

ПСИХОЛОГИЯ

шпаргалка

## Содержание

1. Определение психологии как науки	
Основные отрасли психологии	1 аб
2. Методы научных исследований	2аб
3. Современные психологические концепции	3аб
4. Деятельность	4аб
5. Понятие об ощущениях. Виды ощущений	5аб
6. Свойства ощущений	6аб
7. Понятие о восприятии. Виды восприятия	7аб
8. Предметность	8аб
9. Понятие о внимании. Виды внимания	9аб
10. Сосредоточенность	10аб
11. Понятие о памяти	11аб
12. Состав памяти	12аб
13. Понятие о мышлении. Виды мышления, формы мышления	13аб
14. Операции мышления. Индивидуальные особенности мышления	14аб
15. Речь и ее функции. Виды речи	15аб9
16. Понятие о воображении. Виды воображения. Функции воображения	16аб
17. История представлений о темпераменте	17аб
18. Типы и свойства темпераментов. Индивидуальный стиль деятельности	18аб
19. Темперамент и проблемы воспитания	19аб
20. Понятие о способностях. Виды способностей	20аб
21. Развитие памяти	21аб
22. Определение характера	22аб
23. Типология характеров	23аб
24. Понятие о воле. Волевая регуляция поведения	24аб
25. Развитие воли у человека, волевые качества	25аб
26. Понятие об эмоциях и чувствах. Виды чувств	26аб
27. Эмоциональные реакции и состояния. Высшие чувства. Развитие эмоций и чувств у детей	27аб
28. Психическое развитие ребенка младенческого возраста	28аб
29. Развитие личности в возрасте от года до трех лет. Кризис «Я сам»	29аб
30. Познавательное развитие ребенка раннего возраста. Развитие речи	30аб
31. Развитие личности в дошкольном возрасте	31аб
32. Познавательные процессы дошкольника	32аб
33. Готовность ребенка к обучению в школе	33аб
34. Психологические особенности начального этапа обучения	34аб
35. Умственное и познавательное развитие детей младшего школьного возраста	35аб
36. Формирование личности в младшем школьном возрасте	36аб
37. Общая характеристика познавательного и личностного развития	37аб
38. Совершенствование познавательных процессов. Развитие общих и специальных способностей	38аб
39. Развитие мышления	39аб
40. Индивидуальные особенности подростков. Акцентуации характера	40аб



41. Взаимоотношения подростков со взрослыми	41аб
42. Природа человеческого сознания	42аб
43. Сознательное и бессознательное	43аб
44. Механизмы психологической защиты	44аб
45. Понятие малой группы	45аб
46. Понятие коллектива	46аб
47. Структура малых групп	47аб
48. Межличностные отношения в группах	48аб
49. Понятие и виды общения	49аб
50. Роль общения в психическом развитии человека	50аб
51. Техника и приемы общения	51аб
52. Знаки внимания	52аб
53. Развитие общения	53аб
54. Влияние группы на личность. Самочувствие личности в группе	54аб
55. Восприятие и понимание людьми друг друга	55аб
56. Межличностные конфликты	56аб



1а

## 1. Определение психологии как науки, Основные отрасли 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.

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.

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).

2а

## 2. Методы научных исследований

**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 (самонаблюдение).

**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.

3а

## 3. Современные психологические концепции

**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.

4а

## 4. Деятельность

Под человеческой деятельностью подразумевается активность личности, призванная удовлетворить потребности и интересы путем достижения сознательно поставленной цели. В структуре деятельности выделяются 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) — внутренне (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**.

2. **Произвольные (волевые)** — произвольные (импульсивные). Произвольные 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.

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

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, создавая 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.

**Интервью** — метод, осуществляемый в процессе непосредственного общения, ответы даются в устной форме. 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, например рисунки, поделки, сочинения, стихи и т. д.

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

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. Современный человек выполняет большое количество самых различных видов деятельности в зависимости от своих потребностей. 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. **Игра** — деятельность, в процессе выполнения которой появляется материальный или идеальный продукт (исключение составляют деловые и конструкторские игры). **Труд** — деятельность, в ходе которой производятся предметы духовной и материальной культуры, совершенствуются орудия труда, улучшаются условия жизни, развиваются наука, техника, производство, творчество.

**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.

**Привычка** — непреодолимое стремление человека выполнять определенные действия.

**16** 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.

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.

**36** В первые годы советской власти это направление было также востребовано и в нашей стране, но в 1930-е гг. на общем фоне ограничения психологических исследований (постановление «О педологических извращениях в системе Наркомпроса») репрессиям подверглось и учение Фрейда.

Вплоть до 1960-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.

Основной вывод, во многих жизненных ситуациях человек принимает решения, опосредованные особенностями мышления.

