

**Министерство просвещения РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Шадринский государственный педагогический университет»
Институт психологии и педагогики
Кафедра психологии развития и педагогической психологии**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по ПСИХОЛОГИИ
для вступительных испытаний (СПО)**

для направления подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (профиль
«психология развития и образования»)

уровень высшего образования – бакалавриат

квалификация – бакалавр

Тема 1. Психология как наука

«Психология» в переводе с древнегреческого буквально означает «наука о душе» (psyche - «душа», logos- «понятие», «учение»).

Психология – это наука о фактах, закономерностях и механизмах развития психики.

Понятие «психология» имеет как научный, так и житейский смысл. В первом случае оно употребляется для обозначения соответствующей научной дисциплины, а во втором – для объяснения поведения или психических особенностей отдельных лиц или групп людей.

Житейская психология – это совокупность психологических знаний, не отвечающих стандартам научности и закрепленных в форме традиций, обрядов, норм и правил поведения, народной мудрости, афоризмов, произведений искусства.

Научная психология – это устойчивые психологические знания, полученные в процессе теоретического и экспериментального изучения психики людей и животных.

Ю. Б. Гиппенрейтер выделяет отличия житейских психологических знаний от научных (таблица 1).

Таблица 1

Сравнительная характеристика житейской и научной психологии

Житейская психология	Научная психология
Субъект познания – <i>любой человек</i>	Субъектом познания является <i>научное сообщество</i>
Объект познания – сам <i>человек</i> и <i>его окружение</i> в обыденных ситуациях	Объект познания – разные <i>виды деятельности человека</i> и <i>животных</i> , тексты разного рода, представляющие собой результат прошлой деятельности человека
<i>Конкретность</i> Привязана к конкретной ситуации, конкретным людям, конкретным задачам человеческой деятельности	<i>Обобщенность</i> Осмысленность конкретного психологического знания на основе специфики его проявления у многих людей, во многих условиях, применительно ко многим задачам человеческой деятельности
<i>Интуитивность</i> свидетельствует о недостаточной осознанности их происхождения и закономерностей функционирования	<i>Рационализм</i> научные знания максимально исследованы и осознаны
<i>Ограниченность знаний</i> Недостаточность представлений человека о специфике и сферах функционирования конкретных психологических феноменов	<i>Знания не ограничены</i> Могут быть использоваться множеством людей
Основные методы исследования – <i>наблюдение</i> и размышление	Основной метод исследования – <i>эксперимент</i>
<i>Ограничена в материале</i> Человек, обладающий житейскими психологическими наблюдениями, не может их сравнить с подобными у других людей.	<i>Не ограничена в материалах</i> В научных психологических знаниях отражен весь человеческих опыт и условия, в которых он накапливался.

Основная *цель* психологии – это познание психического во всех его проявлениях в жизни: от элементарных психических актов до личности и ее поведения.

Основные задачи психологии: а) выявление и описание конкретных фактов психической жизни; б) объяснение психических фактов путем раскрытия психических закономерностей и законов; в) выяснение механизмов проявления психологических закономерностей и законов.

Положение психологии в системе наук

Согласно классификации наук, предложенной Б.М. Кедровым психология представляет собой «связующее звено» между вершинами так называемого «треугольника наук».



Рис.1. Положение психологии в системе наук (по Б.М. Кедрову)

Сутью данной классификации является отражение предметного и методического родства между различными научными дисциплинами. Связь психологии с естественными науками проявляется преимущественно в методе построения исследования. Например, прообразом психологического эксперимента в психологии сознания В. Вундта был физиологический эксперимент.

Взаимодействие с социальными науками проявляется в материале исследований. Например, психологи используют данные этнографии и лингвистики.

Взаимосвязь с философскими предметами проявляется в предмете исследования. Например, мышление является предметом диалектики и логики.

Следует отметить, что психология не является только заимствующим понятиями, концептуальными моделями и исследовательскими стратегиями у смежных дисциплин, она вносит собственный вклад в систему научных знаний о человеке.

По мнению Ж. Пиаже, совокупность наук может быть рассмотрена как некий континуум, в котором к одному из полюсов будут тяготеть науки, которые призваны координировать общую структуру познавательной деятельности человека (философия, математика, логика), а к другому — те, что определяются специфическими особенностями познаваемых объектов (физика, химия, биология).

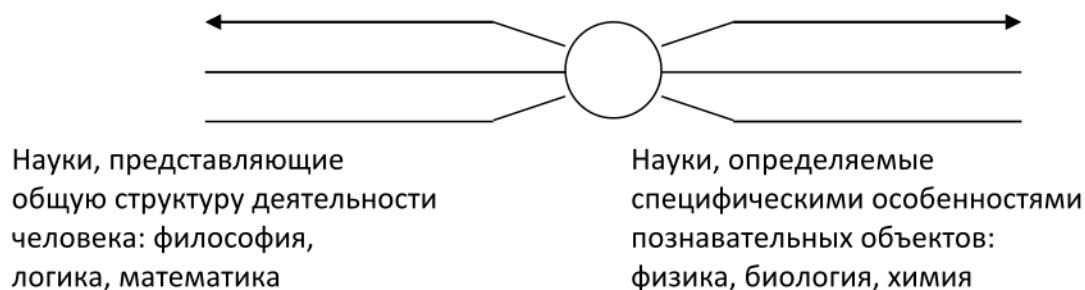


Рис.2. Классификационная схема наук, по Ж. Пиаже

Психология, по словам Пиаже, занимает «ключевую позицию в системе наук», так как именно через нее вся система наук приобретает свою замкнутость и целостность. Психология отвечает на вопрос, как человек познает мир, а все остальные науки — как описывающие абстрактные правила познания, так и распространяющие эти

правила на предметный мир — являются конкретным воплощением познания. Другими словами, психология опосредствует понимание деятельности по реализации принципов абстрактных наук на материале наук специальных и процесс ассимиляции данных, полученных в рамках специальных наук, — науками абстрактными.

Основные отрасли психологии

Выделение отдельных отраслей психологии может происходить на основе различных критериев.

Первое основание — это норма и патология психики и личности человека. Сюда могут быть отнесены такие отрасли, как общая психология, психофизиология, психофизика, патопсихология, клиническая психология, психология здоровья и другие.

Второе основания — для изучения психологических аспектов различных видов деятельности выделяют психологию труда, педагогическую психологию, инженерную психологию, юридическую психологию, космическую психологию, военную психологию, спортивную, психологию торговли, психологию искусства т.д.

Третьим основанием является развитие личности и психики человека и животных. Исходя из этого, можно выделить возрастную психологию, детскую психологию, психологию зрелости, геронтологию, психогенетику, зоопсихологию и сравнительную психологию.

Четвертое основание классификации — отношение человека (как субъекта развития и деятельности) к природе, обществу, где осуществляется его деятельность и развитие. К данной области относятся социальная психология, психология личности.

В психологической литературе можно встретить и другой вариант выделения отраслей психологии. Так, В.В. Нуркова и Н.Б. Березанская весь комплекс психологических дисциплин разделили на фундаментальную (общую) психологию и прикладную.



Рис.3. Отрасли психологии

Фундаментальные специальные отрасли психологии концентрируются на том или ином аспекте психики, на аспекте целостного функционирования и развития психики. К данной группе относятся нейропсихология, дифференциальная психология, социальная психология и т.д.

Нейропсихология — отрасль психологии, направленная на изучение мозговых механизмов высших психических функций на материале локальных поражений головного мозга.

Патопсихология — отрасль психологии, изучающая изменения психической деятельности при патологических состояниях, связанных с психическими или соматическими заболеваниями.

Возрастная психология — отрасль психологии, изучающая особенности функционирования психики у представителей различных возрастных групп.

Дифференциальная психология (психология индивидуальных различий) — отрасль психологии, изучающая психологические различия между индивидами и группами, а так же причины и следствия этих различий.

Социальная психология — отрасль психологии, изучающая закономерности социально обусловленного поведения и деятельности людей. Она изучает психические явления, которые возникают в процессе взаимодействия людей в различных организованных и неорганизованных общественных группах.

Междисциплинарные специальные отрасли возникают на границах психологического знания и областей других наук, например такие, как психофизиология, психолингвистика, психогенетика.

Психофармакология — отрасль психологии, возникшая на стыке фармакологии и психологии, изучающая воздействие на психику фармакологических средств, среди которых особое место занимают психотропные средства.

Психолингвистика — дисциплина, изучающая обусловленность процессов речи структурой языка, которая формируется на стыке психологии и лингвистики.

Психофизиология — область междисциплинарных исследований на стыке психологии и нейрофизиологии, направленных на изучение психики в единстве с ее нейрофизиологическим субстратом.

Фундаментальные специальные отрасли психологии и междисциплинарные специальные отрасли психологии используют в своих построениях теоретический аппарат общей психологии. Знания, накопленные общей психологией и преломленные через более конкретную проблематику фундаментальных специальных и междисциплинарных специальных отраслей, находят свое практическое воплощение в прикладных отраслях психологии.

Прикладные отрасли психологии позиционируются в связи с конкретными сферами деятельности психологов-практиков (подбор персонала, консультирование, имиджмейкерство, реклама, создание комфортных условий на производстве, психологическая коррекция семейных отношений, психологическая реабилитация жертв стихийных бедствий и т.д.). Так, например, психотерапевт использует в своей практике общие знания о познавательных процессах (уровень общей психологии), сведения из патопсихологии аномального поведения (уровень фундаментальной специальной отрасли психологии) и из психофизиологии (уровень междисциплинарной специальной отрасли психологии).

Перечислим несколько прикладных отраслей психологии.

Психология спорта — отрасль психологии, изучающая закономерности функционирования психики человека в условиях спортивной деятельности.

Медицинская психология — отрасль психологии, изучающая явления и закономерности психической жизни людей, связанные с применением медицинских манипуляций и пребыванием в медицинских учреждениях.

Педагогическая психология — отрасль психологии, изучающая закономерности усвоения индивидом социального опыта в условиях учебно-воспитательной деятельности.

Тема 2. Предмет психологии

В психологии объектом исследования выступают носители психики – человек и различные социальные общность, животные и их сообщества.

Предметом исследования является сторона (свойство, функция и т.п.) или стороны объекта науки, какими он представлен в ней. Одной из особенностей современной психологии является ее полипредметность.



Рис. 4. Полипредметность психологии

Психологические явления и факты

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

Под *психологическими фактами* понимается гораздо более широкий круг проявлений психики, в том числе их объективные формы (в виде актов поведения, телесных процессов, продуктов деятельности людей, социально-культурных явлений), которые используются психологией для изучения психики - ее свойств, функций, закономерностей.

Психические явления - это внутренний или субъективный опыт человека. В содержание субъективного (психического) опыта входят четыре группы явлений: психические образы, мотивы, эмоции и слова (значения). Эти явления обнаруживают тесную связь и зависимость, их нельзя оторвать друг от друга. Например, психический образ всегда эмоционально окрашен и может побуждать нас к активности, а также обозначается словом. Таким образом, психическая жизнь человека имеет целостную природу.

В отличие от психических явлений, психологические факты существуют объективно и доступны для объективного изучения. Среди этих фактов: акты поведения, неосознаваемые психические процессы, психосоматические явления (то есть процессы, происходящие в нашем организме под влиянием психологических факторов), продукты материальной и духовной культуры. Во всех этих актах психика проявляется, обнаруживает свои свойства и поэтому посредством них может изучаться.

Психические явления, их специфика и классификация

В структуре психических явлений различают три основные группы: психические процессы, психические свойства, психические состояния.

