, как правило, подъем, энтузиазм, сменяющийся затем более или менее заметным спадом.

При условии сохранения себя как группы опять следует подъем, хотя и не на ту высоту, на которой группа находилась первоначально.

Временный психологический спад — это следствие перестройки межличностных отношений внутри группы.

Первоначально она строится на эмоциональной основе, затем приобретают значение и деловые качества членов группы, которые не могут быть одинаковыми у всех.

Все это неизбежно приводит к трениям во взаимоотношениях. В случае успешного преодоления этих трений группа выходит на более высокий уровень своего развития.

В настоящее время содержание понятия «коллектив» претерпело значительное изменение.

В советские времена чувство общности, сплоченности составляли основу коллективности, отдельная личность нивелировалась, растворялась, а человек рассматривался как типичный представитель своего коллектива.

В этой связи вспомним мнение компетентного специалиста в области психологии личности *В. Франкла*, который полагал, что истинное сообщество — это сообщество ответственных личностей, которое не может строиться на тотальной коллективности: «Вместо конкретного персонально ответственного индивида идея коллективизма подставляет лишь усредненный тип, а вместо личной ответственности — конформность и уважение к социальным нормам».

Итак, согласно принятому в психологии определению малая группа — это небольшое объединение людей (от 2–3 до 20–30 человек), которые находятся друг с другом в прямом взаимодействии и заняты общим делом (семья, класс, группа близких друзей, трудовой коллектив и т. п.).

подавляющее большинство людей включены в состав малых групп, которые, как правило, занимают промежуточное положение между слаборазвитой группой и коллективом.

2. Рассмотрим основные понятия, при помощи которых описываются явления в малой группе.

Если в качестве основы для рассмотрения исходить из положения индивида в группе, то можно выделить следующие показатели:

- 1) **позиция** — официальное положение человека;
- 2) **статус** — место, реально занимаемое индивидом в системе внутригрупповых отношений, степень действительного авторитета.

Например, староста в студенческой группе — позиция, а авторитетность — высокий статус;

- 3) **внутренняя установка** — это субъективное понимание человеком своего положения в группе.

При этом внутренняя установка может как совпадать, так и отличаться от реального статуса;

- 4) **роль** — заданный социальными нормами образец поведения, ожидаемый и одобряемый группой.

Роль часто определяется, исходя из официального статуса человека в группе, рассматриваясь как динамический аспект статуса, но это лишь часть содержания понятия.

Например, женщина в семье имеет статус матери, но в каждой семье роль матери может иметь различное содержание.

Таким образом, при наличии одинакового статуса человек может в различных группах выполнять различные функции;

- 5) **конформность** — это приспособленчество, сознательное нежелание человека идти против мнения большинства в группе, чтобы не создавать себе проблем в общении.

Внутри группы межличностные взаимодействия осуществляются различными способами.

Определенная система таких связей, характерная для той или иной группы, называется каналом коммуникации.

Типы и варианты внутригрупповых структур коммуникаций:

- 1) **фронтальная** — члены группы находятся рядом друг с другом и могут наблюдать друг за другом, даже не вступая в прямые контакты (класс на уроке, студенческая группа на лекции и т. п.);

- 2) **радиальная** — члены группы не имеют возможности непосредственно контактировать друг с другом, а общаются через центральное лицо;

- 3) **иерархическая** — предполагает наличие как минимум двух (может и больше) уровней соподчинения, при этом часть группы может зрительно контактировать, а часть не имеет такой возможности;
- 4) **цепная** — каждый член группы (исключение составляют двое крайних участников) взаимодействует с двумя соседями;
- 5) **круговая** — возможности всех членов группы равны, каждый может непосредственно наблюдать за реакцией другого;
- 6) **полная** — для свободного межличностного общения не возникает никаких препятствий.

Приверженность группы выбору того или иного канала коммуникации определяется конкретными целями и задачами, которые стоят перед членами группы.

Отношения, складывающиеся в группе, вытекают из принятых нравственных норм и ценностей.

Групповые ценности — то, что наиболее важно и значимо для данной группы; групповые нормы — правила поведения, которым следуют члены группы (первого уровня — нарушения недопустимы ни при каких условиях; второго уровня — допускаются некоторые отклонения; низкого уровня — соблюдение не обязательно).

Сверхнормативная деятельность — желание человека следовать собственным, более высоким требованиям и нормам.

Исследователи выделяют следующие функции групповых норм:

- 1) регулятивная;
- 2) оценочная;
- 3) стабилизирующая;
- 4) санкционирующая.

Управление группой может осуществляться и на официальном уровне — руководителем, и на неофициальном — лидером.

Практика показывает, что, как правило, официальный руководитель и неформальный лидер — это разные лица, но не исключено, что это может быть и один и тот же человек.