<p><b>5а</b>      <b>5. Понятие об ощущении. Виды ощущений</b></p> <p><b>Ощущения</b> — это отраженные в коре головного мозга свойства воздействующих в данный момент на мозг предметов и явлений окружающего мира.</p> <p>Ощущения присущи не только человеку, это принадлежность всего живого на Земле, причем ощущения животных порой более тонкие, чем у человека.</p> <p>Ощущения можно подразделить на три большие группы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ощущения, отражающие свойства предметов и явлений окружающего мира: зрительные, слуховые, вкусовые, обонятельные, кожные;</li> <li>2) ощущения, которые отражают состояние организма: органические, равновесия, двигательные;</li> <li>3) ощущения, являющиеся комбинацией нескольких ощущений (осязательные), а также ощущения различного происхождения (например, болевые).</li> </ol> <p><b>Зрительные ощущения</b> 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.</p> <p><b>Слуховые ощущения</b> Колебания воздуха, попадая в ухо, вызывают колебания барабанной перепонки, а затем через среднее ухо передаются во внутреннее, где находится улитка — орган восприятия звуков.</p> <p><b>Виды ощущений:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) шумы;</li> <li>2) музыкальные;</li> <li>3) речевые (сочетают музыкальные звуки и шумы).</li> </ol> <p><b>Вкусовые ощущения.</b> Возникают в результате воздействия на рецепторы растворенных в воде или слюне веществ.</p>	<p><b>6а</b>      <b>6. Свойства ощущений</b></p> <p>Выделяются следующие свойства ощущений:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) пороги ощущений и их чувствительность;</li> <li>2) адаптация;</li> <li>3) синестезия;</li> <li>4) сенсбилизация.</li> </ol> <p><b>Пороги ощущений и чувствительность</b> анализаторов. Для того чтобы ощущение возникло, раздражитель должен быть определенной величины.</p> <p>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.</p> <p>Очень велика абсолютная чувствительность у зрительного анализатора. 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).</p> <p>На чувствительность анализаторов и величину порогов влияют многие факторы, наиболее значимые из</p>
<p><b>7а</b>      <b>7. Понятие о восприятии. Виды восприятия</b></p> <p><b>Восприятие</b> — это отраженные в коре головного мозга предметы и явления окружающего мира, которые в данный момент действуют на анализаторы человека.</p> <p><b>Виды восприятия</b> Рассмотрим две существующие классификации.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>2. В основе классификации лежит объект восприятия. Выделяются следующие виды: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) восприятие предметов;</li> <li>2) восприятие отношений;</li> <li>3) восприятие движений;</li> <li>4) восприятие пространства;</li> <li>5) восприятие времени;</li> <li>6) восприятие человека.</li> </ol> </li> </ol> <p>Рассмотрим подробнее особенности восприятия времени. Время объективно измеряется в секундах, минутах, часах, сутках и т. д.</p> <p>Однако субъективно каждый человек воспринимает время по-разному. Если человек чем-то увлечен, ему интересно, то и время летит незаметно. 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.</p>	<p><b>8а</b>      <b>8. Предметность</b></p> <p><b>Предметность</b> 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.</p> <p><b>Избирательность</b> проявляется в возможности выделения именно тех предметов, явлений, ситуаций, которые в данный момент крайне важны и необходимы.</p> <p>Избирательность выражается в выделении объекта из фона. Объектом восприятия принято считать то, что находится в центре внимания, а все, что его окружает, — это фон.</p> <p>Закон избирательности часто используется как в животном мире, так и в человеческом социуме.</p> <p>С этим связано наличие у животных покровительственной окраски, их способности сливаться с окружающим (например, смена цвета у хамелеона).</p> <p><b>Осмысленность</b> 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. Осмысленная происходящее, человек часто исходит из своих установок, т. е. предрасположенности воспринимать все определенным, заранее заданным образом.</p> <p>В жизни человека роль установок очень существенна. Они возникают, как правило, неосознанно и действуют как предубеждения.</p>

**66** которых — профессиональная деятельность человека, его интересы.

**Адаптация.** Многочисленные эксперименты показали, что анализаторы одного и того же человека могут изменять свою чувствительность, приспосабливаясь 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.

**Сенсбилизация.** Иногда можно изменить чувствительность одного анализатора, воздействуя на другой. Это явление и называется сенсбилизацией. 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. 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.

**86** **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 изображение на сетчатке различаются.

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

**56** 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.

**Кожные ощущения**

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).

**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.

**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.

**76** 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.

Пространство является неотъемлемой частью самого человека. Если другой человек вторгается в личное пространство, 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.