Психические процессы имеют определенное начало, течение и конец; являются исходными в духовной жизни, обеспечивают отражение действительности. На их основе возникают состояния, осуществляется формирование знаний, убеждений, навыков и умений, приобретение жизненного опыта. Различают познавательные (ощущения, восприятия, представления, внимание, память, воображение, мышление, речь), эмоциональные (возбуждение, радость, негодование, злость и т. д.) и волевые (постановка и достижение целей, принятие решения, преодоление трудностей, усилия в управлении собой, напряжение моральных и физических сил) психические процессы.

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

Психические состояния характеризуют психику человека в целом: влияют на течение и результаты процессов и могут способствовать или тормозить активную деятельность личности (состояние волевой активности, перенапряжение, подъем и угнетенность, страх, бодрость, уныние и т. д.).

Тема 3. Развитие психики в филогенезе. Сознание

Психика – это системное свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины мира и саморегуляции на этой основе своего поведения и деятельности.

А.Н. Леонтьев в своем труде «Проблемы развития психики» выдвинул гипотезу о происхождении психики. Он отмечал, что возникновение психики связано с развитием раздражительности и ее усложнением.

Раздражительность – способность организма отвечать реакцией на биологически значимый (биотический) раздражитель.

Чувствительность – это элементарная форма психического отражения мира субъектом, возникающая в филогенезе как способность отражать абиотические стимулы. Т.о., о наличии психики можно говорить, когда появляется возможность научения.

Тропизмы – движения, вызванные односторонним воздействием какого-либо фактора внешней среды (свет, силы земного притяжения и др.).

Стадии развития психики и поведения животных (по А.Н. Леонтьеву)

На стадии элементарной чувствительности: животное реагирует на отдельные свойства предметов, и его поведение определяется врожденными инстинктами (питания, самосохранения, размножения и т.п.).

На стадии предметного восприятия: отражение осуществляется в виде образов предметов и животное способно обучаться, появляются индивидуально приобретенные навыки поведения.

На стадии интеллекта: животное может отражать межпредметные связи, ситуацию в целом, способно обходить препятствия, "изобретать" новые решения двухфазных задач, требующих подготовительных усилий (обезьяны, дельфины). Но все это не выходит за рамки биологической потребности и действует в пределах наглядности.

Сознание как высшая ступень развития психики в филогенезе

Сознание — высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, формирования у человека внутренней модели внешнего мира, в результате чего достигается познание и преобразование окружающей действительности.

Функции сознания:

1. Отражательная - сознание организует познавательные процессы (восприятие, представление, мышление), а также организует память.

2. Оценочная – сознание принимает участие в формировании части эмоций и большинства чувств. Человек на уровне сознания оценивает большинство событий и самого себя.

3. Креативная – творчество невозможно без сознания. Многие произвольные виды воображения организуются на сознательном уровне: изобретательство, художественное творчество.

4. Рефлексивная – разновидностью сознания является самосознание – процесс, при помощи которого человек анализирует свои мысли и поступки, наблюдает за собой, оценивает себя.

5. Преобразующая – человек сознательно определяет большинство своих целей и намечает путь к их достижению.

6. Времяобразующая - сознание отвечает за формирование целостной временной картины, в которой есть память о прошлом, осознание настоящего и представление о будущем.

Сознание и самосознание

Эпицентром сознания является сознание собственного "Я", или самосознание, которое является предметом изучения в психологии.

В психологии самосознание понимается как психический феномен, осознание человеком себя в качестве субъекта деятельности, в результате которого представления человека о самом себе складываются в мысленный "образ-Я". Самосознание – самый высокоорганизованный психический процесс, обеспечивающий единство, целостность и постоянство личности. Самосознание выражается в осознании человеком самого себя, своих собственных качеств, своего "Я".

Самосознание является продуктом развития человека, включенного в систему общественных отношений, вне которых невозможно ни возникновение сознания, ни возникновение самосознания.

В становлении самосознания выделяются два основных этапа.

На первом этапе образуется схема собственного тела и формируется чувство "Я" как целостная система чувственной самоидентификации. В основе чувства "Я" лежат социальные предпосылки, поскольку формирование этого чувства происходит на основе реакций окружающих людей.

На втором этапе, по мере совершенствования интеллектуальных возможностей и становления понятийного мышления, самосознание достигает рефлексивного уровня. Рефлексия применительно к самосознанию означает всякое размышление человека, направленное на анализ самого себя (самоанализ), осмысление своих собственных состояний и действий. Благодаря рефлексии человек способен не просто

отличать свое бытие от бытия внешнего мира на чувственном уровне, но и осмысливать это переживание в понятийной форме.

Структура сознания

А. Н. Леонтьев выделил три его *составляющих сознания*: *чувственная ткань сознания, значение и личностный смысл*.

Чувственная ткань сознания, по словам А.Н. Леонтьева, «образует чувственный состав конкретных образов реальности, актуально воспринимаемой или всплывающий в памяти. Благодаря чувственному содержанию сознания мир выступает для субъекта как существующий не в сознании, а вне его сознания - как объективное „поле" и объект его деятельности». Чувственная ткань - переживание «чувства реальности».

Значение - это содержание, связываемое с тем или иным выражением (слова, предложения, знака и т. п.) некоторого языка. Это содержание слов, схем, карт, чертежей и т.п., которое понятно всем людям, говорящим на одном языке, принадлежащим к одной культуре или близким культурам, прошедшим сходный исторический путь.

Личностный смысл отражает субъективную значимость тех или иных событий, явлений действительности к интересам, потребностям, мотивам человека. Он создает пристрастность человеческого сознания.

Преломляясь в сфере индивидуального сознания, значение приобретает особый, только ему присущий (личностный) смысл. Например, все дети хотели бы получать пятерки. Отметка «пять» имеет общее для них всех значение, закрепленное социальным нормативом. Однако для одного эта пятерка - показатель его знаний, способностей, для другого - символ того, что он лучше других, для третьего - способ добиться обещанного подарка от родителей и т.п. То содержание значения, которое оно приобретает лично для каждого человека, называется личностным смыслом.

Отличия психической деятельности животных от поведения человека

Развитие психики индивида происходило в процессе трудовой деятельности, которая имеет продуктивный характер. Деятельность человека, его активность существенно отличаются от действий животных.

Таблица 2

Важнейшие особенности деятельности животных и человека

Деятельность животных	Деятельность человека
Инстинктивно-биологический характер.	Направляется познавательной потребностью, имеет субъективную значимость (субъектность).
Нет совместной деятельности.	Каждое действие приобретает смысл лишь в силу того, какое место оно занимает в совместной деятельности (предметность).
Руководствуются наглядными впечатлениями.	Индивид абстрагируется, проникает в связи и отношения вещей, устанавливает причинные зависимости между ними.
Типичны наследственно закрепленные программы поведения (инстинкты).	Передача и закрепление опыта через социальные средства общения (язык и другие системы знаков).
Зачатки орудийной деятельности. Не создают никаких новых операций.	Изготовление и сохранение орудий труда, преемственность их последующими поколениями.
Приспособление к окружающей среде.	Преобразует внешний мир в соответствии со своими потребностями.

Психика людей познается и проявляется в деятельности. Человек выступает в жизни, прежде всего как творец, создатель, независимо от того, каким видом труда

занимается. При этом раскрывается богатство его духовного и психического мира, глубина ума и переживаний, сила воображения и воли, способности и черты характера.

Тема 4. Деятельность

Деятельность это междисциплинарная категория, поэтому она изучается в философии, истории, педагогике, психологии и многих других науках.

В педагогике деятельность изучается как необходимое условие развития учащегося, в процессе которого приобретает жизненный опыт, познается окружающая действительность, усваиваются знания, вырабатываются умения и навыки.

Категория деятельности в отечественной психологии является центральной. Деятельность понимается как специфически человеческая, предметная, исторически обусловленная форма активности, которая может разворачиваться как в физическом пространстве, так и в пространстве психических образов. Содержание категории «деятельность» помогает раскрыть механизмы психики человека, так как ориентирует на изучение не готовых структур сознания, а на процесс, в результате которого они возникают.

Наименьшей единицей деятельности является действие. Понятие действия «выводит» деятельность человека в предметный и социальный мир, ибо цель действия может быть любой, не только чисто биологической, но и социальной. Действие включает как необходимый компонент акт сознания в виде постановки и удержания цели; но этот акт не замкнут в самом себе, а раскрывается в действии.

Структура деятельности и её основные характеристики

Структура деятельности по А.Н. Леонтьеву включает три уровня:

Первый уровень – предметное содержание деятельности (потребность, мотив, цель, условия, задачи). Потребности – внутреннее состояние нужды, выражающее ее зависимость от конкретных условий существования. Мотив – побуждение к деятельности, предмет потребности. Цель – то, на что направлена непосредственно деятельность, образ конкретного результата деятельности. Задачи – цель в конкретных условиях.

Второй уровень деятельности – структурное содержание деятельности (операции, действия, деятельность). Операция – частный акт действия. Действие – относительно законченные элементы деятельности направленные на достижение промежуточных целей, подчиненные общему мотиву.

Третий уровень деятельности – динамика деятельности (на графике изображен стрелками), т.е. взаимные переходы и превращения ее отдельных структурных элементов (мотива – в цель, деятельности – в действие, цели – в условие ее реализации и т.д.).

Деятельность человека имеет сложный генетический, функциональная и структурный характер. Какой бы сложной ни была деятельность ее можно описать используя универсальные единицы.

Главными процессами деятельности выступают интериоризация – это процесс преобразования внешних практических действий во внутренний план (или процесс перехода внешней деятельности во внутреннюю форму). Обратный ему процесс экстериоризации – процесс перехода внутренней деятельности во внешнюю.

Основные виды деятельности

В психологии выделяют разные виды деятельности. К основным видам деятельности относятся *игра, учеба, труд*.

Игровая деятельность. Уже в первые годы жизни у ребенка складываются предпосылки для овладения простейшими видами деятельности. Первой из них является игра.

Игра - это форма деятельности в условных ситуациях, в которой воспроизводятся типичные действия и формы взаимодействия людей.

Игра тренирует ребенка в овладении значениями вещей и явлений, закрепленными в языке, способствует развитию осознанных действий, расширяет самосознание ребенка (от восприятия себя как субъекта предметных действий к восприятию себя как носителя социальной роли).

Учебная деятельность. На определенном этапе развития в возрасте шести-семи лет у ребенка возникает особый вид деятельности - учебная деятельность.

Учебная деятельность - это форма деятельности, в которой действия человека управляются сознательной целью освоения определенных знаний, навыков, умений.

Учебная деятельность не только вооружает человека знаниями, навыками, умениями, но и формирует у него умение управлять своими психическими процессами, умение выбирать, организовывать и направлять свои действия и операции, навыки и опыт в соответствии с решаемой задачей. Таким образом, учение подготавливает человека к трудовой деятельности.

Трудовая деятельность - это форма деятельности, направленная на производство определенных общественно полезных продуктов (ценностей), удовлетворяющих материальные и духовные потребности человека.

Благодаря труду человек построил современное общество, создал предметы материальной и духовной культуры, преобразовал условия своей жизни таким образом, что открыл для себя перспективы дальнейшего, практически неограниченного развития. С трудом прежде всего связано создание и совершенствование орудий труда. Они в свою очередь, явились фактором повышения производительности труда, развития науки, промышленного производства, технического и художественного творчества.