Между лидером и руководителем имеются следующие различия:

- 1) руководитель прежде всего заботится о выполнении группой поставленных задач, а забота лидера — регуляция межличностных отношений;

- 2) руководитель взаимодействует не только с малой группой, но и с вышестоящими организациями, сфера деятельности лидера ограничена размером малой группы, в которую он входит;
- 3) руководитель назначается или избирается, а выдвижение лидера происходит стихийно по желанию членов группы;
- 4) лидер — это нестабильный статус, в любой момент может он быть изменен, а руководитель, как правило, назначается на определенный срок;
- 5) система санкций руководителя более четкая и определенная, чем у лидера;
- 6) процесс принятия решения более сложный у руководителя, чем у лидера.

В процессе управления группой как руководитель, так и лидер могут использовать различные средства психологического воздействия, которые в совокупности определяют стиль лидерства (руководства).

Классически выделяют три стиля: авторитарный, демократический, либеральный.

Авторитарный стиль предполагает властность лидера по отношению к остальным членам группы.

В принятии решения действует принцип единоначалия, ведется систематический контроль над действиями подчиненных.

Демократический стиль проявляется у того руководителя, который склонен считаться с мнением других членов группы, советоваться с ними, привлекать к управлению группой.

Либеральный стиль наблюдается в том случае, когда руководитель фактически изолируется от своих обязанностей и передает их другим членам группы.

Практика исследования эффективности того или иного стиля руководства (лидерства) показывает, что наиболее приемлемым является комбинация всех выше перечисленных стилей в зависимости от уровня развития группы и той конкретной ситуации, в которой эта группа находится в данный момент времени.

Итак, малая группа имеет сложную структуру, которая характеризуется большим количеством понятий.

3. Межличностные отношения в группах подразделяются на официальные и неофициальные, деловые и личные, рациональные

и эмоциональные, отношения руководства и подчинения (в частности лидерства).

Официальные — отношения, которые регулируются должностными обязанностями, закрепленными законодательно.

Неофициальные — в основе лежат личные симпатии и антипатии людей, не имеющие какой бы то ни было юридической основы и твердо установленных норм.

Деловые — возникают между людьми по поводу выполнения совместной деятельности.

Личные — отношения, складывающиеся между людьми вне зависимости от совместно выполняемой деятельности.

Рациональные — в основе лежат объективные качества человека, которые признаются большинством окружающих людей.

Эмоциональные — в оценке человека исходят из субъективного мнения о нем, что далеко не всегда соответствует истинному положению.

Отношения руководства и подчинения уже были рассмотрены на примере лидерства в предыдущем параграфе.

Получить истинную картину межличностных отношений в группе помогает социометрическое исследование.

Суть исследования заключается в том, что члены группы высказываются относительно друг друга.

В содержании вопросов заложен социометрический критерий, анализ проявления которого позволяет судить о взаимных эмоциональных отношениях.

Ответы членов группы подвергаются статистической обработке, на основании чего строятся социометрические матрицы, социограммы, подсчитываются социометрические индексы.

Наиболее известным социометрическим индексом является индекс групповой сплоченности, который определяется процентом взаимных выборов и вычисляется как отношение числа взаимных положительных выборов к общему числу возможных выборов:

$$C_{gp} = \frac{\sum_r(+)}{\frac{1}{2}N(N-1)}$$

где C_{gp} — сплоченность,
 $r(+)$ — положительный выбор,
 N — число членов группы

(Лекции по методике конкретных социальных исследований, 1972).

4. Эффективность групповой деятельности можно рассматривать по трем направлениям: профессиональному, образовательному, воспитательному.

Профессиональное и образовательное направления решают специальные задачи, воспитательное относится к категории общесоциальных задач.

К числу важнейших показателей эффективности групповой деятельности относятся продуктивность и удовлетворенность членов группы групповой деятельностью.

И. Штайнер предложил формулу вычисления продуктивности: *актуальная продуктивность = потенциальная продуктивность - нереализованная продуктивность*.

Существуют различные пути повышения эффективности групповой деятельности.

Величина группы неоднозначно влияет на эффективность выполняемой группой деятельности.

Следствием изменения количества членов группы как в ту, так и в другую сторону могут быть как положительные, так и отрицательные явления.

К числу положительных явлений, связанных с увеличением числа членов группы, относится более легкое распределение обязанностей, появление большего количества ярких индивидуальностей, возможность выполнения большего количества работ за меньшее время, большее число людей участвует в выработке решения, что делает это решение оптимальным.

Отрицательные явления: возможно снижение сплоченности, возрастает вероятность распада на группировки, возникают сложности в управлении, увеличивается разброс мнений, происходит снижение личной ответственности каждого за происходящее.

Также неоднородно на эффективность деятельности и влияние композиции.

Высокоразвитые группы, имеющие разнородный состав членов, лучше, чем однородные, могут справиться с решением сложных задач.