<p><b>9a</b></p> <p><b>9. Понятие о внимании. Виды внимания</b></p> <p><b>Внимание</b> — это сосредоточенность человека на объектах и явлениях окружающего мира, наиболее значимых для него.</p> <p>Внимание не существует само по себе. Просто быть внимательным невозможно, для этого необходимо функционирование психических процессов.</p> <p><b>Виды внимания</b></p> <p>Рассмотрим две классификации.</p> <p>1. Внимание может быть <b>внешним</b> (направлено на окружающее) и <b>внутренним</b> (сосредоточенность на собственных переживаниях, мыслях, чувствах).</p> <p>Такое деление до некоторой степени условно, так как часто люди погружены в собственные мысли, обдумывая свое поведение.</p> <p>2. В основе классификации лежит уровень волевой регуляции. Выделяется внимание <b>непроизвольное, произвольное, послепроизвольное</b>.</p> <p>Непроизвольное внимание возникает без всякого усилия со стороны человека, при этом отсутствует какая-либо цель и специальное намерение.</p> <p><b>Непроизвольное внимание</b> может возникать:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>из-за определенных особенностей раздражителя. К числу таких особенностей относятся: <ol style="list-style-type: none"> <li>сила, причем не абсолютная, а относительная (в полной темноте внимание может привлечь огонек от спички);</li> <li>неожиданность;</li> <li>новизна и необычность;</li> <li>контрастность (среди европейцев человек негроидной расы скорее привлечет к себе внимание);</li> </ol> </li> </ol>	<p><b>10a</b></p> <p><b>10. Сосредоточенность</b></p> <p><b>Сосредоточенность (концентрация)</b> — внимание удерживается на каком-либо объекте или деятельности, при этом отвлекаясь от всего остального.</p> <p><b>Устойчивость</b> — это длительное удержание внимания, которая повышается, если человек активен при осуществлении действий с предметами или выполнении деятельности. 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.</p> <p><b>Распределение внимания</b> — умение человека выполнять одновременно две или даже более деятельности, когда человек одновременно сосредоточен на нескольких объектах.</p> <p><b>Переключение внимания</b> — способность человека сосредотачиваться попеременно то на одной, то на другой деятельности (объекте) в связи с возникновением новой задачи.</p> <p>Внимание также имеет и свои недостатки, самым распространенным из которых является рассеянность, выражающаяся в двух видах:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>частая непроизвольная отвлекаемость в процессе выполнения деятельности. Про таких людей говорят, что у них «порхающее», «скользящее» внимание. Может возникнуть как следствие: <ol style="list-style-type: none"> <li>недостаточного развития внимания;</li> <li>плохого самочувствия, утомления;</li> <li>у учащихся — запущенности учебного материала;</li> <li>отсутствия интересов;</li> </ol> </li> <li>чрезмерная сосредоточенность на каком-то одном объекте или деятельности, когда ни на что другое не обращается внимание.</li> </ol>
<p><b>11a</b></p> <p><b>11. Понятие о памяти</b></p> <p><b>Память</b> — это сложный познавательный процесс, благодаря которому человек может запоминать, сохранять и воспроизводить свой прошлый опыт.</p> <p>Исследователи выделяют ассоциации разного вида, но классически это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ассоциации по сходству;</li> <li>ассоциации по контрасту;</li> <li>ассоциации по смежности.</li> </ol> <p>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.</p> <p>Человеческая память может быть классифицирована по нескольким основаниям.</p> <p>1. Время хранения материала:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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;</li> <li>кратковременная (КП) — способна сохранять информацию короткий промежуток времени и в ограниченном объеме. Как правило, у большинства людей объем КП равен <math>7 \pm 2</math> единицам;</li> <li>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;</li> </ol>	<p><b>12a</b></p> <p><b>12. Состав памяти</b></p> <p><b>Запоминание</b> — это процесс памяти, результатом которого является закрепление ранее воспринятой информации. Подразделяется на:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>произвольное</b> (ставится задача запомнить, при этом прилагаются определенные усилия) — <b>непроизвольное</b> (не ставится специальная задача запомнить, материал запоминается без каких-либо усилий);</li> <li><b>механическое</b> (информация запоминается в результате простого повторения) — <b>логическое</b> (устанавливаются связи между отдельными элементами информации, что позволяет забытое вывести заново путем логических рассуждений).</li> </ol> <p>Для того чтобы запоминание было успешным, следует придерживаться следующих положений:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>делать установку на запоминание;</li> <li>проявлять больше активности и самостоятельности в процессе запоминания (человек лучше запомнит путь, если будет двигаться самостоятельно, нежели когда его будут сопровождать);</li> <li>группировать материал по смыслу (составление плана, таблицы, схемы, графика и т. п.);</li> <li>процесс повторения при заучивании следует распределять в течение определенного времени (дня, нескольких часов), а не подряд;</li> <li>новое повторение улучшает запоминание ранее выученного;</li> <li>вызвать интерес к запоминаемому;</li> <li>необычность материала улучшает запоминание.</li> </ol> <p><b>Воспроизведение (восстановление)</b> — процесс памяти, благодаря которому извлекается ранее закрепленный прошлый опыт.</p> <p>Выделяются следующие формы воспроизведения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>узнавание — появление чувства знакомости при восприятии;</li> </ol>

**106** Внимание дошкольника характеризуется такими качествами как **непроизвольность, отсутствие сосредоточенности, неустойчивость**.

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.

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 просит 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.).

**96** д) подвижность (на этом основано действие маяка, который не просто горит, а мигает);

2) из внутренних побуждений личности.

Здесь относятся настроение человека, его интересы и потребности. 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.

**126** 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. Действия, которые остались незавершенными, испытываемые вспоминают почти в два раза чаще тех, выполнение которых им удалось закончить.