Тема 5. Проблема личности в психологии

Соотношение понятий «индивид», «субъект деятельности», «личность», «индивидуальность»

Индивид	Человек как типичный представитель своего вида, носитель природно обусловленных свойств	Пол, биохимические и физиологические особенности, возраст, тип конституции, биологические потребности, эмоции, задатки
Субъект деятельности	Человек как типичный носитель видов человеческой активности	Темперамент, сознание, воля, мышление, восприятие, чувства, способности, действия, речь
Индивидуальность	Человек, охарактеризованный в аспекте его неповторимости, непохожести на других людей	Индивидуальные особенности, характер, социально обусловленная деятельность, самооценка, жизненный опыт, потребность в самореализации
Личность	Человек как типичный представитель сформировавшегося его общества	Направленность, ценности, социальные потребности, социальный статус, сознательные цели

Методологические предпосылки современных представлений о личности

В настоящее время имеется множество определений понятия «личность». Они, как правило, основаны на различных методологических основаниях, которых придерживаются те или иные авторы. Но дать однозначное всеобъемлющее определение понятия личности не представляется возможным. Г. Олпорт, проводя литературный обзор, выделил около пятидесяти определений понятия «личность». Каждое из этих определений

личности, имеющих в научной литературе, подкреплено экспериментальными исследованиями и теоретическими обоснованиями и заслуживают того, чтобы их учитывать при рассмотрении понятия «личность».

Несмотря на сложность и многогранность понятия личности в трудах отечественных психологов делается попытка дать общее научное определение понятия «личность».

А.Н. Леонтьев утверждает, что понятие личности, выражает целостность субъекта жизни, личность не состоит из кусочков, это не «полипняк». Но личность представляет собой целостное образование особого рода. Личность не есть целостность, обусловленная гипотетически: личностью не рождаются, личностью становятся... Личность есть относительно поздний продукт общественно-исторического и генетического развития человека.

Зарубежные ученые также предлагали множество трактовок понятия личности. Так, Г. Айзенк определяет личность как, более менее, стабильное и сформированное образование характера человека, его темперамента, интеллекта и конституции, которое определяет его уникальное взаимодействие с окружением, его единственную индивидуальную адаптацию к среде.

Таким образом, личность – это уникальная саморегулирующаяся динамическая функциональная система непрерывно взаимодействующих психологических и физиологических свойств, отношений и действий, складывающихся в процессе онтогенеза человека. Личность – это социальный индивид, субъект общественных отношений, деятельности и общения. Личность характеризуется: активностью, направленностью, глубинными смысловыми структурами, обуславливающими ее сознание и поведение; степенью осознанности своих отношений к действительности.

Структура личности

Понятие *структуры личности* является одной из сложных методологических задач психологии личности. *Структура личности* имеет своим генетическим источником длительные и *разнообразные метаморфозы психических феноменов*, особенно их *интеграцию*.

В отечественной психологии первым стал рассматривать структуру личности В.Н. Мясищев. Он рассматривал структуру личности как одну из её сторон и выделял *три аспекта в личности*:

1. направленность;
2. уровень развития и динамика;
3. структурный аспект личности.

А.Г. Ковалев работал над проблемой структуры личности и указывал, что в процессе деятельности свойства личности определенным образом складываются друг с другом и образуют *сложные структуры*:

1. темперамент (система природных свойств),
2. направленность (система потребностей, идеалов, интересов),
3. способности (совокупность интеллектуальных, волевых и эмоциональных свойств);
4. характер (система отношений и способов поведения).

К.К. Платонов *выдвигает* в концепции динамической структуры личности *4 подструктуры личности*:

На нижнем этаже – темперамент, половозрастные особенности организма – определяются биологическими факторами, социального практически нет.

Далее надстраивается блок – психические процессы (индивидуальные особенности восприятия, мышления) – здесь больше социального.

Ещё выше – блок прошлого опыта, включающий память, навыки, знания, приобретенные в ходе обучений – здесь ещё больше социального, чем в ниже расположенных структурах.

Самый верхний этаж – блок направленности личности – это отношение личности к миру, её моральные черты, сформированные в процессе воспитания.

Типология личности

Направление, ученые	Типы личности
<p>Психоанализ З.Фрейда</p>	<p>Орально-рецептивный тип - человека, который ждет, что ему будут давать материальную, эмоциональную и интеллектуальную пищу.</p> <p>Орально-садистский тип - он полагает, что все, что необходимо, придет извне, и для этого нет необходимости работать.</p> <p>Анально-садистский - тип присущ людям, которые не чувствуют необходимости создавать что-то новое; для них единственный способ иметь что-то — это сохранять то, что они имеют.</p> <p>Генитальный тип - это полностью развитый и зрелый человек. Это как основу способности любить и трудиться.</p>
<p>Индивидуальная психология А.Адлера</p>	<p>Управляющий тип. Люди самоуверенные и напористые, с незначительным социальным интересом, если он вообще присутствует. Они активны, но не в социальном плане. Их не заботит благополучие других. Для них характерна установка превосходства над внешним миром. Сталкиваясь с основными жизненными задачами, они решают их во враждебной, антисоциальной манере.</p> <p>Берущий тип. Люди с подобной установкой относятся к внешнему миру паразитически и удовлетворяют большую часть своих потребностей за счет других. У них нет социального интереса. Их основная забота в жизни — получить от других как можно больше. Однако, так как они обладают низкой степенью активности, то маловероятно, что они причинят страдания другим.</p> <p>Избегающий тип. У людей этого типа нет ни достаточного социального интереса, ни активности, необходимой для решения своих собственных проблем. Они больше опасаются неудачи, чем стремятся к успеху, их жизнь характеризуется социально-бесполезным поведением и бегством от решения жизненных задач. Иначе говоря, их целью является избегание всех проблем в жизни, и поэтому они уходят от всего, что предполагает возможность неудачи.</p> <p>Социально-полезный тип. Этот тип человека — воплощение зрелости. В нем соединены высокая степень социального интереса и высокий уровень активности. Являясь социально ориентированным, такой человек проявляет истинную заботу о других и заинтересован в общении с ними. Он воспринимает три основные жизненные задачи — работу, дружбу и любовь — как социальные проблемы. Человек, относящийся к данному типу, осознает, что решение этих жизненных задач требует сотрудничества, личного мужества и готовности вносить свой вклад в благоденствие других людей.</p>
<p>Теория типов личности Айзенка</p>	<p>Стабильный интроверт – спокойный, уравновешенный, надежный, контролируемый, миролюбивый, внимательный, заботливый, пассивный.</p> <p>Стабильный экстраверт – лидер, беззаботный, веселый,</p>

	<p>покладистый, отзывчивый, разговорчивый, дружелюбный, общительный.</p> <p>Невротический интроверт – тревожный, ригидный, легко поддающийся сменам настроения, рассудительный, пессимистичный, замкнутый, необщительный, тихий.</p> <p>Невротический экстраверт – ранимый, беспокойный, агрессивный, возбудимый, непостоянный, импульсивный, оптимистичный, активный.</p>
<p>Теория установок Д.Н. Узнадзе</p>	<p>Типы личности (в зависимости от способности чел. к объективации):</p> <p>Динамический – личность, имеющая развитую способность к объективации и обладающая готовностью легко переключаться в направлении объективированных целей.</p> <p>Статичный – личность, имеющая тенденцию к постоянной задержке импульсов своих установок и выборе целесообразных видов деятельности лишь на основе значительных волевых усилий.</p> <p>Вариабельный – личность, обладающая способностью к достаточно легкой объективации, но не изменяющая достаточных волевых способностей для ее реализации.</p>

Тема 6. Темперамент и характер

Темперамент — это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику его психической деятельности и поведения.

Гуморальная теория. Древнегреческие врачи, наиболее известным среди которых был Гиппократ, полагали, что в организме человека имеется четыре жидкости: кровь, слизь, желчь, черная желчь. У разных людей эти жидкости представлены в разных пропорциях и обуславливают специфические особенности поведения, которые получили название типов темперамента:

- сангвинический темперамент – преобладает кровь (от латинского слова «сангвис» - кровь);
- флегматичный темперамент – преобладает слизь (от греческого слова «флегма» - слизь);
- холерический темперамент – преобладает желчь (от греческого слова «холэ» - желчь);
- меланхолический темперамент – преобладает черная желчь (от греческих слов «мелайна холэ» - черная желчь).

Конституционная теория темперамента. Нем. психиатр Э. Кречмер.

1. Астенический тип — человек хрупкого телосложения, с плоской грудной клеткой, узкими плечами, удлиненными и худыми конечностями, вытянутым лицом, но сильно развитой нервной системой, головным мозгом. С детства астеники очень слабые и нежные, они быстро растут, не обнаруживая в течение всей жизни ни малейшей склонности к увеличению объема мышц или жировой прослойки.

2. Пикник — отличается развитием внутренних полостей тела (головы, груди, живота) и склонностью торса к ожирению при слабом двигательном аппарате. Средний рост, плотная фигура, мягкое широкое лицо на короткой массивной шее, основательный, массивный живот.

3. Атлетик — обуславливает развитие крепкого скелета, выраженной мускулатуры, пропорционального крепкого телосложения. Атлетический тип характеризуется сильным

развитием скелета и мускулатуры, упругой кожей, мощной грудной клеткой, широкими плечами, уверенной осанкой.

4. Дипластик — человек с неправильным телосложением. С выделенными типами строения тела

У. Шелдон выделил три компонента темперамента, каждый из которых характеризовался 12 признаками. Каждый признак оценивался им по семибалльной шкале, а средний балл по 12 признакам определял весь компонент (аналогия с конституциональной системой здесь налицо). У. Шелдон определил три таких компонента темперамента - висцеротония, соматотония и церебротония. Конституциональные типы демонстрировали высокую ассоциацию с определенными типами темперамента.

Учение о темпераменте в отечественной психологии

И.П. Павлов открыл три свойства процессов возбуждения и торможения: 1) силу процессов возбуждения и торможения; 2) уравновешенность процессов возбуждения и торможения; 3) подвижность процессов возбуждения и торможения.

Сила нервных процессов характеризует работоспособность, выносливость нервной системы и означает способность ее переносить либо продолжительное, либо кратковременное, но очень сильное возбуждение или торможение. Противоположное свойство — слабость нервных процессов — характеризуется неспособностью нервных клеток выдерживать длительное и концентрированное возбуждение и торможение. При действии весьма сильных раздражителей нервные клетки быстро переходят в состояние охранительного торможения. В слабой нервной системе нервные клетки отличаются низкой работоспособностью, их энергия быстро истощается. Но зато слабая нервная система обладает большой чувствительностью: даже на раздражители небольшой величины она дает соответствующую реакцию.

Уравновешенность нервных процессов есть соотношение возбуждения и торможения. У некоторых людей эти два процесса взаимно уравновешиваются, а у других равновесия не наблюдается: преобладает процесс торможения или возбуждения.

Подвижность нервных процессов — это способность их быстро сменять друг друга, скорость движения нервных процессов (иррадиации и концентрации), быстрота появления нервного процесса в ответ на раздражение, быстрота образования новых условных связей.

Комбинации указанных свойств нервных процессов были положены в основу определения типа высшей нервной деятельности. В зависимости от сочетания силы, подвижности и уравновешенности процессов возбуждения и торможения различают четыре основных типа высшей нервной деятельности.

И.П. Павлов соотнес выделенные им типы с психологическими типами темпераментов и обнаружил полное совпадение. Таким образом, темперамент есть проявление типа нервной системы в деятельности, поведении человека. В итоге соотношение типов нервной системы и темпераментов выглядит следующим образом:

1) сильный, уравновешенный, подвижный тип («живой», по И.П. Павлову) — сангвинический темперамент;

2) сильный, уравновешенный, инертный тип («спокойный», по И.П. Павлову) — флегматический темперамент;

3) сильный, неуравновешенный, с преобладанием возбуждения («безудержный» тип, по И.П. Павлову) — холерический темперамент;

4) слабый тип («слабый», по И.П. Павлову) — меланхолический темперамент. Несмотря на слабость нервных процессов, представители слабого типа, вырабатывая свой индивидуальный стиль, могут добиться больших достижений в учении, труде и творческой деятельности, тем более что слабая нервная система высокочувствительная нервная система.