В подобных ситуациях в слаборазвитых неоднородных группах целесообразно делить людей на рабочие подгруппы в соответствии с психологической совместимостью.

Если же группа работает в условиях временного дефицита, а задания относительно просты, то деятельность однородной группы будет более эффективной.

Для успешной работы важны сложившиеся межличностные отношения.

Взаимоотношения существенно не влияют на результаты групповой работы, если условия деятельности привычны или относительно просты.

В противном случае — эффективнее работают группы с благоприятными взаимоотношениями.

Эффективность деятельности может определять и форма ее организации: коллективно-кооперативная (тесное взаимодействие каждого с каждым и большая возможность взаимозависимости), индивидуальная (каждый работает независимо от других), скоординированная (соотнесение результата с деятельностью других).

В большинстве случаев, за исключением сложных индивидуальных творческих работ, предпочтительнее коллективно-кооперативная форма.

Успех деятельности определяет и стиль лидерства.

Для группы, близкой к уровню коллектива, предпочтителен демократический, а иногда и либеральный стиль.

Для групп со средним уровнем развития лучшие результаты дает гибкий стиль, сочетающий элементы директивности, демократичности, либеральности.

В слаборазвитых группах наиболее эффективен директивный стиль с элементами демократичности.

3. Общение

1. Понятие и виды общения.
2. Роль общения в психическом развитии человека.
3. Техника и приемы общения.
4. Развитие общения.

1. Общение представляет собой процесс взаимодействия людей, в результате которого происходит обмен информацией.

В структуре общения можно выделить содержание, цель и средства.

Содержание — это та информация, которая передается живыми существами при межиндивидуальных контактах.

И человек, и животные могут передавать друг другу информацию о потребностях, об эмоциональных состояниях, сигналы об опасности.

Однако люди способны обмениваться накопленными знаниями, жизненным опытом, умениями и навыками.

Цель общения — это побудительная сила возникновения данной активности.

Например, распространенной целью общения у животных является предупреждение об опасности или побуждение другого к определенным действиям.

У человека цели общения могут быть достаточно разнообразными: например, развитие, обучение и воспитание, установление деловых контактов и др.

У животных цели общения, как правило, ограничены удовлетворением биологических потребностей, у человека — это еще и удовлетворение культурных, эстетических, социальных, познавательных и других потребностей.

Средства общения — способы, посредством которых передается, перерабатывается и расшифровывается передаваемая информация.

В отличие от животных у человека в качестве основного средства общения выступает язык и другие знаковые системы, технические средства, письменность.

Виды общения. *Р. С. Немов* находит четыре вида классификации видов общения по различным основаниям.

1. По содержанию:

- 1) **материальное**, когда в процессе общения обмениваются продуктами и предметами деятельности, служащими для удовлетворения насущных потребностей;
- 2) **кондиционное** — общение, в ходе которого происходит определенное влияние на самочувствие друг друга, т. е. общение, рассчитанное на приведение друг друга в определенное физическое или психическое состояние;
- 3) **мотивационное** — в процессе общения передаются установки, побуждения, которые готовят к выполнению определенных действий;
- 4) **когнитивное** — передача знаний друг другу;
- 5) **деятельное** — передача другому умений, навыков, обмен действиями и операциями.

2. По целям:

1) **биологическое** — общение, благодаря которому сохраняется, развивается и поддерживается функционирование организма, удовлетворяются органические потребности;

2) **социальное** — общение, предполагающее установление и развитие межличностных контактов, личностного роста.

Эта классификация может быть расширена до бесконечности, так как можно выдвинуть бесчисленное количество частных целей общения в зависимости от потребностей человека.

3. По средствам:

1) **непосредственное** (путем использования данных природой органов — руки, ноги, голосовые связки и т. д.) и **опосредованное** (с применением специальных средств, предназначенных для передачи информации, — телефон, СМИ и т. п.);

2) **вербальное** (с помощью языка) и **невербальное** (путем использования неязыковых средств — мимика, жесты, прикосновения и т. п.).

4. В зависимости от мотивов общения:

1) **деловое** — возникает по ходу выполнения какой-либо совместной деятельности и призвано повысить эффективность этой деятельности;

2) **личностное** — передается информация о внутриличностных проблемах: о мотивах и интересах человека, о поиске смысла жизни, о разрешении внутриличностных конфликтов и т. п.

Таким образом, процесс общения, особенно человеческого общения, очень богат по своему содержанию, целям и использованию средств.

2. От природы человек наделен определенным набором простейших форм поведения, которые являются необходимым условием как для выживания в первые дни после рождения, так и для психического развития в дальнейшем.

Но будет ли человек Человеком, если его лишить общения с себе подобными?

Рассмотрим этот вопрос на реальных жизненных примерах.