**Забывание** — выпадение из памяти, исчезновение ранее заученного материала. 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.

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

5) генетическая память.

2. Ведущая роль того или иного анализатора:

1) двигательная — запоминаются и воспроизводятся двигательные реакции, поэтому на ее основе формируются основные двигательные навыки (ходьба, письмо, спорт, танцы, труд);

2) эмоциональная — запоминание определенного эмоционального состояния и его воспроизведение при повторении ситуации, когда оно возникло в первый раз. Особенности: особая прочность; быстрое формирование; непроизвольность воспроизведения; 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;

4) слуховая — способствует хорошему запоминанию и воспроизведению самых разнообразных звуков. Особенно хорошо развита у музыкантов, акустиков 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.

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



13а

### 13. Понятие о мышлении. Виды мышления, формы мышления

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

#### 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. К опосредованному познанию человек прибегает в следующих случаях:
  - а) если непосредственное познание невозможно, так как наши анализаторы несовершенны или вовсе отсутствуют;
  - б) если непосредственное познание невозможно в условиях реального времени, например, археологические раскопки;
  - в) если непосредственное познание нецелесообразно, например, нет смысла выходить на улицу, чтобы узнать температуру воздуха;
- 4) активно функционирует в условиях проблемной ситуации;
- 5) расширяет границы познания;
- 6) позволяет предвидеть наступление некоторых событий, например, солнечного затмения.

По характеру решаемых задач выделяется мышление теоретическое, с помощью которого устанавливаются общие закономерности, и практическое, по-

14а

### 14. Операции мышления. Индивидуальные особенности мышления

Мыслительные задачи решаются с помощью мыслительных операций.

**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.

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.

15а

### 15. Речь и ее функции. Виды речи

**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.

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.

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 обобщенности, содержательности, увлекательности.

Устная речь более выразительная, так как используются мимика, жесты, интонация, голосовая модуляция

16а

### 16. Понятие о воображении. Виды воображения. Функции воображения

**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 ХХII 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.

**146** 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, мысленные.

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.

**166 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.

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.

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.

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.

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

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

**136** средством 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**. Наглядно-действенное мышление направлено на решение задач посредством внешних, практических действий. Наглядно-образное мышление опирается на представления или восприятие, так как задачи решаются посредством образов. 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, сажая не просто дерево как таковое, а конкретно березу, яблоню и т. д. 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 («Вита Иванов хорошо рисует»). Форма мышления, посредством которой сопоставляются и анализируются разнообразные суждения с целью получения нового суждения, называется умозаключением.

**156** и т. п. Специфика этого вида в том, что сразу же можно видеть реакцию слушателей на слова говорящего, что позволяет определенным образом корректировать речь. 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.

**Внутренняя речь** — речь про себя. Ее наиболее характерные черты — это фрагментарность, отрывочность, сокращенность.

<p><b>17a</b>      <b>17. История представлений о темпераменте</b></p> <p>Темперамент представляет собой сочетание свойств, определяющих динамику функционирования психических процессов и поведения человека.</p> <p>Учение о темпераменте имеет длинную историю и восходит к воззрениям древнегреческого врача Гиппократ. Согласно его описанию, тип темперамента зависит от соотношения в организме человека различных жидкостей: крови, желчи и лимфы.</p> <p>Работавшие несколькими столетиями позднее римские врачи стали употреблять слово «temperamentum» («надлежащее соотношений частей») для обозначения пропорций жидкости при их смешении.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Впоследствии эти названия утратили статус научных, но сохранились как дань истории.</p> <p><b>Гуморальная теория</b> (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.</p> <p><b>Учение о высшей нервной деятельности</b>, в основе которого лежат взгляды И. П. Павлова о зависимо-</p>	<p><b>18a</b>      <b>18. Типы и свойства темпераментов. Индивидуальный стиль деятельности</b></p> <p>Согласно современным воззрениям на классификацию темпераментов, классическое деление на четыре типа до некоторой степени условно.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>У активного индивида яркая мимика и пантомимика, быстрая речь, повышенная жестикуляция, как правило, их голос более сильный, громкий.</p> <p>У менее активного эти же качества имеют противоположное проявление.</p> <p>Активность может проявляться в реактивности, т. е. в повышенной чувствительности, реакции на самые незначительные стимулы. Такое свойство характеризует людей со слабым типом ВНД.</p> <p>Другими, не менее важными свойствами темперамента выступают пластичность — ригидность.</p>
<p><b>19a</b>      <b>19. Темперамент и проблемы воспитания</b></p> <p>Возрастные проявления темперамента зависят прежде всего от хода созревания мозговых структур, свойств нервной системы.</p> <p>Чем младше дети, тем более для них характерны проявления слабости нервной системы, а именно: малая выносливость и высокая чувствительность.</p> <p>У младших школьников активность нервной системы проявляется в легкости возникновения интереса и в отсутствии способности к длительному сосредоточению.</p> <p>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.</p> <p>Но в тех ситуациях, где возникают сильные, порой неожиданные раздражители, такие дети теряются и не справляются с деятельностью.</p> <p>Рассматривая подвижность нервных процессов, можно отметить следующее.</p> <p>Школьники с высокой подвижностью быстрее справлялись с заданием, но при этом допускали ошибки.</p> <p>Обладающие инертной системой работали плавно, равномерно, пунктуально выполняли задание, допуская минимальное количество ошибок, однако не всегда укладывались в отведенное время.</p> <p>Для того чтобы как можно точнее определить тип темперамента ребенка, важно отметить наличие следующих черт:</p> <p>1) активность — проявляется в том, насколько энергично ребенок тянется к новому, взаимодействует с окружающими, преодолевает препятствия;</p>	<p><b>20a</b>      <b>20. Понятие о способностях. Виды способностей</b></p> <p><b>Способности</b> — это особенности человека, несводимые к знаниям, умениям, навыкам, но позволяющие быстро их приобретать и эффективно применять в практической деятельности.</p> <p>Б. М. Теплов в качестве основных признаков способностей выделяет следующие:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) это индивидуально-психические особенности человека, отличающие одного от другого;</li> <li>2) это не любые особенности, а только те, которые влияют на успешность выполнения деятельности;</li> <li>3) не сводятся к уже имеющимся знаниям, умениям, навыкам.</li> </ol> <p>Как правило, эффективность выполнения деятельности зависит не от одной, а от совокупности способностей.</p> <p><b>Классификация способностей</b></p> <p>1. Природные (естественные) и специфические человеческие (социальные).</p> <p>Многие способности являются общими как для человека, так и для животных.</p> <p>К таким общим, биологически обусловленным способностям, следует отнести восприятие, память, элементарное мышление и общение, в основном на уровне экспрессии.</p> <p>В основном формирование этих способностей происходит на основе элементарных задатков через обучение.</p> <p>Специфические человеческие способности (социальные) формируются как следствие следующих ситуаций:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) существование социально-культурной среды, в которой отражается весь опыт, накопленный поколениями людей;</li> </ol>