Дальнейшие исследования, проведенные в школе *Б.М. Теплова, В.Д. Небылицина* показали, что необходим принципиально другой подход к изучению биологических основ темперамента.

Свойства темперамента по Б.М. Теплову:

- 1) Эмоциональная возбудимость - способность реагировать на очень слабые внешние и внутренние воздействия.
- 2) Возбудимость внимания — это свойство темперамента обуславливает приспособительные функции психики индивида.
- 3) Сила эмоции - удовлетворения или неудовлетворения мотивов.
- 4) Тревожность - эмоциональную возбудимость в угрожающей ситуации.
- 5) Реактивность произвольных движений - увеличении интенсивности приспособительных реакций к ситуациям и раздражителям, непосредственно действующим в данный момент.
- 6) Активность волевой целенаправленной деятельности - повышении активности приспособления путем преобразования ситуации в соответствии с поставленной целью.
- 7) Пластичность — ригидность, т.е. приспособления к изменяющимся требованиям деятельности.
- 8) Резистентность - способности оказывать сопротивление всем внутренним и внешним условиям, ослабляющим или тормозящим начатую деятельность.
- 9) Субъективация - усилении степени опосредования деятельности субъективными образами и понятиями.

Б.М. Теплов считает, все эти компоненты обусловлены генетически и биологически. В теории Б.М. Теплова отсутствует четкое количество типов темперамента. Он отмечает, что типов темперамента столько, сколько общих типов конституций.

Б.М. Теплов выделяет семь критериев темперамента: «...1) не зависит от содержания деятельности и поведения, т.е. отражает формальный аспект деятельности и поведения (является независимым от смысла, мотива, цели и т.д.); 2) характеризует меру динамического (энергического) напряжения и отношения человека к миру, людям, себе, деятельности; 3) универсально и проявляется во всех сферах деятельности и жизнедеятельности; 4) рано проявляется в детстве; 5) устойчиво в течение длительного периода жизни человека; 6) высоко коррелирует со свойствами нервной системы и свойствами других биологических подсистем (гуморальной, телесной и т.д.); 7) является наследуемым...».

По мнению В.Д. Небылицина, в основе темперамента должны лежать так называемые "общие свойства нервной системы" (свойства лобных отделов мозга), а не парциальные, анализаторные свойства. Он сформулировал принцип разделения общих и парциальных свойств нервной системы: в основе парциальных (частных) свойств лежит деятельность анализаторных зон мозга, а общие свойства обусловлены спецификой функционирования передней части мозга - лобной коры вместе с нижележащими образованиями. В.Д. Небылицин относил к темпераменту общую психическую активность, моторику и эмоциональность.

В.М. Русалов, исходя из теории функциональной системы П. К. Анохина, включающей четыре блока — хранения, циркулирования и переработки информации (блок афферентного синтеза), программирования (принятия решений), исполнения и обратной связи, — выделил четыре связанные с ними свойства темперамента, отвечающие за широту или узость афферентного синтеза (степень напряженности взаимодействия организма со средой), легкость переключения с одной программы поведения на другую, скорость исполнения текущей программы поведения и чувствительность к несовпадению реального результата действия с его акцептором.

Предметная эргичность (выносливость) — характеризует желание умственного и физического напряжения, избыток или недостаток сил. Социальная эргичность определяет открытость для общения, широту контактов, легкость в установление связей. Предметная

пластичность – вязкость или гибкость мышления, способность переключаться с одного вида деятельности на другой, стремление к разнообразию. Социальная пластичность – сдержанность или расторможенность в общении, широта социальных программ, естественность взаимодействия. Предметная скорость – скорость моторно - двигательных операций. Социальная скорость (темп) – речедвигательная активность, способность вербализации. Предметная эмоциональность – мера чувствительности к расхождению реального результата и желаемого. Высокая чувствительность к несовпадению выражается в преобладании негативных эмоций, а низкая чувствительность – в присутствии положительных эмоциональных переживаний. Социальная эмоциональность характеризует ощущение уверенности в процессе общения, эмоциональную сензитивность, меру тревоги по поводу неудач в общении.

Общую психологическую характеристику типов темперамента по В.С.

Мерлину:

Сангвиник	Холерик
Характеризуется несколько пониженной сензитивностью, высокой реактивностью и активностью, уравновешенностью, эмоциональной подвижностью, лабильностью, экстравертированностью	Характеризуется повышенной возбудимостью, высокой реактивностью и активностью с преобладанием реактивности, повышенной эмоциональной возбудимостью, ригидностью, ускоренным темпом реакции, экстравертированностью
Флегматик	Меланхолик
Характеризуется пониженной сензитивностью, низкой реактивностью, ригидностью, пониженной эмоциональной возбудимостью, замедленным темпом реакции, интровертированностью	Характеризуется повышенной сензитивностью, невысокой реактивностью и низкой активностью, пониженной эмоциональной возбудимостью, интровертированностью

Проявление темперамента в деятельности.

Климов Е. А. выделяет следующие признаками индивидуального стиля:

- а) ИСД – это устойчивая система приемов и способов осуществления деятельности;
- б) эта система обусловлена определенными личными качествами;
- в) эта система является средством эффективного приспособления к объективным требованиям.

Отсюда следует, что индивидуальный стиль деятельности есть обусловленная типологическими особенностями устойчивая система способов осуществления деятельности, которая складывается у человека, стремящегося к наилучшему осуществлению данной деятельности. Благодаря выработке индивидуального стиля деятельности люди с разными типологическими особенностями, в том числе с разным темпераментом, получают возможность одинаково эффективно выполнять одну и ту же деятельность.

По Климову структура индивидуального стиля включает в себя следующие компоненты.

1. Ядро индивидуального стиля, которое обуславливает первый приспособительный эффект и существенно определяет направление дальнейшего уравновешивания со средой.

Среди особенностей деятельности, составляющих ядро индивидуального стиля, он выделяет две их категории: А) особенности, благоприятствующие успеху в данной обстановке, Б) особенности, противодействующие успеху.

При этом одна и та же особенность деятельности в зависимости от характера объективных требований может оказаться в одном случае в категории “А”, в другом — в категории “Б”. Предпочтение однообразных неторопливых движений у инертных окажется в категории “А”, например при ручной полировке изделия, и в категории “Б”,

если стоит задача срочно и часто менять характер движений, например при удержании равновесия на неустойчивой опоре.

2. Пристройка к ядру индивидуального стиля, которая обеспечивает максимальное использование возможностей человека. Она вырабатывается в результате сознательных или стихийных поисков.

Особенности, составляющие пристройку к ядру индивидуального стиля, также делятся на две категории: А) особенности, имеющие компенсаторное значение, например, обусловленная инертностью недостаточная расторопность возмещается предусмотрительностью; Б) особенности, связанные с максимальным использованием положительных приспособительных возможностей, например, инертные спортсмены-акробаты предпочитают упражнения, включающие статические позы, медленные и плавные движения, и добиваются здесь наибольшего эффекта.

Сущность понятия «характер»

В отечественной психологии проблема характера, разрабатывалась многими учеными. Л.С. Выготский, говоря о характере, указывает, что всякий отдельный человеческий организм имеет особый, ему одному присущий способ и характер поведения в целом, и эти особенности поведения, несмотря на индивидуальные различия, могут быть все же сведены к известным типам.

По А.В. Петровскому, характер можно рассматривать как совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обуславливая типичные индивидуальные способы поведения.

Сходства категорий «темперамент и характер»:

- обе категории - общие и широкие характеристики человека;
- и темперамент, и характер – сложные структурные образования;
- обе категории устойчивые образования;
- знания о темпераменте и характере позволяют прогнозировать поведенческие

реакции.

Темперамент	Характер
Сочетание динамических свойств, не характеризуют отношение к миру.	Это сочетание отношения к миру и к самому себе.
Физиологическая основа - нервная система.	Физиологическая основа – динамический стереотип–система условно-рефлекторных ответов.
Свойства темперамента наследуются, в процессе онтогенеза развивается.	Черты характера развиваются в процессе жизни, социально обусловлены.
Темперамент не подлежит нравственной оценке.	Характер нравственно оценивается.

Связи категорий «темперамент» и «характер»:

1) Темперамент не предопределяет формирование характера: на базе любого темперамента может сформироваться нравственная черта характера;

2) Темперамент оказывает влияние на формирование черт характера (волевые, эмоциональные).

3) Под влиянием характера человек способен управлять темпераментом.

Необходимо помнить, что отождествление черт характера и темперамента ведет к грубым педагогическим ошибкам (например, ригидность флегматика может оцениваться как упрямство, а общительность сангвиника – как коллективизм).

Структура характера

Все многообразие проявлений характера, по М.И. Еникееву, подразделяется на *четыре группы* по следующим основаниям:

I. В *системе отношений человека в социуме* выделяются четыре разновидности отношений, которые определяются через категорию «черта характера». Черты характера –

это психологические свойства человека, определяющее его поведение в типичных обстоятельствах. Структура характера обнаруживается в закономерной зависимости между отдельными чертами. Согласно В.С. Мерлину у каждого человека есть симптомокомплекс черт характера, выражающих отношение к чему-либо.

1) Отношение человека к другим людям, обществу определяет фундаментальное качество характера человека, его нравственность. Нравственность – моральное сознание индивида, реализуемое в его поведении, подчиненности поведения индивида социальным нормам, эталонам и ценностям. Уровень нравственности личности определяется серией совпадений общесоциальных и внутренних мотивационных требований с ее поведением. Система высших моральных требований личности образует его нравственный идеал.

2) Отношение человека к себе также должно подчиняться ряду нравственных требований, стремиться к некому нравственному идеалу.

3) Отношение личности к труду и к деятельности обуславливает трудолюбие, преодоление трудностей в работе, добросовестность, а также лень, безответственность и другие черты характера

4) Отношение к продуктам человеческого труда и к собственности выражается в аккуратности, бережливости и др. В этой группе некоторые качества характера носят криминогенный характер: корыстность, жадность, безмерное потребление.

Свойства характера могут быть общими (или глобальными) и частными (или локальными). Общие свойства оказывают свое воздействие на широкую сферу поведенческих проявлений. Частные влияют на частные узкие ситуации.

II. Особенности *волевой регуляции* представлены волевыми чертами характера. Волевые черты характера – устойчивые индивидуально-типологические особенности сознательной регуляции поведения. Решительность своевременно принимать обоснованные решения и исполнять их (противоположное «нерешительность»), нерешительность появляется в излишних колебаниях, затягивании принятия решения или излишней поспешности решения, когда человек стремится избежать напряжения, связанного с борьбой мотивов. Выдержка и самообладание – способность индивида контролировать свое поведение и эмоции в сложных конфликтных условиях, воздерживаться от ненужных действий (противоположное – «малодушие»).

Волевые особенности личности определяют основные качества характера: цельность, силу, твердость и уравновешенность. Цельность характера – устойчивость позиций и взглядов в различных ситуациях, согласованность поступков. Сила характера – энергичность человека, способность к длительному напряжению, преодолению трудностей в сложных ситуациях. Твердость характера – сила характера в сочетании с личностной принципиальностью. Уравновешенность характера – ровность, сдержанность поведения, эмоционально-волевая устойчивость личности.

III. *Эмоциональные особенности* характера индивида – наиболее наглядный, непосредственно воспринимаемый индикатор его психических свойств. К этой группе относятся: эмоциональная реактивность, глубина, длительность и устойчивостью эмоциональных процессов, доминирующие чувства и их предметная соотнесенность.

IV. *Интеллектуальные черты характера* – устойчивые индивидуально-типологические особенности интеллекта. По интеллектуальным качествам различаются натуры с теоретическими или практическим складом ума, различной степенью гибкости и глубины интеллекта, быстротой протекания мыслительных процессов.