В мае 1928 г. в немецком городе Нюрберге на улице подобрали юношу, не умеющего ни говорить, ни даже ходить. В письме, которое было при нем, указывалось, что юноша провел 16 лет

в полном одиночестве, ничего не видя и не слыша, а пищей его были вода и хлеб.

Только через пять лет этот молодой человек начал немного говорить, при этом его представления об окружающем соответствовали уровню малого ребенка.

К сожалению, вскоре он погиб.

Будущий физиолог-лингвист Гавино Ледда в возрасте семи лет согласно воле своего отца стал пастухом в горах и до 18 лет был почти лишен человеческого общения.

Ему потребовались огромные усилия, чтобы вернуться в человеческое общество и стать его полноправным членом.

1920 г., Индия. Рид Сингх в стае волков заметил двух человеческих детенышей, которые оказались девочками (Амала, на вид ей было примерно 1,5 года, среди людей она прожила год, и Камала, внешне она соответствовала 8-летнему возрасту).

Камала прожила в человеческом обществе до 17 лет.

За четыре года она смогла выучить шесть слов, а еще через семь лет — 45 слов.

К 17 годам ее отучили от волчьих повадок, однако в минуты опасности она вставала на четвереньки, а ее умственное развитие соответствовало 4-летнему ребенку.

В труднодоступных районах Парагвая и по сей день живет племя гуайякимов.

Этот народ ведет примитивный образ жизни, избегает людей, их основная пища — мед диких пчел, в поисках которого они постоянно кочуют.

В 1957 г. французским этнографом Вилларом была предпринята экспедиция с целью изучения жизни этого племени.

На одной из стоянок, торопясь ее покинуть, члены племени оставили маленькую девочку, которую ученый взял с собой во Францию.

Спустя 20 лет эта девушка стала ученым-этнографом, знающим несколько языков, и ничем не отличалась от своих европейских сверстниц.

Приведенные примеры являются ярким свидетельством того, что только благодаря человеческому общению младенец получает возможность нормального психического развития.

Находясь в человеческом обществе, посредством общения с себе подобными ребенок с первых дней получает всю необходимую для индивидуального развития информацию.

Еще одно средство психического развития — **предметная деятельность** — появляется лишь ко второму году жизни.

Выделенные в первом параграфе виды общения развивают различные стороны психики и поведения.

Рассмотрим это подробнее.

Деловое общение — способствует формированию и развитию коммуникативных и организаторских способностей человека.

Личностное общение — влияет на развитие человека как личности, формирует черты характера, интересы и склонности, жизненные цели и принципы, мировоззрение и т. п.

Материальное — обеспечивает получение необходимых предметов материальной и духовной культуры.

Кондиционное — способствует возникновению готовности к научению, оптимизирует другие виды общения.

Когнитивное — развивает интеллектуальные способности.

Мотивационное — дополнительный энергетический источник человека.

Деятельное — обогащает и совершенствует различные виды деятельности.

Биологическое — необходимый источник самосохранения организма.

Социальное — служит развитию общественных форм жизни: групп, коллективов и т. д.

Непосредственное — дает возможность использования данных от природы простых и эффективных средств и способов научения.

Опосредованное — развивает способность к самообразованию и самовоспитанию человека.

Невербальное — обеспечивает возможность психического развития до начала активного использования речи.

Вербальное — способствует усвоению и развитию речи.

Итак, значение общения в жизни человека огромно.

С помощью общения происходит формирование личности человека.

3. **Техника общения** — это те способы, к которым прибегает человек, чтобы подготовиться к общению, и его поведение в ходе общения.

Приемы общения — наиболее предпочтительные средства, выбираемые для процесса общения.

Для эффективного протекания процесса общения перед его началом важно определиться с наиболее подходящей техникой и приемами общения.

Они должны быть соотнесены с собственными интересами и с интересами партнера по общению.

На начальном этапе техника общения заключается в принятии определенной позы, выражения лица, выборе соответствующего тона, жестов, правильно подобранных начальных слов.

Выражение лица должно выражать отношение к партнеру, соответствовать цели сообщения и желаемому результату.

Такие же требования предъявляются и к занимаемой позе. Иногда человек сознательно занимает ту или иную позу, принимает выражение лица, использует определенные жесты, чтобы наилучшим образом достигнуть желаемого результата.

Рассмотрим более подробно значение некоторых жестов, которые могут влиять на ход общения.

Психология жестов. Передаваемая словесно информация может быть воспринята неверно, если она сопровождается несоответствующими жестами.

Знание психологии жестов поможет изменить свое поведение, вовремя закончить переговоры и т. д., если что-то идет не так, как хотелось бы.

Жесты открытости:

- 1) раскрытые руки (руки ладонями вверх);
- 2) расстегивание пиджака.

Жесты защиты:

- 1) руки, скрещенные на груди;
- 2) руки, зажатые в кулак.