**186** 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.

**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 мало подвижная, речь и движения замедленные, интроверт.

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

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

**206** 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 умениями 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.

3. Теоретические и практические способности.

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

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.

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

Для человека очень благоприятно, если оба этих вида взаимно дополняют друг друга.

**176** сти 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, уравновешенный, 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.

**196** 2) амонациональность, о которой судят по тому, как легко сменяются эмоциональные состояния, насколько чутко 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.

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.

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

**21а****21. Развитие памяти**

**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.

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).

**22а****22. Определение характера**

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 приобретенное образование.

В структуре черт характера можно выделить следующие блоки:

- 1) система отношения к действительности;
- 2) волевые качества.

В свою очередь система отношения к действительности подразделяется на:

- 1) отношение к коллективу, другим людям (честность, коллективизм, конформизм, эгоизм, душевность и т. д.);

**23а****23. Типология характеров**

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

Опираясь на те черты характера, которые свидетельствуют об отношении к людям, **К. Леонард создает свою классификацию.**

- 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 провоцирует 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;

**24а****24. Понятие о воле. Волевая регуляция поведения**

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 произвольными (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, ру-

**226** 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.

**246** ковождствуясь 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).

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.

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.

**216** 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.

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 небологического плана;
- 3) способность достигает необходимого уровня развития.

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

**236** 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 сострадательен, слезлив;

9) демонстративный тип — легко устанавливает контакты с окружающими. Жаждет власти и похвалы, обходитель 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.

25а

## 25. Развитие воли у человека, волевые качества

В структуре личности можно выделить волевые качества, значение которых в жизни человека очень велико.

**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.

**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.

**Настойчивость** — это способность человека, несмотря на трудности и препятствия, достигать поставленной цели.

**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.

26а

## 26. Понятие об эмоциях и чувствах. Виды чувств

«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.

**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

$$\mathcal{E} = (-\Pi) / (H-C)$$

где  $\mathcal{E}$  — эмоции;

$\Pi$  — потребность (в формуле она берется с отрицательным знаком «-»);

$H$  — информация, необходимая для удовлетворения потребности;

$C$  — 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;

27а

## 27. Эмоциональные реакции и состояния. Высшие чувства. Развитие эмоций и чувств у детей

Внешнее выражение эмоций определяется как эмоциональная реакция. Выразительные движения способствуют лучшему взаимопониманию между людьми, являясь произвольным сопровождением речи.

**Язык эмоций** — это язык, понятный без переводчика, однако следует помнить, что существуют культурные и национальные особенности, которые определяются обычаями и традициями.

Наиболее распространенными из них являются настроение, аффект, фрустрация и стресс.

**Аффект** — быстро возникающее и бурно протекающее эмоциональное состояние, которое характеризуется нарушением сознательного контроля своих действий, неспособностью адекватно оценивать происходящее.

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.

28а

## 28. Психическое развитие ребенка младенческого возраста

Ребенок появляется на свет беспомощным, имеющим лишь очень ограниченный набор безусловных рефлексов (сосательный, ориентировочный, оборонительный) и некоторых двигательных — атавистических рефлексов (цеплятельный, плавательный, отталкивания).