Акцентуация характера

Понятие «акцентуации» было введено в психологию К. Леонгардом. Его концепция «акцентуированных личностей» основывалась на предположении о наличии основных и дополнительных черт личности. Основных черт значительно меньше, но они являются стержнем личности, определяют ее развитие, адаптацию и психическое здоровье. При значительной выраженности основных черт они накладывают отпечаток на личность в целом, и при неблагоприятных обстоятельствах они могут разрушить всю структуру

личности. По мнению К. Леонгарда, акцентуации личности, прежде всего, проявляются в общении с другими людьми.

Акцентуация характера - это чрезмерное усиление черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в психике и поведении человека, граничащие с патологией. Обычно акцентуация характера представляет собой временные состояния психики. Она чаще всего наблюдается подростковым и раннем юношеском возрасте. Однако может наблюдаться и у взрослых.

Акцентуация характера означает, что в психике человека имеется какое-либо слабое звено, место наименьшего сопротивления. И при действии психических факторов, затрагивающих это звено, могут наступать временные нарушения адаптации и отклонения поведения. Акцентуация характера – норма, но если происходит дальнейшее усиление черты, то наступает психопатология.

Отечественный психолог А.Е. Личко выделяет 11 типов акцентуации характера подростков.

Тема 7. Мотивационная сфера личности

В психологической литературе *потребности* - это движущая сила человеческой деятельности, поведения, в то же время существует большой разброс в понимании сущности потребностей - от биологической трактовки до социально-экономической.

По Е.П. Ильину, *потребность личности как "переживаемое человеком состояние внутреннего напряжения, возникающее вследствие отражения в сознании нужды и побуждающее психическую активность, связанную с целеполаганием"*.

Выделяют две основные *функции потребностей личности*: сигнальную и побуждающую. Первая состоит в том, что возникновение потребности сигнализирует человеку о появлении дефицита, изменении состояния (физического или психического), нужности чего-то. Вторая функция состоит в побуждении активности, деятельности для удовлетворения потребности, с целью устранения или усиления потребностного состояния.

Можно выделить две классификации потребностей. В *первой* из них все потребности разделяются на биологические (материальные), социальные и идеальные (духовные).

Реализация *биологических потребностей* обеспечивает индивидуальное и видовое существование человека. Это потребности в пище, одежде, сне, жилище, безопасности, сексуальные потребности, потребность экономии сил.

Социальные потребности отражают потребности человека принадлежать к какой-либо группе, в признании, доминировании, лидерстве, самоутверждении, внимании и привязанности окружающих, в уважении и любви, дисциплинированности, независимости-зависимости.

Идеальные потребности - это потребности познания окружающего мира, смысла своего существования, самоуважения и самореализации, собственно познавательные потребности, эстетические потребности.

Вторая классификация делит все виды потребностей на два больших класса: потребности сохранения (нужды) и развития (роста).

П.В. Симонов считает, что потребности человека можно разделить на три группы: витальные, социальные и идеальные. В каждой из этих групп выделяются потребности сохранения и развития, а в группе социальных – еще и потребности «для себя» (осознаваемые субъектом как принадлежащие ему права) и «для других» (осознаваемые как «обязанности»). Удовлетворению любой из перечисленных потребностей способствуют исходно самостоятельные потребности в вооруженности (средствами,

знаниями, умениями) и потребность преодоления препятствий на пути к цели, отождествляемая П.В. Симоновым с волей.

По К. Левину бывает два типа потребностей:

- *Собственно потребности (истинные потребности)*. Это устойчивые потребности, существующие столько, сколько существует человек (еда, общение, выезд на природу, сон, потребность в безопасности и т.п.). Они мало зависят от ситуации, они просто существуют. Эти потребности носят циклический характер, то есть они не исчезают навсегда. Если нарушается либо устойчивость либо цикличность – возникает патология (психическая или соматическая).

- *Потребности ситуативные (квазипотребности)*. Они возникают «здесь и теперь». Возникла потребность задать вопрос. Взяли и спросили. Но по жизни это не характерно для меня (часто задавать вопросы). Квази – это «как бы». Квазипотребности – это «как бы потребности». Это чисто чуждое приобретение, у животных потребности только истинные.

Таким образом, видно, что почти одни и те же потребности перетасовываются между собой в зависимости от способа их классификации. Приведенные классификации позволяют выделить наиболее значимые с точки зрения практического поведения личности потребности.

Мотивы личности

Мотив личности - это и потребность, и цель, и намерение, и побуждение, и свойство личности, детерминирующие поведение человека.

Важнейшими характеристиками мотива являются сила и устойчивость мотива.

Сила мотива выступает показателем непреодолимого стремления личности и оценивается по степени и глубине осознания потребности и самого мотива, по его интенсивности. Сила мотива обусловлена как физиологическими, так и психологическими факторами. К первым следует отнести силу мотивационного возбуждения, а ко вторым - знание результатов деятельности, понимание ее смысла, свобода творчества. Кроме того, сила мотива определяется и эмоциями, что особенно ярко проявляется в детском возрасте.

Устойчивость мотива оценивается по его наличию во всех основных видах деятельности человека, по сохранению его влияния на поведение в сложных условиях деятельности, по его сохранению во времени. По сути, речь идет об устойчивости (ригидности) установок, ценностных ориентации, намерений"

В качестве основных *функций мотивов* выделяют следующие:

1. побуждающую функцию, которая характеризует энергетику мотива, иными словами, мотив вызывает и обуславливает активность человека, его поведение и деятельность;

2. направляющую функцию, которая отражает направленность энергии мотива на определенный объект, т. е. выбор и осуществление определенной линии поведения, поскольку личность всегда стремится к достижению конкретных целей. Направляющая функция тесно связана с устойчивостью мотива;

3. регулирующую функцию, суть которой состоит в том, что мотив предопределяет характер поведения и деятельности, от чего, в свою очередь, зависит реализация в поведении и деятельности человека либо узколичных (эгоистических), либо общественно значимых (альтруистических) потребностей. Реализация этой функции всегда связана с иерархией мотивов. Регуляция состоит в том, какие мотивы оказываются наиболее значимыми и, следовательно, в наибольшей мере обуславливают поведение личности.

Классификаций мотивов ровно столько, сколько существует оснований для их классификации.

По содержанию потребностей. С этой точки зрения выделяют биологические и социальные мотивы, мотивы достижения и избегания неудачи, самоуважения и самоактуализации.

По установкам личности выделяют личные и общественные мотивы, эгоистические и общественно-значимые, идейные и нравственные.

Различают мотивы по видам деятельности: мотивы общения и игры, учения и профессиональной деятельности; по времени проявления: постоянные (действующие на протяжении длительного отрезка жизни), ситуативные (обусловленные содержанием и длительностью ситуации) и кратковременные (в течение ограниченного интервала времени).

По силе проявления мотивы разделяют на сильные, умеренные и слабые, а по степени устойчивости на сильно-, средне- и слабоустойчивые.

Мотивация личности

В настоящее время существуют два подхода к определению мотивации.

Первый из них рассматривает *мотивацию как структурное образование*, как совокупность факторов или мотивов. В. И. Ковалев: "Под мотивацией нами понимается совокупность мотивов поведения и деятельности". Все точки над *i* в рамках этого подхода расставляет В. Д. Шадриков. Согласно его схеме мотивация обусловлена потребностями, целями личности, уровнем притязаний, идеалами, условиями деятельности (как объективными, так и субъективными - знаниями, умениями, способностями, характером), мировоззрением, убеждениями, направленностью личности и т. д. С учетом этих факторов человек принимает решение.

В рамках второго подхода *мотивация* рассматривается как *динамичное образование*, как процесс, поддерживающий психическую активность человека на определенном уровне. «Мотивация - это процесс психической регуляции, влияющий на направление деятельности и количество энергии, мобилизуемой для выполнения этой деятельности», - пишет В.Н. Куницына.

А.Г. Ковалев следующим образом описывает процесс мотивации. Ощущение голода вызывает в сознании образ предмета, который бы мог стимулировать потребность. Под влиянием этого образа у субъекта возникает побуждение (импульс) к действию, которое соотносится с ситуацией (внешними условиями), с установками личности (внутренние условия), что, в конечном счете, приводит к постановке цели и выработке плана действия.

Е.П. Ильин предлагает более развернутую схему мотивационного процесса (когда стимулом является нужда организма), результатом которого оказывается мотив.

1 стадия - это стадия формирования первичного (абстрактного) мотива. Суть ее в формировании потребности личности и побуждения к поисковой деятельности.

2 стадия - это поисковая внешняя или внутренняя активность. В случае, если человек попадает в незнакомую обстановку или не обладает требуемой информацией, он вынужден заняться поиском реального объекта во внешней среде ("что подвернется, то и съем").

На 3-й стадии осуществляется выбор конкретной цели и формирование намерения ее достижения. На предыдущей стадии цель была определена. При этом она предстает в виде образа будущего результата. Хорошо известно, что самая мучительная для человека процедура - это процедура выбора. Поскольку любая цель характеризуется и своим уровнем (каким должен быть результат: высоким или низким), то выбор цели обусловлен уровнем притязания, в частности, потребностью достижения или избегания неудачи,

Таким образом, в представлении Е. П. Ильина *мотивация* предстает как *процесс формирования мотива*.

Однако, наряду с таким пониманием возможно и другое - мотивация - это совокупность мотивов поведения и деятельности. В этом случае для оценки мотивации используются те же параметры - сила и устойчивость, что и при оценке мотива. Наряду с ними используются и другие - множественность, структурность, иерархичность.

Мотивационные состояния

К мотивационным состояниям относятся: интересы, желания, стремления, намерения, влечения, страсти, установки и состояние мотивационного потока.

Интерес (от лат. interest – имеет значение) – эмоционально насыщенная направленность на объекты, связанные со стабильными потребностями человека. Интерес проявляется в повышенном внимании к объекту, имеющему устойчивую значимость. Интерес – мотивационно-регуляционный механизм человеческого поведения, определяемый иерархией сформированных потребностей. Интерес как психическое состояние существенно влияет на психические процессы, активизирует их. В соответствии с потребностями интересы подразделяются по содержанию (материальные и духовные), широте (ограниченные и разносторонние) и устойчивости (кратковременные и устойчивые). Удовлетворение интереса не только не погашает его, но формирует еще более разветвленную систему интересов.

Состояние мотивационного потока характеризуется максимальным вхождением в деятельность, при этом наблюдается отвлечение от других видов деятельности и ощущение сжатости времени. В состоянии потока ориентация в основном на получение удовольствия от самой деятельности, то есть доминируют функциональные мотивы поведения.

Желание – мотивационное состояние, при котором потребности соотнесены с конкретным предметом их удовлетворения. Желание представляет собой определенный этап вызревания потребности, соотнесение ее с целью и планом действий. Желание связано со стремлением – повышенным эмоциональным тяготением к объекту желания.

Страсть – очень стойкое аффективное стремление к определенному объекту, потребность в котором доминирует над всеми остальными потребностями и придает соответствующую направленность всей жизнедеятельности человека.

Состояние навязчивого тяготения к определенной группе объектов – **влечение**. Оно может быть естественным и сформированным в социальных условиях. Естественные влечения не всегда осознаются. Они связаны с органическими процессами и лишь в незначительной мере регулируются сознанием. Сами же влечения могут существенно влиять на организацию, направленность сознания. Влечения человека в отличие от инстинктов животных социально обусловлены. Чем более глубоко социализирован человек, тем более дисциплинированы его влечения.

Намерение – сознательно принимаемое решение достичь определенной цели с отчетливым представлением средств и способов действия. В намерении объединяются побуждение к действию и его сознательное планирование. Намерения, как и потребности, обладают динамическими свойствами. Намерения организуют поведение человека, обеспечивают произвольность его действий, выступают как сознательный акт поведения. Сознательным обоснованием намерения называется мотив.