Раздумье и критическая оценка:

- 1) палец вдоль щеки;
- 2) наклоненная голова (поза внимательного слушания);
- 3) почесывание подбородка («хорошо, давайте подумаем»);
- 4) жесты с очками (медленно снятие, долгое протирание стекла и т. д.), к жесту прибегают также, если требуется время на обдумывание, при этом в рот берется дужка очков, говорить при этом сложно, так что остается внимательно слушать, обдумывая ответ;
- 5) хождение по комнате;

б) пощипывание переносицы.

Подозрение и скрытность:

- 1) взгляд в сторону («что ты имеешь в виду?»);
- 2) защита рта рукой: во время речи — лживость; во время слушания — чувствует, что собеседник лжет;
- 3) прикосновение к носу — вариант 2 в замаскированной форме;
- 4) потирание века;
- 5) почесывание или потирание уха.

Предостережение — нельзя возводить рассмотренные жесты в абсолют.

Может быть, человек замерз и поэтому скрещивает руки, или у него просто чешется нос или ухо.

Отношение к беседе:

- 1) ноги (или все тело) обращены к выходу — свидетельство того, что человек хочет закончить встречу, поэтому следует либо закончить разговор, либо перевести его в более интересное русло;
- 2) подпирание ладонью щеки и подбородка — свидетельство скуки, иногда путают с жестом внимательного слушания, но в этом случае указательный палец направлен вертикально к виску.

Территориальные права:

- 1) **интимная зона** (от 15 до 46 см) — это психологическая ответственность человека, право нарушить эту зону имеет только очень близкий человек, при вторжении чужого, например, при давке в общественном транспорте, человек испытывает раздражение и дискомфорт;
- 2) **личная зона** (от 46 см до 1,2 м) — расстояние для вечеринок и официальных встреч;
- 3) **социальная зона** (от 1,2 до 3,6 м) — зона для общения с посторонними людьми, например, на таком расстоянии следует находиться хозяину квартиры и сантехнику, чтобы не вызывать раздражения друг у друга;
- 4) **общественная зона** (более 3,6 м) — расстояние для общения с большой аудиторией.

В ситуациях, когда ваш собеседник сидит, не следует нависать над ним, так как это воспринимается как ваше превосходство, а собеседник при этом чувствует себя очень маленьким.

В условиях вынужденной скученности, когда нарушается интимная зона, рекомендуется придерживаться следующих правил:

- 1) не следует разговаривать даже со знакомыми людьми;
- 2) нельзя смотреть в упор на других;
- 3) нежелательно проявление на лице каких бы то ни было эмоций;
- 4) при наличии газеты, журнала, книги желательно погрузиться в чтение, хотя бы для видимости;
- 5) движения должны быть сдержанными;
- 6) при движении в лифте сосредоточьтесь на указателях этажей.

Знаки внимания — это обращенные к собеседнику высказывания или действия, цель которых — поддержать человека, улучшить его самочувствие.

Комплимент — это словесный знак внимания, который не учитывает конкретной ситуации общения.

Например, делая сотруднице комплимент о ее внешнем виде, не обращается внимание на то, что она очень расстроена.

Похвала — знак внимания, содержащий оценку, сравнение с другими, причем в пользу того, к кому обращена похвала.

«Вы лучше кого-то» подразумевает, что «кто-то хуже вас».

Взрослые, считая, что ребенка надо чаще хвалить, и постоянно сравнивая его результаты с результатами других детей, могут сформировать зависимость от одобрения.

Не получая этого одобрения во взрослой жизни, человек начинает испытывать дискомфорт.

Поддержка — оказание человеку знака внимания тогда, когда ему это необходимо, и относительно того, в чем в данный момент имеются затруднения.

Когда человеку оказывается поддержка, то обращаются к его личности вне зависимости от его успехов и неудач, ошибок и достижений.

Техники слушания.

Важнейшее условие продуктивного общения — это умение слушать. Умение слушать не означает простого молчания, это активный и достаточно сложный процесс, призванный повысить эффективность общения.

Можно выделить следующие виды слушания: **активное, пассивное, эмпатическое.**

Активное слушание предполагает уточняющие вопросы, парафраз по типу: «Правильно ли я вас понял, что...», причем следует обязательно дождаться ответа.

Эта техника активно применяется в том случае, если собеседники обмениваются информацией.

В тех ситуациях, когда собеседник находится в состоянии эмоционального стресса, сильного эмоционального возбуждения, эффективно **пассивное слушание**.

Активное слушание бесполезно, так как человек не очень хорошо понимает свои действия и не контролирует эмоции.

Сочувствующий собеседник дает возможность высказаться, демонстрируя свою готовность к поддержке.

Следует не просто молчать, а показывать свою заинтересованность с помощью таких слов: «угу», «да-да», «конечно же» и т. п.