Процесс познания окружающего мира начинается с момента рождения.

Первым активно развиваться начинает зрение. Мясчатый 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.

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.

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,

**266** 2) если  $H = C$ , то  $\Xi = 0$ , т. е. ситуация, когда человек обладает полнотой информации и возможностями для удовлетворения потребности;

3) если  $C = 0$ , то  $\Xi$  — 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.

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.

**286** 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.

Во второй половине первого полугодия ребенок начинает выразительными движениями реагировать на речь взрослого, что может свидетельствовать о понимании младенцем этой речи.

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.

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 внешнего 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.

**256** 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.

Следование определенным правилам поможет взрослому 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, обдуманны и немногочисленны.

6. Не требуйте проявления интереса при выполнении всех дел, некоторые следует выполнять автоматически.

**276** 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.

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.

Интеллектуальные чувства возникают в процессе познавательной деятельности и отражают отношение человека к этой деятельности.

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.



### 29а 29. Развитие личности в возрасте от года до трех лет. Кризис «Я сам»

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.

Выделим основные достижения раннего возраста, влияющие на психическое развитие ребенка:

- 1) овладение прямой походкой;
- 2) овладение активной речью;
- 3) развитие предметной деятельности.

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 волевую сферу, получает при этом разнообразные

### 30а 30. Познавательное развитие ребенка раннего возраста. Развитие речи

В раннем возрасте ведущим видом деятельности является предметная деятельность, а в результате действий с предметами активно развивается психика ребенка. 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). 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 иллюзорным рисунком становится закругленная линия, с помощью которой изображаются практически все объекты и предметы (стадия «головоногов»).

Конструирование еще элементарное. Ребенок копирует образцы, показанные взрослыми.

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.

Сравнение предметов происходит посредством внешних действий, но к концу возрастного этапа в простых случаях может осуществляться при помощи зрения.

### 31а 31. Развитие личности в дошкольном возрасте

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.

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.

### 32а 32. Познавательные процессы дошкольника

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.

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 складываться фундамент логического мышления. Внимание ребенка на протяжении всего дошкольного возраста продолжает оставаться непроизвольным, хотя и приобретает большую устойчивость и сосредоточенность. 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 непроизвольное запоминание;

**306** На третьем году жизни часто в качестве постоянного образца для сравнения ребенок использует хорошо знакомые предметы (треугольные предметы — «как домик», «как крыша», овалы — «как яйцо» 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. 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.

На начальном этапе овладения речевой структурой ребенок усваивает слоги, вначале ударные, затем ударные 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.

**326** 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.

**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.

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.

**296** Эмоции.

На протяжении раннего возраста происходит постепенное усвоение ребенком человеческих форм поведения. Малыш хочет получить от взрослого похвалу и огорчается, если им недоволен. 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, своеобразие** — стремление ребенка к самостоятельности, желание все делать самому.

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.

**316** 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.

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.

**33а****33. Готовность ребенка к обучению в школе**

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.

**34а****34. Психологические особенности начального этапа обучения**

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 преподносится 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,

**35а****35. Умственное и познавательное развитие детей младшего школьного возраста**

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 привести 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 запомина-

**36а****36. Формирование личности в младшем школьном возрасте**

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 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. Трудолю-

**346** 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.

Дети, имеющие физические недостатки, требуют щадящего к себе отношения, соблюдения психогигиенических и психологических требований.

На начальном этапе обучения требуется повышенное внимание к школьникам со стороны родителей и педагогов, чтобы процесс адаптации прошел более быстро и безболезненно.

**366** бие 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:

- 1) больше доверять ребенку, поручая самостоятельное выполнение заданий;
- 2) поощрять стремление к самостоятельности;
- 3) поручать выполнение домашних дел при минимальной помощи взрослого;
- 4) 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.

**336** 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 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.

**356** ния, 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 рядоположением предметов, то есть сначала отмечаются 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.

37а

### 37. Общая характеристика познавательного и личностного развития

**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.

38а

### 38. Совершенствование познавательных процессов. Развитие общих и специальных способностей

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, употреблять такие слова: «Обращаю ваше внимание на...», используя разноцветный мел, акцентированное повторение 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 непроизвольного запоминания и возрастает эффективность опосредованного.

В подростковом возрасте кардинально меняется взаимоотношение между памятью и мышлением.

39а

### 39. Развитие мышления

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 пу-

40а

### 40. Индивидуальные особенности подростков. Акцентуации характера

**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.

Рассмотрим типологию акцентуаций характера.

1. Гипертимный тип — характеризуется активностью, выносливостью, способен вызывать доверие.

Это человек общительный, находчивый, который не теряет в стрессовых и нестандартных ситуациях, предпочитает быть лидером.

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.

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.

4. Застревающий 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.

**386** 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 монологическая и письменная речь.

В подростковом возрасте ребенок учится самостоятельно готовить текст устного выступления.

Аргументировать свои мысли, писать сочинение на произвольную или заданную тему.

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.

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.