Установка – состояние готовности к определенному способу поведения в определенных ситуациях; это нейродинамически закодированная устойчивая модель поведения. Установка – константная, устойчивая основа поведения человека. Различаются два вида установки – общая и дифференцированная (фиксированная): общая установка возникает в отношении больших классов явлений; дифференцированная – по отношению к отдельным объектам. Установка лежит в основе целостности и последовательности поведения человека, объединяет его сознательную и подсознательную сферы, определяет «норму его реакции».

Направленность личности

Направленность – совокупность наиболее устойчивых мотивов, задающих направление личностной активности и относительно независимых от наличной ситуации, получила название направленность личности. Эта иерархически организованная сфера личностных проявлений включает в себя влечения, желания, стремления, интересы, склонности, убеждения и идеалы человека. Под «направленностью» понимаются системно

взаимосвязанные мотивационные установки, ставшие свойствами личности и наиболее устойчивыми элементами ее структуры.

Направленность всегда социально обусловлена и формируется в онтогенезе в процессе обучения и воспитания, выступает как свойство личности, проявляющееся в мировоззренческой, профессиональной направленности, в деятельности, связанной с личным увлечением, занятием чем-либо в свободное от основной деятельности время (например, изобразительным творчеством, физическими упражнениями, рыбалкой, спортом и др.).

Д.И. Фельдштейн и И.Д. Егорычева выделяют следующие типы личностной направленности: гуманистическую, эгоистическую, депрессивную и суицидальную.

Гуманистическая направленность характеризуется положительным отношением личности к себе и к обществу. Внутри этого типа авторы выделяют два подтипа: с альтруистической акцентуацией, при которой центральным мотивом поведения являются интересы других людей или социальной общности, и с индивидуалистической акцентуацией, при которой для человека наиболее важным является он сам, окружающие люди при этом не игнорируются, но их ценность, по сравнению с собственной, несколько ниже.

Эгоистическая направленность характеризуется положительным отношением к себе и отрицательным – к обществу. Внутри этого типа также выделены два подтипа:

а) с индивидуалистической акцентуацией – ценность для человека собственной личности так же высока, как и при гуманистической направленности с индивидуалистической акцентуацией, но при этом ценность окружающих еще более низкая, хотя об абсолютном отвержении и игнорировании их речи нет;

б) с эгоцентрической акцентуацией – ценность собственной личности для человека не очень высока, концентрируется он только на себе самом; общество для него не представляет почти никакой ценности, отношение к обществу резко отрицательное.

Депрессивная направленность личности характеризуется тем, что для человека он сам не представляет никакой ценности, а его отношение к обществу можно охарактеризовать как терпимое.

Суицидальная направленность наблюдается в тех случаях, когда ни общество, ни личность для самой себя не представляют никакой ценности.

Ценностные ориентации личности

Под ценностными ориентациями В.А. Ядов понимал "разделяемые личностью социальные ценности, выступающие в качестве целей жизни и основных средств их достижения". В. А. Ядов подчеркивает, что ценностные ориентации образуют высший уровень иерархии предрасположенностей человека к определенному восприятию условий своей жизнедеятельности и к поведению в долгосрочной перспективе. По мнению В. А. Ядова именно ценностные ориентации выступают критериями принятия жизненно важных решений в ситуациях морального выбора.

Ценностные ориентации – это понятие, отражающее положительную или отрицательную значимость для личности предметов или явлений социальной действительности. Таким образом, формирование ценностных ориентаций тесно связано с развитием личности и ее направленности.

В целом, ценностные ориентации человека складываются в определенную систему, имеющую три основных направления: социально – структурные ориентации и планы; планы и ориентации на определенный образ жизни; деятельность и общение человека в сфере различных социальных институтов.

Одну из первых классификаций ценностей предложил Г. Олпорт и его сотрудники. Они выделили шесть типов ценностей:

1. Теоретические ценности, которые придают наибольшую важность и значение рациональному мышлению и поиску истины;

2. Экономические ценности, утверждающие приоритет практической пользы и выгоды;
3. Эстетические ценности, выше всего ставящие красоту, гармонию и искусство;
4. Социальные ценности, придающие наибольшее значение человеческим взаимоотношениям - любви, дружбе, преданности и т. д.;
5. Политические ценности, отдающие исключительное предпочтение обретению власти и влияния;
6. Религиозные ценности, которые первостепенную важность придают следованию определенной системе представлений (вере).

По М. Рокичу ценностные ориентации также могут быть разделены на две большие группы: терминальные и инструментальные. *К первой группе* относятся ценности, которые выступают базовыми. В соответствии с ними индивид строит свою жизнь, их он готов отстаивать и укреплять. Эта группа включает такие ценности, как человеческое достоинство, любовь, дружба, экономическое процветание, безопасность, равенство возможностей и т. д. Их можно рассматривать как общечеловеческие, универсальные нравственные стандарты, которые, по-видимому, одинаково важны в любой стране и культуре.

Ко второй группе относятся ценности, имеющие более конкретный поведенческий смысл. Они могут быть обозначены прилагательными, в которых отражены виды поведения, которые одобряет или отвергает индивид. Эти ценности могут быть выражены такими прилагательными, как тактичный, преданный, компетентный, патриотичный, вежливый, амбициозный. В отличие от терминальных ценностей, которые характеризуются значительной устойчивостью и консервативностью, инструментальные ценности более гибки и подвижны. Как и другие элементы поведения, они в значительной степени подвержены изменениям в результате обучения или нового опыта.

Тема 8. Способности

Способности – это индивидуально-психологические особенности личности, определяющие легкость и быстроту обучения, несводимые к знаниям, умениям и навыкам.

Б.М. Теплов под способностями понимают:

1. Индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого.
2. Способностями называют не всякие индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности.
3. Понятие «способности» не сводится к знаниям, умениям и навыкам, которые уже выработаны у человека, но от способностей зависит успешность приобретения знаний, умений и навыков.

Природной основой развития способностей являются задатки. *Задатки* – это индивидуальные анатомо-физиологические особенности, составляющие природную основу развития способностей.

К задаткам относятся:

1. Индивидуальные особенности в строении и деятельности анализаторов. Например, повышенная чувствительность того или иного анализатора.
2. Индивидуальные особенности в строении КГМ, строения нервных клеток.
3. Общий тип ВНД.
4. Специфические человеческие типы ВНД.
5. Особенности строения и деятельности опорно-двигательного аппарата.

Способности могут различаться не только по своему качеству, но и по уровню развития.

Виды способностей

По критерию вида психических функциональных систем способности разделяют на сенсомоторные, перцептивные, аттенциональные, мнемические, мыслительные, коммуникативные.

В зависимости от основного вида деятельности: научные, творческие.

Общие способности – это такие психические свойства личности, которые обеспечивают относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями и осуществлении различных видов деятельности.

Специальные способности – это такие психические свойства личности, которые помогают достигать высоких результатов в какой-либо специальной области деятельности. К таким способностям относятся музыкальные, математические лингвистические, технические, литературные, спортивные и т.п. Для таких способностей необходимы задатки особого типа.

Тема 9. Эмоции и воля

Эмоции – это субъективные реакции человека на воздействия внешних и внутренних раздражителей, отражающие в форме переживаний их личную значимость для субъекта и проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия.

Эмоции (от лат. *emoveo* – потрясаю, волную) – это психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания отношения явлений и ситуаций к потребностям.

Функции эмоций

Отражательно-оценочная функция. Эмоции оценивают значимость предметов и ситуаций для достижения целей и удовлетворения потребностей субъекта.

Побудительная функция. Эмоции побуждают человека к действию.

Активирующая функция. Эмоции обеспечивают оптимальный уровень деятельности ЦНС и отдельных ее структур.

Регулирующая функция. Эмоции определяют поведение человека, становясь длительными или кратковременными мотивами поведения. В обычных обстоятельствах эмоциональные оценки осмысливаются и могут быть подвергнуты коррекции. На основе полученных сигналов и эмоциональных оценок субъект выбирает и реализует способы поведения и действий.

Синтезирующая функция. Эмоции объединяют в единое целое отдельные, сопряженные во времени и пространстве события и факты. Активизируя одно из элементов события влечет за собой воспроизведение в сознании других его элементов.

Смыслообразование. Эмоции служат сигналом смыслообразующей силы мотива.

Защитная функция. Эмоции предупреждают человека о реальной или мнимой опасности, заставляющие лучше обдумывать поступки.

Экспрессивная функция. Эмоции за счет своего экспрессивного компонента принимают участие в установлении контактов с другими людьми в процессе общения с ними и воздействия на них.

По степени активации выделяют два вида эмоциональных состояний: *стенические* эмоции – переживания, повышающие активность личности; *астенические* – переживания, снижающие активность личности.

По качеству переживаний эмоции делятся на интерес-возбуждение, радость, удивление, горе, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд – застенчивость, вина – раскаяние.

Интерес – возбуждение – это чувство захваченности, любопытства.

Радость – ощущение уверенности и значительности, способности справиться с трудностями и наслаждаться жизнью.

Удивление –

Страдание – отрицательная эмоция, обычно доминирующая при горе и страдании. Переживание страдания описывается как уныние, упадок духа, обескураженность, одиночество, изоляция.

Гнев – сильная отрицательная эмоция, возникающая в ответ на препятствие в достижении человеком страстно желаемых целей.

Отвращение – эмоциональное состояние, связанное с переживанием необходимости устранить объект или изменить его, это результат рассогласования в сознании человека ценностно значимого, нормального и уродливо-несовершенного, происходящего на фоне этого нормального.

Презрение – это ощущение превосходства над другим человеком, группой, предметом, их обесценивание.

Страх – защитная эмоциональная реакция организма, которая побуждает человека избегать опасности.

Стыд – чувство сильного смущения от сознания предосудительности поступка.

Вина – отрицательно окрашенное чувство, объектом которого является некий поступок субъекта, который кажется ему причиной негативных для других людей, или даже для самого себя, последствий.

Формы проявления эмоций

Чувственный тон проявляется в том, что многие ощущения человека имеют определенную эмоциональную окраску.

Собственно эмоции – длительные и менее интенсивные состояния по сравнению с аффектом. Носят ситуативный характер, т.е. выражают оценочное отношение человека к наличной или возможной ситуации, своей деятельности и своим действиям.

Чувство – основная форма переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности. Отличается относительной устойчивостью и постоянством.

Аффект – это бурное, кратковременное протекание эмоций, сопровождающееся ярко выраженными поведенческими реакциями и вегетативными симптомами.

Страсть – это сильное глубокое, длительное эмоциональное состояние с высокой степенью осознанности, порождающие высокую активность личности, направленную на достижение своей цели или предмета страсти.

Настроение – более или менее длительное и устойчивое эмоциональное состояние, окрашивающее все другие переживания и деятельность людей. Это целостное мироощущение, сохраняющееся в течении относительно продолжительного периода и окрашивающее все поведение человека.

Стресс – состояние нервно-психического напряжения, длительное, степень осознанности долгая. Это общая неспецифическая реакция организма в ответ на интенсивное воздействие стрессоров.

Фрустрация – психологическое состояние, выражающееся в крайней подавленности и дезорганизирующая сознание и деятельности людей. Она возникает, когда степень неудовлетворенности выше, чем человек может стерпеть.

Экстаз – это болезненно восторженное состояние. Достаточно сильное, но кратковременное. Средняя степень осознанности, т.е. человек осознает причину состояния, может управлять своим поведением, но контроль за поведением ослабевает.

Характеристика воли

Воля – сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внешние и внутренние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

Функции воли

Побудительная – инициирование того или иного действия, деятельности, преодолевая объективные и субъективные препятствия.