Задача слушающего — поддерживать разговор до тех пор, пока собеседник не выговорится, поэтому можно использовать уточняющие вопросы: «А ты что?», «А ты как ответил?» и т. п.

В случаях, когда в процессе общения решаются проблемы, значимые для личности, эффективно применение **эмпатического слушания**.

Эту технику следует использовать тогда, когда человек сам готов с вами поделиться своими проблемами.

Эмпатическое слушание предполагает, что отражаются чувства собеседника, его переживания, не допускаются замечания, интерпретирующие его мотивы («так это у тебя потому, что...»).

Итак, техника и приемы общения достаточно разнообразны и зависят от коммуникативных способностей человека, его возраста, профессиональной деятельности, вида общения.

4. Процесс общения развивается как в филогенезе, так и в онтогенезе.

В процессе филогенеза меняется содержание общения.

Это изменение проявляется в следующем:

1) насыщение новой информацией: биологическое внутреннее состояние организма + информация о важных свойствах окружающего мира + знания о мире.

Первые два этапа общие для человека и животных, третья ступень присуща только человеку;

2) появление новых потребностей приводит к обогащению целей общения;

3) развитие средств общения происходит по нескольким направлениям:

- а) развитие органов, приспособленных для коммуникации, например, рук;
- б) появление возможности экспрессивных движений (мика, пантомимика);
- в) изобретение и начало использования знаковых форм;
- г) появление, совершенствование технических средств.

В онтогенезе общение развивается следующим образом (Немов, 1995):

1) от рождения до 2–3 месяцев — контактное, биологическое по содержанию общение, направленное на удовлетворение органических потребностей младенца.

Основное средство — элементарная жестикация и мимика;

2) от 2–3 месяцев до 8–10 месяцев — этап начального познания, начало деятельности органов чувств, появление потребности в новых ощущениях;

3) от 8–10 месяцев до 1,5 лет — общение становится скоординированным, невербальным — вербальным, основная цель — удовлетворение познавательной потребности; к концу периода начинает активно использоваться язык как средство общения;

4) от 1,5 до 3 лет — появляется деловое и игровое общение, что обусловлено развитием предметной деятельности и игры.

Здесь начало деления делового и личностного общения;

5) от 3 до 6–7 лет — способность к произвольному выбору того или иного вида общения в зависимости от природных данных или наиболее освоенного способа; развитие сюжетно-ролевого общения;

6) школьный возраст — ускоренный интеллектуальный и личностный рост ребенка приводит к большому разнообразию содержания общения, дифференциации целей и совершенствованию средств; наблюдается четкое деление делового и личностного общения.

Таким образом, психологически развитого человека отличает выраженная потребность в общении с различными людьми, богатство содержания, многообразие целей и широкий спектр средств общения.

4. Личность в группе

1. Влияние группы на личность.
2. Восприятие и понимание людьми друг друга.
3. Самочувствие личности в группе.

1. Референтная (значимая) группа может оказывать как положительное, так и отрицательное воздействие на развитие личности.

Положительное влияние:

- 1) члены группы выступают для индивида источниками духовной культуры;
- 2) в группе происходит усвоение положительных ценностей и социальных норм;
- 3) в результате внутригруппового общения совершенствуются коммуникативные способности;
- 4) от членов группы индивид получает объективную информацию о себе, что способствует формированию адекватной самооценки;
- 5) члены группы поддерживают индивида в его деятельности и начинаниях.

Отрицательное влияние:

- 1) потеря личностью своей индивидуальности, отказ от собственных взглядов — «обезличивание»;

Причины обезличивания:

- а) анонимность;
 - б) высокий уровень эмоциональной возбужденности;
 - в) сосредоточенность внимания не на собственном поведении, а на том, что происходит вокруг;
 - г) высокая сплоченность группы ведет к конформизму;
 - д) сниженный уровень самосознания и самоконтроль индивида (Немов, 1995);
- 2) группа может снижать уровень творческого потенциала высокоодаренных личностей.

Коллективное творчество иногда более низкого качества, чем результат творчества одаренной личности.

Таким образом, влияние группы на личность неоднозначно и может быть как положительным, так и отрицательным.

2. Факторы, влияющие на восприятие людьми друг друга:

- 1) имплицитная теория личности, согласно которой внешний облик и поведение человека определяет наличие

определенных черт характера. Общаясь в течение жизни с различными людьми, человек накапливает в памяти впечатление об их внешности и особенностях поведения.

Долговременная память сохраняет только обобщенный образ этих индивидов.

Впоследствии, встречая похожих внешне людей, человек проецирует на них свои воспоминания о ранее встреченных, и приписывает (правильно или неправильно) им те черты характера, которые входят в сохраненный образ;

2) эффект первичности (эффект ореола) — первое впечатление о человеке оказывается настолько сильным, что способно повлиять на формирование устойчивого мнения о нем.