**406** 5. Неустойчивый тип характеризуется доверчивостью и преданностью к группе.

Подросток с таким типом характера способен ежедневно получать сильные яркие впечатления от жизни, не переутомляться.

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.

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.

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.

9. Педантичный тип характеризуется заботой о благополучии других людей, привязанностью к матери, близким людям.

Они ответственны и исполнительны, способны поверить все, включая незначительные мелочи.

10. Конформный тип отличает преданность группе, стремление к стабильности и устойчивости.

11. Циклоидный тип характеризует большая привязанность к дому, домашним традициям.

Для таких подростков характерна смена настроения от оптимистического до пессимистического.

**376** 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 отмечают 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 послы, умеют оперировать гипотезами.

Таким образом, в подростковом и юношеском возрасте наблюдается интеллектуализация всех познавательных процессов, происходит поиск своего места в системе общественных отношений.

**396** бличные 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 — организовав 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.

#### 41а 41. Взаимоотношения подростков со взрослыми

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 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.

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.

#### 42а 42. Природа человеческого сознания

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;

#### 43а 43. Сознательное и бессознательное

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 действие, 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 установка) 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: на-

#### 44а 44. Механизмы психологической защиты

Заслуга З. Фрейда заключается 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.

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.

**426** 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.

**446** 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.

5. Идентификация — «сращивание» 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.

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.

7. Включение — опереживание как способ облегчения собственного внутреннего напряжения. Например, опереживая 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.

**416** 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.

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. 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.

**436** пример, 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. 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.



<p><b>45a</b>      <b>45. Понятие малой группы</b></p> <p><b>Малая группа</b> — 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 (Андреева, 2004).</p> <p>Среди основных признаков малой группы можно назвать следующие:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) размер — число членов группы;</li> <li>2) психологический климат группы — нравственно-эмоциональная окраска взаимоотношений в группе;</li> <li>3) композиция — характеристика входящих в группу членов (численность, половой и возрастной состав, национальность, социальное положение членов группы), т. е. индивидуальный состав группы;</li> <li>4) структура группы — те функции, которые выполняют члены группы, а также состояние формальных и неформальных взаимоотношений в группе;</li> <li>5) групповые процессы — показатели актуальных социальных отношений, существующих в группе (лидерство — руководство, стадии развития группы, групповое давление и т. д.);</li> <li>6) групповые нормы — правила поведения, которых придерживаются члены группы.</li> </ol> <p>Перечисленные выше характеристики малой группы являются основаниями, согласно которым классифицируют и изучают малые группы в социальной психологии.</p> <p>Проблема классификации социальных групп различными исследователями понимается по-разному. Рассмотрим классификацию на стр. 133, предложенную Г. М. Андреевой.</p> <p><b>Условные</b> — это группы, которые объединяют людей, не являющиеся членами ни одной малой группы. Реаль-</p>	<p><b>46a</b>      <b>46. Понятие коллектива</b></p> <p>Коллектив представляет группу лиц, объединенных для совместной деятельности, важной и необходимой для значительного числа людей, не только членов этого коллектива.</p> <p>Взаимоотношения характеризуются доверительностью, открытостью, взаимным уважением и т. п.</p> <p>Р. С. Немов указывает на следующие требования, предъявляемые к коллективу:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) успешно справляться с возложенными на него задачами (эффективность в отношении основной для него деятельности);</li> <li>2) иметь высокую мораль;</li> <li>3) отличаться хорошими человеческими отношениями;</li> <li>4) создавать для каждого своего члена возможность развития как личности;</li> <li>5) быть способным к творчеству;</li> <li>6) иметь сложившуюся дифференцированную систему различных деловых и личных взаимоотношений, строящихся на высокой нравственной основе.</li> </ol> <p>О наличии коллективистских отношений в группе свидетельствуют следующие критерии (Р. С. Немов, 1995):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) нравственность — взаимоотношения строятся на нормах и ценностях общечеловеческой морали;</li> <li>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;</li> <li>3) открытость проявляется в умении строить хорошие отношения не только с членами своего коллектива,</li> </ol>
<p><b>47a</b>      <b>47. Структура малых групп</b></p> <p>Если в качестве основы для рассмотрения исходить из положения индивида в группе, то можно выделить следующие показатели:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) позиция — официальное положение человека;</li> <li>2) статус — место, реально занимаемое индивидом в системе внутригрупповых отношений, степень действительного авторитета.</li> <li>3) внутренняя установка — это субъективное понимание человеком своего положения в группе.</li> <li>4) роль — заданный социальными нормами образец поведения, ожидаемый и одобряемый группой.</li> <li>5) конформность — это приспособленчество, сознательное нежелание человека идти против мнения большинства в группе, чтобы не создавать себе проблем в общении.</li> </ol> <p>Типы и варианты внутригрупповых структур коммуникаций:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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.);</li> <li>2) радиальная — члены группы не имеют возможности непосредственно контактировать друг с другом, а общаются через центральное лицо;</li> <li>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;</li> <li>4) цепная — каждый член группы (исключение составляют двое крайних участников) взаимодействует с двумя соседями;</li> <li>5) круговая — возможности всех членов группы равны, каждый может непосредственно наблюдать за реакцией другого;</li> </ol>	<p><b>48a</b>      <b>48. Межличностные отношения в группах</b></p> <p><b>Официальные</b> — отношения, которые регулируются должностными обязанностями, закрепленными законодательно.</p> <p><b>Неофициальные</b> — в основе лежат личные симпатии и антипатии людей, не имеющие какой бы то ни было юридической основы и твердо установленных норм.</p> <p><b>Деловые</b> — возникают между людьми по поводу выполнения совместной деятельности.</p> <p><b>Личные</b> — отношения, складывающиеся между людьми вне зависимости от совместно выполняемой деятельности.</p> <p><b>Рациональные</b> — в основе лежат объективные качества человека, которые признаются большинством окружающих людей.</p> <p><b>Эмоциональные</b> — в оценке человека исходят из субъективного мнения о нем, что далеко не всегда соответствует истинному положению.</p> <p>Существуют различные пути повышения эффективности групповой деятельности.</p> <p>Величина группы неоднозначно влияет на эффективность выполняемой группой деятельности.</p> <p>Следствием изменения количества членов группы как в ту, так и в другую сторону могут быть как положительные, так и отрицательные явления.</p> <p>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.</p> <p>Отрицательные явления: возможно снижение сплоченности, возрастает вероятность распада на группы-</p>