Тормозная – сдерживание мотивов и желаний, не согласующихся с главными целями деятельности, идеалами, ценностями, взглядами, мировоззрением человека.

Генетическая – повышает уровень осознанности и организованности других психических процессов, связана с формированием волевых свойств личности.

Структура волевого действия

В **простых волевых действиях**, совершая которые человек без колебаний идет к намеченной цели, ему вполне ясно, чего и каким путем он будет добиваться, и решение непосредственно переходит в исполнение.

В **сложном волевом действии** этапов значительно больше:

- 1) осознание цели и стремление достичь ее;
- 2) осознание ряда возможностей достижения цели;
- 3) появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности;
- 4) борьба мотивов и выбор;
- 5) принятие одной из возможностей в качестве решения;

6) осуществление принятого решения, преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижении поставленной цели.

Первый этап (осознание цели и стремление достичь ее) не всегда сопровождается борьбой мотивов в сложном действии. Если цель задана извне и достижение этой цели обязательно для исполнителя, то ее остается только познать, сформировав определенный образ будущего результата действия. Борьба мотивов возникает на данном этапе тогда, когда у человека есть возможность выбора целей, по крайней мере очередности их достижения. Борьба мотивов, которая возникает при осознании целей, – это не структурный компонент волевого действия, а скорее определенный этап волевой деятельности, частью которой выступает действие. Каждый из мотивов, прежде чем стать целью, проходит стадию желания (в том случае, когда цель выбирается самостоятельно). Желание – это существующее идеально (в голове человека) содержание потребности. Желать чего-либо – значит прежде всего знать содержание побудительного стимула.

Поскольку у человека в любой момент имеются различные значимые желания, одновременное удовлетворение которых объективно исключено, то происходит столкновение противостоящих, несовпадающих побуждений, между которыми предстоит сделать выбор. Эту ситуацию и называют борьбой мотивов. На этапе осознания цели и стремления достичь ее борьба мотивов разрешается выбором цели действия, после чего напряжение, вызванное борьбой мотивов на этом этапе, ослабевает.

Второй этап (осознание ряда возможностей достижения цели) – это собственно мыслительное действие, являющееся частью волевого действия, результатом которого является установление причинно-следственных отношений между способами выполнения волевого действия в имеющихся условиях и возможными результатами.

На третьем этапе (появление мотивов...) возможные пути и средства достижения цели соотносятся с имеющейся у человека системой ценностей, включающей убеждения, чувства, нормы поведения, ведущие потребности. Здесь каждый из возможных путей проходит обсуждение в аспекте соответствия конкретного пути системе ценностей данного человека.

Четвертый этап (борьба мотивов и выбор) оказывается центральным в сложном волевом действии. Здесь, как и на этапе выбора цели, может наблюдаться конфликтная ситуация, связанная с тем, что человек понимает возможность легкого пути достижения цели (это понимание – один из результатов второго этапа), но в то же время в силу своих моральных качеств или принципов не может его принять. Другие пути являются менее экономичными (и это тоже человек понимает), но зато следование им больше соответствует системе ценностей человека.

Результатом разрешения этой ситуации является **пятый этап** (принятие одной из возможностей в качестве решения). Он характеризуется спадом напряжения, поскольку

разрешается внутренний конфликт. Здесь уточняются средства, способы, последовательность их использования, т. е. осуществляется уточненное планирование.

После этого начинается **шестой этап** (реализация принятого решения). Он, однако, не освобождает человека от необходимости прилагать волевые усилия, поскольку практическое осуществление намеченной цели тоже сопряжено с преодолением препятствий.

Результаты любого волевого действия имеют для человека два следствия: первое – это достижение конкретной цели; второе связано с тем, что человек оценивает свои действия и извлекает уроки на будущее относительно способов достижения цели, затраченных усилий.

Тема 10. Ощущение и восприятие

Для полноценной ориентации человека в окружающем мире, для достижения поставленных целей необходимо активное познание действительности.

В познании принято выделять два уровня: чувственный и рациональный.

Чувственный уровень осуществляется через **ощущение** и **восприятие** и позволяет создать образ, картину окружающего мира.

Рациональный уровень познания позволяет раскрывать существенные свойства, связи и отношения между предметами окружающего мира. Рациональное познание осуществляется благодаря **мышлению, памяти и воображению**.

Ощущение – это психический процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира, а так же внутреннего состояния организма при действии раздражителей на соответствующие органы чувств (рецепторы).

Физиологической основой ощущения является деятельность анализатора.

Анализатор (др.-греч. ἀνάλυσις — analysis – разложение, расчленение) – совокупность периферических и центральных структур нервной системы, ответственных за восприятие сигналов различных модальностей из окружающей или внутренней сред.

Анализатор состоит из: 1) периферического отдела (рецептора), переводящий внешнюю энергию в нервный процесс; 2) проводящие нервные пути, соединяющие периферические отделы анализатора с центральными; 3) центральный отдел (подкорковые и корковые отделы) где происходит переработка нервных импульсов, проходящих из периферических отделов.

Виды ощущений

По модальности или виду раздражителя выделяют зрительные, слуховые, осязательные, обонятельные, вкусовые, температурные, болевые, органические ощущения.

По характеру отражения и месту расположения рецепторов Ч. Шеррингтон выделил:

1) *Интероцептивные* (органические) – рецепторы расположены на внутренних органах и тканях тела и сигнализируют об изменениях внутренней среды организма. Например, ощущение голода, боли.

2) *Проприоцептивные* – сигнализирующие о положении тела и его частей в пространстве. Рецепторы находятся в связках, мышцах и сухожилиях, а также вестибулярном аппарате.

3) *Экстероцептивные* – возникающие при воздействии стимулов на рецепторы, расположенные на внешней (наружной) поверхности тела. Например, зрение, слух, обоняние, осязание и другие.

Экстероцептивные ощущения Ч. Шеррингтон подразделял на дистантные и контактные. *Дистантные* ощущения, возникают при отсутствии непосредственного

контакта с объектом, т.е. раздражитель действует на расстоянии (зрительные, слуховые, обонятельные). *Контактные*, возникают при непосредственном контакте с объектом (осязательные, тактильные, температурный и болевые, вкусовые).

Общие свойства ощущений

Сенсорное качество – это свойство, характеризующее основную информацию, отображаемую данным ощущением, отличающую его от других видов ощущений и варьирующую в пределах данного вида ощущений.

Например, вкусовые ощущения различаются на сладкий, кислый, горький, соленый. Слуховые ощущения различаются по высоте, тембру, громкости. Зрительные – по насыщенности, цветовому тону.

Интенсивность ощущений – это количественная характеристика ощущений (в слухе – громкость звука). Она зависит от силы действующего раздражителя и функционального состояния рецептора.

Длительность ощущений – это временная характеристика ощущения. Она определяется функциональным состоянием органов чувств, но главным образом – временем действия раздражителя.

Пространственная локализация раздражителя. Пространственный анализ, осуществляемый рецепторами, позволяет определить пространственное расположение раздражителя.

Закономерности ощущений

1. **Чувствительность органов чувств** определяется минимальным раздражителем, который в данных условиях оказывается способным вызвать ощущение.

Минимальная величина раздражителя, при которой впервые возникает ощущение, называется *нижним абсолютным порогом чувствительности*. Раздражители меньшей силы, называемые *подпороговыми*, не вызывают возникновения ощущений и сигналы о них не передаются в кору головного мозга. *Верхний абсолютный порог чувствительности* называется максимальной силой раздражителя, при которой еще возникает адекватное действующему раздражителю ощущение. Раздражитель большей силы называется *надпороговым*. Дальнейшее увеличение силы раздражителя, действующих на наши рецепторы, вызывает лишь болевые ощущения.

Различительная чувствительность – это способность ощущать разницу между раздражителями, чувствительность к изменению раздражителя. Минимальное различие между раздражителями, которое позволяет почувствовать едва заметное различие ощущений, называется *порогом различий или разностным порогом*.

2. **Сенсорная адаптация** – изменение чувствительности органов чувств под влиянием действия раздражителя.

3. **Взаимодействие ощущений** – это изменение (повышение или понижение) чувствительности одного анализатора под влиянием деятельности другого анализатора. Общая закономерность состоит в том, что слабые раздражители, воздействующие на один анализатор, повышают чувствительность другого, и наоборот – сильные раздражители понижают чувствительность других анализаторов при их взаимодействии.

Синестезия – это возникновение под влиянием раздражителя одного анализатора ощущения, характерного для другого анализатора. Например, «теплые краски», «цветовая музыка».

Изменение чувствительности в результате воздействия анализаторов, а также систематических упражнений называется **сенсбилизация**.

Восприятие (перцепция) – психический познавательный процесс целостного отражения предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Виды восприятия

Виды восприятия					
По форме психической активности	По форме существования материи	По виду анализатора	По степени организации	В зависимости от особенностей воспринимаемого объекта	По структуре
Преднамеренное	Восприятие пространства	Зрительное	Организованное	Восприятие человека человеком	Симультанное
Непреднамеренное	Восприятие времени	Слуховое	Неорганизованное		
	Восприятие движения	Осязательное			
	Обонятельное				
	Вкусовое				
		Кинестетическое			

Факторы перцептивной организации (М. Вертгеймер)

1. **Фактор близости** – в фигуру объединяются близко расположенные элементы.
2. Фактор **сходства**. В фигуру объединяются элементы сходные по форме, цвету, величине, текстуре и т.п.
3. Фактор **«общей судьбы»** Элементы могут объединяться общим характером изменений, наблюдаемых в них.
4. Фактор **«вхождения без остатка»**. Несколько элементов легко объединяются в группы, когда не остается ни одного отдельно стоящего элемента.
5. Фактор **простоты** (пергантности). В восприятии происходит организация стимулов таким образом, чтобы получившаяся фигура была максимально симметричной, простой и устойчивой.
6. Фактор **«хорошей линии»**. Из двух пересекающихся или касающихся линий фигурой становится линия с наименьшей кривизной.
7. Фактор **замкнутости**. Формирование целостных образов сопровождается тенденцией к замыканию ограничивающих их линий (контуров).

Свойства восприятия

Предметность восприятия – это способ отражать объекты и явления реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов.

Целостность восприятия – свойство восприятия, состоящее в том, что всякий объект воспринимаются как устойчивое системное целое.

Структурность восприятия заключается в том, что воспринимая предмет, мы отражаем его в совокупности свойств и частей.

Константность – свойство восприятия, обеспечивающее относительное постоянство восприятия независимо от изменяющихся условиях его восприятия.

Осмысленность восприятия указывает на связь восприятия с мышлением, с пониманием сущности предметов. Воспринять предмет значит мысленно назвать его, отнести к определенной группе, классу предметов, обобщить его в слове.

Избирательность восприятия заключается в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими, обусловленном особенностями субъекта восприятия (опытом, потребностями, мотивами).

Апперцепция – это зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, от особенностей его личности.

Тема 11. Внимание

Внимание – это процесс сознательного или бессознательного отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

Виды внимания

Непроизвольное внимание – это сосредоточение сознания на объекте в силу его особенности как раздражителя. Оно возникает непреднамеренно, без каких-либо усилий.

Основные факторы, вызывающие непроизвольное внимание:

1. Сила раздражителя. Привлекает внимание более сильный раздражитель на фоне действующих.
2. Контраст между раздражителями.
3. Изменения в раздражителях
4. Новизна предмета или явления.
5. Потребности и интересы людей.
6. Настроение и эмоциональное состояние человека.

Произвольное внимание – произвольная организация текущей деятельности. Сознательно регулируемое сосредоточение на объекте, направляемое требованиями деятельности. Произвольное внимание тесно связано с волей человека, поэтому оно называется волевым, активным, преднамеренным.