Отмечено, что если первое впечатление положительное, то мы склонны отфильтровывать несущественные отрицательные качества этого человека, соглашаясь с первым впечатлением.

Обратное происходит, если первое впечатление отрицательное. Эффект ореола может оказывать в процессе восприятия как положительное, так и отрицательное влияние;

3) эффект новизны — информация, сохраненная в памяти последней, оказывает более сильное влияние на формирование образа человека и его оценку, чем предыдущая, исключение составляет самое первое впечатление.

Эффекты ореола и новизны могут быть объяснены изученным ранее эффектом края (см. тему «Память»).

При восприятии людьми друг друга первостепенное значение имеют выражение лица, особенно глаза и губы, и движение рук, в первую очередь пальцев.

Оценивание эмоциональных состояний.

Как показывают экспериментальные данные, люди в 30—50 % случаев дают неверные оценки эмоциональных состояний окружающих людей, причем положительные эмоции оцениваются более правильно, чем отрицательные.

К числу наиболее правильно оцениваемых положительных эмоций относятся радость, затем — восхищение.

Плохо оцениваются такие отрицательные эмоции, как обида, гнев, тоска.

Формы восприятия и понимания человека человеком:

1) **аналитический** — распространен среди художников и врачей, которые каждую внешнюю черту человека (глаза, волосы, руки и т. д.) связывают с определенной личностной чертой;

2) **эмоциональный** — наличие личностных качеств определяется исходя из эмоционального отношения к человеку (механизмы новизны и первичности).

Наиболее распространен среди детей и подростков, а также людей легко возбудимых, обладающих образной памятью и мышлением;

3) **перцептивно-ассоциативный** — обращает внимание на внешние проявления человека, которые сравниваются с образами, хранящимися в памяти, на основании чего дается оценка этому индивиду.

К такому способу чаще всего обращаются пожилые люди, актеры, руководители, врачи и педагоги;

4) **социально-ассоциативный** — воспринимаемый человек оценивается в силу сложившихся социальных стереотипов.

Наиболее часто в качестве базовых социальных типов выступают люди разных профессий, социального положения и т. д. Такой способ характерен для философов, политиков, руководителей, социологов.

Факторы, мешающие правильному восприятию людей:

1) неправильная оценка целей и задач общения, намерений, мотивов, самочувствия людей, форм их поведения, а также содержания дел;

2) уже имеющиеся установки, оценки, убеждения («Я и так уже все про него знаю...»);

3) стереотипы восприятия, в соответствии с которыми производится классификация людей;

4) стремление скорее дать свое заключение;

5) нежелание прислушиваться к мнению других;

6) несмотря на вновь накапливаемую информацию, раз высказанное мнение не меняется.

Итак, знание механизмов восприятия людьми друг друга позволяет делать общение более продуктивным.

3. Преобладание того или иного эмоционального состояния у личности в период общения с членами группы называется эмоциональным состоянием личности в группе.

Во многом эмоциональное состояние личности определяется психологическим климатом группы.

Если преобладает нездоровая атмосфера, то налицо частые конфликты — как между отдельными членами группы, так и между отдельными группировками внутри группы.

Внутригрупповые конфликты опасны своими последствиями. Так, экспериментально доказано, что время, потраченное на сам конфликт, примерно в два раза меньше, чем время послеконфликтных переживаний (разница составляла примерно 12–20 минут).

Отрицательные взаимоотношения в группе способствуют формированию у личности повышенной тревожности, провоцируют межличностные конфликты.

Тревожность проявляется в повышенной склонности индивида к отрицательным переживаниям, к ожиданию неблагоприятного развития событий.

Различают личностную и ситуативную тревожность.

Личностная тревожность — это свойство личности индивида.

Ситуативная тревожность — состояние тревожности возникает при временных неблагоприятных ситуациях.

Межличностные конфликты. Межличностные конфликты в своем развитии проходят четыре стадии: возникновение конфликтной ситуации, осознание этой ситуации как объективной реальности, конфликтное поведение, разрешение конфликта.

Исследователи выделяют четыре наиболее распространенных способов поведения в конфликте.

1. **Сотрудничество** — является оптимальным почти во всех конфликтных ситуациях.

2. **Компромисс** — к этому способу следует прибегать, если партнер спровоцировал «пожарную» ситуацию.

3. **Приспособление** — возможно, если партнер действительно прав.

4. **Соперничество** — чаще всего используемый способ, но его эффективность минимальна.