**466** 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.

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.

**486** ровки, 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.

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.

**456** ные — действительно существующие объединения людей, которые в полном объеме соответствуют всем параметрам малой группы. Психологи часто в исследовательских целях имеют дело с реальной лабораторной группой, которая создается экспериментатором с целью сопровождения какого-либо научного исследования, проверки выдвинутой гипотезы. Эта группа существует только в период проведения эксперимента, после чего распадается. Реальные естественные группы складываются независимо от желания экспериментатора, а возникают и существуют, исходя из потребностей общества или включенных в эти группы людей. Формальные группы — существующие в рамках признаваемых официально организаций. 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. Нереперентная группа не представляет для человека никакой ценности, несмотря на то, что он является ее членом.

Слаборазвитые группы отличает отсутствие прочной психологической общности, взаимоотношения не стабильны, нет четкого распределения обязанностей, признанных лидеров.

**476** б) полная — для свободного межличностного общения не возникает никаких препятствий.

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).

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.

В процессе управления группой как руководителем, так и лидер могут использовать различные средства психологического воздействия, которые в совокупности определяют стиль лидерства (руководства).

Классически выделяют три стиля: авторитарный, демократический, либеральный.

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.

49а

## 49. Понятие и виды общения

Общение представляет собой процесс взаимодействия людей, в результате которого происходит обмен информацией.

**Содержание** — это та информация, которая передается живыми существами при межличностных контактах. И человек, и животные могут передавать друг другу информацию о потребностях, об эмоциональных состояниях, сигналы об опасности.

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. 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;

50а

## 50. Роль общения в психическом развитии человека

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.

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. Рассмотрим это подробнее.

**Деловое общение** — способствует формированию и развитию коммуникативных и организаторских способностей человека.

51а

## 51. Техника и приемы общения

**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. 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, 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;
- 6) 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 замаскиро-

52а

## 52. Знаки внимания

**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 откровенно 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,

**506** **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.

**526** что...», причем следует обязательно дожидаться 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...»).

**496** 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, СММ 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.

**516** ванной форме;

4) потирание века;

5) почесывание или потирание уха.

Предостережение — нельзя возводить рассмотренные жесты в абсолюты.

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) подпираание 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 собственность 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.

**53a****53. Развитие общения**

Процесс общения развивается как в фило-, 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) развитие 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 (мимика, 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

**54a****54. Влияние группы на личность. Самочувствие личности в группе**

Рефертная (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 возбудимости;
- 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.

**55a****55. Восприятие и понимание людьми друг друга**

**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, согласуясь 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.

**56a****56. Межличностные конфликты**

**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 пять 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.
4. Приспособление — возможно, если партнер действительно прав.
5. Соперничество — чаще всего используемый способ, но его эффективность минимальна.

**Принципы управления конфликтом:**

- 1) следует определить, действительно ли необходимо обострять ситуацию, доводя ее до конфликта.
- 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.

**546** 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 участи 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.

**536** 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 разделения 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 разделение 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.

#### **566** Способы разрешения конфликта:

1) прямые методы — когда ведется работа непосредственно с участниками конфликта;

2) косвенные способы, предложенные А. Б. Добровишем, предполагают в качестве главного действующего лица при разрешении конфликта «третьейского 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 — ответственное 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 шок от того, что они услышали.

**556** 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 обильной памятью и мышлением;

3) перцептивно-ассоциативный — обращается 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.

**Богачкина Н. А.**

**Психология**

шпаргалка

Завредакцией: *Рагулина А. Ю.*  
Редактор: *Елистратова М. В.*

ООО «Издательство «ЭКСМО»  
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21  
**Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)**

Формат 60×90 1/16.