Принципы управления конфликтом:

1) следует определиться, действительно ли необходимо обострять ситуацию, доводя ее до конфликта. Для этого желательно ответить на следующие вопросы:

- а) нужно ли устранять конфликт или следует рассматривать ситуацию как двигатель прогресса;
- б) нельзя ли устранить противоречия мирным путем;
- в) если мирный вариант невозможен, то хватит ли возможностей, чтобы оказаться в выигрыше;

- г) если сил маловато, то как надолго может затянуться конфликт (важно рассчитывать свои силы);
- 2) собственные эмоции мешают правильно оценить ситуацию, поэтому следует осуществлять контроль над их проявлением;
- 3) следует проанализировать истинные причины конфликта, которые могут быть скрыты за мнимыми;
- 4) стремиться максимально локализовать границы конфликта;
- 5) отказаться от чрезмерной сосредоточенности на самозащите;
- 6) может быть полезной переформулировка аргументов противника;
- 7) проявление активности даже в случае поражения поможет держать инициативу в своих руках, задавая:
 - а) тематику («Давай вернемся к тому, с чего начали...»);
 - б) эмоциональный тон («Держи себя в руках...»);
 - в) язык общения («Пожалуйста, без оскорблений...»).

Способы разрешения конфликта:

- 1) **прямые методы** — когда ведется работа непосредственно с участниками конфликта:
 - а) руководитель поочередно выслушивает каждого из конфликтующих, требуя не эмоций, а конкретных фактов, затем принимает решение;
 - б) конфликтующие проговаривают свои претензии к оппоненту в присутствии группы.
Члены группы высказывают свои мнения, с учетом которых руководитель принимает окончательное решение.
 - в) если конфликт не находит своего разрешения, вводятся административные санкции;
 - г) в случае, когда и пункт в) не помогает, желательно изолировать конфликтующих друг от друга.
- 2) **косвенные способы**, предложенные А. Б. Добровичем, предполагают в качестве главного действующего лица при разрешении конфликта «третейского судьи»:
 - а) принцип выхода чувств — предоставляется возможность беспрепятственно выразить свои отрицательные эмоции по поводу кого-то или чего-то, им сделанного что обычно, снимает накал страстей;

- б) принцип эмоционального возмещения — действенное сочувствие неправому, а неправы обычно оба, которое чаще всего порождает у него проявление раскаяния;
- в) принцип авторитетного третьего (остающегося тайной для конфликтующих) — использование всем известного и уважаемого ими лица в качестве «посланца доброй воли»;
- г) принцип принудительного слушания, когда «третий» предлагает конфликтующим отвечать оппоненту только после того, как они повторят последнюю реплику или смысл тирады, что, как правило, наглядно демонстрирует ссорящимся, что они не слышат друг друга;
- д) принцип обмена позициями — тот же «авторитетный третий» предлагает враждующим поменяться местами и от имени друг друга продолжать ссору, что позволяет им увидеть себя со стороны глазами другого;
- е) принцип расширения духовного горизонта спорящих — реализуется путем записи ссоры на диктофон и предъявления ее конфликтующим, что обычно вызывает не просто их удивление, а даже шоковое состояние от того, что они услышали.

Итак, малые группы разного уровня развития по-разному влияют на отношение людей друг к другу, что в случае негативных отношений выражается в повышении тревожности личности, ее фрустрации и межличностных конфликтах.

Содержание

| | |
|---|----|
| ЛЕКЦИЯ №1. Психология как наука. | 3 |
| 1. Предмет психологии. Отрасли психологии. Методы исследования | 3 |
| 2. Становление психологии как науки | 10 |
| ЛЕКЦИЯ №2. Психические процессы | 21 |
| 1. Деятельность | 21 |
| 2. Ощущение | 24 |
| 3. Восприятие | 31 |
| 4. Внимание | 35 |
| 5. Память | 41 |
| 6. Мышление | 49 |
| 7. Речь | 56 |
| 8. Воображение | 59 |
| ЛЕКЦИЯ №3. Свойства личности | 65 |
| 1. Темперамент | 65 |
| 2. Способности | 73 |
| 3. Характер | 79 |
| 4. Воля | 84 |

| | |
|---|-----|
| 5. Эмоции и чувства | 88 |
| ЛЕКЦИЯ №4. Психология возрастных различий. | 95 |
| 1. Психическое развитие ребенка младенческого возраста | 95 |
| 2. Особенности психики и поведения в раннем возрасте | 99 |
| 3. Психология дошкольника | 103 |
| 4. Психологические особенности младшего школьника | 109 |
| 5. Психологические особенности подросткового и юношеского возраста | 114 |
| ЛЕКЦИЯ №5. Человек и социум | 126 |
| 1. Сознание человека | 126 |
| 2. Малая группа и коллектив | 130 |
| 3. Общение | 142 |
| 4. Личность в группе | 152 |
| Содержание | 158 |

Богачкина Н. А.

ПСИХОЛОГИЯ
КОНСПЕКТ ЛЕКЦИЙ

Завредакцией педагогической литературы: *А. Ю. Рагулина*

Корректор: *И. И. Ульянова*

Технический редактор: *Т. И. Федорова*

Формат: 84 × 108/32

Гарнитура: «Ньютон»