Условия эффективности произвольного внимания

1. Постановка и принятие цели деятельности.
2. Включение в процесс познания практического действия.
3. Привычная обстановка рабочего места.
4. Необходимость поддерживать определенную интенсивность процесса сосредоточения.
5. Структурная организация материала.

Послепроизвольное внимание – это внимание, которое возникает после того как вызвано произвольное. Это сосредоточение на объекте в силу его ценности для личности. Оно проявляется в снижении волевого напряжения. Послепроизвольное внимание возникает при условии: внутренней мотивации, ориентации на содержание, а не результат деятельности, стремления получить удовольствие от процесса деятельности.

Основные свойства внимания

Объем внимания – количество не связанных объектов, которое можно охватить вниманием за ограниченный отрезок времени. У взрослого человека объем внимания составляет 7 ± 2 элемента.

Переключение внимания – это намеренный перенос внимания с одного объекта на другой. Переключение внимания означает способность быстро ориентироваться в сложной изменяющейся ситуации.

Легкость переключения внимания зависит от:

- соотношения предыдущей и последующей деятельностью и отношением к ним субъекта. Чем интереснее деятельность, тем легче на нее переключиться.
- особенности предыдущей и последующей деятельности (показатели переключения внимания значительно снижаются при переходе от легкой деятельности к более трудной).
- подвижности нервных процессов, т.е. от быстроты смены возбуждения и торможения.

Распределение внимания – это такая организация психической деятельности, при которой одновременно в центре внимания удерживается два или несколько объектов, выполняются два и более действий.

Устойчивость внимания – это длительность сосредоточение внимания на каком-либо объекте.

Концентрация внимания – поглощение внимания одним объектом и полное отвлечение от другого. Показателем концентрации является «помехоустойчивость», невозможность отвлечения внимания от предмета деятельности посторонними раздражителями.

Тема 12. Память

Память – это процесс организации и сохранения прошлого опыта, делающий возможным его повторное использование.

Виды памяти

По времени сохранения материала выделяют:

Сенсорную память, которая сохраняет информацию на уровне рецепторов, время сохранения – 0,3 – 1,0 с. Ее разновидности – иконическая и эхоическая.

Иконическая память (от греч. eikon – изображение) — сенсорная копия информации, предъявленной наблюдателю зрительно на очень короткое время (до 100 мс.), которая имеет большую емкость; быстро угасает во времени (около 0,25 с.); сознательно не контролируется; зависит от физических характеристик стимула. *Эхоическая* память – сенсорная копия информации, предъявленной наблюдателю на слух в очень короткое время.

Кратковременная память – подсистема памяти, обеспечивающая непродолжительное удержание и оперативное преобразование сенсорной информации, поступающей в органы чувств или из долговременной памяти.

Оперативная память рассчитана на сохранение информации в течении заранее определенного или известного времени, пока задача не будет решена.

Долговременная память – вид памяти, которая обеспечивает продолжительное сохранение материала, не ограничена по времени хранения материала и объему удерживаемой информации.

По характеру психической активности:

Двигательная – запоминание различных движений и их систем.

Эмоциональная – память на переживания, чувства и эмоции.

Образная память – память на образы. Она бывает зрительной, слуховой, обонятельной, осязательной, вкусовой.

Словесно–логическая – это память на мысли, свои и чужие.

По характеру целей деятельности:

Произвольная память – это вид памяти, в которой процесс запоминания, сохранения, воспроизведения информации основан на участии воли, т.е. мнемические процесс носят осознаваемый и целенаправленный характер. *Непроизвольной* называется память, не предполагающая наличия цели и волевых усилий.

По характеру связей, устанавливаемых между объектами.

Механическая память - это процесс запоминания, связанный с многократным повторением материала без его понимания и осмысления. Она основана на ассоциациях по смежности, сходству и контрасту.

Логической называется память, в которой процессы памяти связаны с использованием мышления и основаны на нем. Человек запоминает материал, так как понимает его. При этом при запоминании в памяти откладывается мысль или идея, которая заключена в данном материале.

Процессы памяти

1. *Запоминание* – можно определить как процесс памяти, в результате которого происходит закрепление нового путем связывания его с приобретенным ранее.

Закономерности (эффекты) запоминания

Эффект экономии (сбережения) – выученный однажды и затем забытый материал может быть выучен вновь за некоторую долю времени, затраченного от первого запоминания.

Эффект края — явление, заключающееся в том, что из расположенного в ряд заучиваемого материала элементы, находящиеся в начале и конце, запоминаются быстрее, чем элементы, находящиеся в середине.

Эффект незавершенного действия (эффект Зейгарник) – эффективность запоминания материала зависит от степени и формы завершения действия. Лучше запоминается та информация, которая связана с оставшимся незаконченным действием.

Эффект фон Ресторф заключается в том, что объект выделяющийся из ряда сходных однородных объектов, запоминается лучше других.

2. *Сохранение* – это более или менее длительное удержание в памяти сведений, полученных в опыте.

3. *Воспроизведение* – актуализация закрепленного ранее содержания психики. Воспроизведение может протекать в виде: 1) *узнавания* – воспроизведение при опоре на восприятие объекта; 2) *собственно воспроизведения* – воссоздание материала, не вызывающее затруднений и не требующее опоры на восприятие; 3) *припоминания* в условиях частичного забывания, требующих волевого усилия; 4) *реминисценции* – отсроченное непроизвольное воспроизведение того, что при непосредственном воспроизведении было временно забыто, т.е. не воспроизводилось.

4. *Забывание* – процесс, приводящий к утрате четкости и уменьшению сохраненной информации.

Тема 13. Мышление

Мышление – это высший познавательный психический процесс обобщенного и опосредованного отражения действительности в ее существенных связях и отношениях.

Основные мыслительные операции:

Анализ – мысленное расщепление предмета или явления на различные составные части или мысленное выделение отдельных элементов, свойств предмета. *Синтез* – мысленное соединение отдельных элементов, частей и признаков познаваемого объекта в единое целое. Анализ и синтез являются противоположными друг другу операциями, в то же время неразрывно связаны, всякая мыслительная операция является аналитико-синтетической.

Сравнение – мысленное соотнесение предметов и явлений друг с другом, с целью установления сходства или различия между ними. В ходе этого процесса субъект обнаруживает тождество и различия между вещами.

Абстрагирование – мыслительная операция, основанная на выделении существенных свойств и признаков предметов и явлений, при отвлечении от несущественных. *Обобщение* – мысленное объединение предметов и явлений в группы на основе наличия общих существенных признаков.

Все мыслительные операции взаимосвязаны.

По определению С.Л. Рубинштейна все мыслительные операции являются производными от двух основных, анализа и синтеза. Поэтому все имеют аналитико – синтетическую природу. По определению Ж. Пиаже все психические операции обратимы, т.к. каждая мыслительная операция имеет противоположную по значению пару. Обратимость мыслительных операций позволяет вернуться к исходному пункту мысли и построить новую модель явления, отношения.

По определению П.Я. Гальперина и Н.Ф. Талызиной все мыслительные операции проходят сложный путь развития. Вначале имеют внешнюю практическую форму, а затем постепенно происходит интериоризация, важную роль в данном процессе играет речь.

Основные формы мышления.

Понятие — это форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов. В основе понятий лежат наши знания об этих предметах или явлениях.

Суждение – это форма мышления, отражающая связь между предметами или явлениями. В суждении утверждается или отрицается что-либо.

Умозаключение – это высшая форма мышления, которая представляет собой формирование новых суждений на основе преобразования уже имеющихся.

Виды мышления

В зависимости от последовательности уровня развития мышление делится на наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое.

Наглядно-действенное мышление – это особый вид мышления, содержанием которого является практическое преобразование предметов, познание свойств объектов при непосредственном воздействии на них.

Наглядно-образное мышление – это вид мыслительного процесса, который осуществляется непосредственно при восприятии окружающего мира, направлена на преобразование образов представлений.

Словесно-логическое мышление – это вид мышления, позволяющий оперировать логическими понятиями, познавать существенные закономерности и ненаблюдаемые взаимосвязи исследуемой реальности.

По содержанию используемых средств мышление подразделяется на наглядное и вербальное.

Наглядное мышление характеризуется необходимостью видеть (представлять) предметы в их наглядной конкретности. Индивидам, обладающим данным типом мышления, бывают труднодоступны даже простые задачи, представленные в знаковой форме. *Вербальное мышление* позволяет оперировать отвлеченными знаковыми понятиями, поэтому носителям данного типа мышления, затрудняются решать задачи, требующие оперирования наглядными образами.

По характеру решения мыслительных задач мышление делится на практическое и теоретическое. *Теоретическое мышление* – мышление, которое направлено на познание законов и правил, *практическое* – на разработку средств преобразования окружающего мира.

По характеру протекания познавательных процессов разделяют интуитивное и аналитическое мышление.

Интуитивное мышление совершается непосредственно, как «ясное видение» открытого принципа или закона, предполагает непосредственное проникновение в сущность явления. Оно характеризуется быстротой протекания, отсутствием четко выраженных этапов, малой осознанностью, т.е. человек не осознает как пришел к пониманию или открытию.

Аналитическое мышление осуществляется путем логических умозаключений, постепенно приводящих к нему. Оно развернуто во времени, имеет четко выраженные этапы, в значительной степени представлено в сознании человека.

По степени новизны: репродуктивное и продуктивное (творческое) мышление.

Репродуктивное мышление предполагает воспроизведение и применение готовых знаний, алгоритмов и умений.

Продуктивное мышление направлено на получение нового знания или продукта. Условием порождения новых творческих идей должно быть полная свобода от всякой критики, внешних и внутренних запретов.

Тема 14. Воображение

Воображение – это психический процесс направленный на создание новых образов и представлений.

Процесс воображения всегда протекает в неразрывной связи с двумя другими психическими процессами – памятью и мышлением.

Воображение тесно связано с мышлением. 1. Воображение и мышление возникает в проблемной ситуации, т.е. когда необходимо отыскать новое решение. 2. Мотивируется потребностями личности. 3. Для воображения и мышления характерно опережающее отражение действительности. В процессе фантазирования это проявляется в конкретно-образной форме, в виде ярких представлений; в процессе мышления – путем оперирования понятиями.

Воображение тесно связано с памятью. Образы воображения создаются только путем переработки отдельных сторон имеющихся у человека образов реальной действительности. Чем больше знаний, чем богаче опыт человека, тем больше у него возможности для моделирования образов.

Функции воображения

1. Возможность познания мира через его виртуальное представление, т.е. когда этот мир с помощью органов чувств не воспринимается.

2. Целеполагание (программно-планирующая, программно-преобразовательная). Подготовка человека к преобразованию действительности через планирование преобразовательных действий.

3. Регулятивная функция. Регулирование через воображение психических функций и состояний.

4. Психотерапевтическая (психокоррекционная) функция. Оказание психологического воздействия на себя.

5. Изучение психики человека через его воображение (психодиагностическая функция).

Виды воображения

В зависимости от степени сознательности и активности отношения субъекта к этому процессу, различают произвольное (пассивное) и произвольное (активное) воображение.

Непроизвольное (пассивное) воображение – это такая форма воображения, когда образы возникают под воздействием малоосознанных или неосознанных потребностей, влечений и установок. Например, сновидения, грезы.

Произвольное (активное) воображение характеризуется наличием задачи для создания образа и волевым усилием необходимым для реализации этой задачи. Например, мечта.

По степени уникальности воображение подразделяют на воссоздающее (репродуктивное) и творческое.

Репродуктивное (воссоздающее) воображение – один из видов активного воображения, при котором происходит конструирование новых образов, представлений у людей в соответствии с воспринятой извне информацией в виде словесных сообщений, схем, условных изображений, знаков. Например, при чтении литературы при помощи воображения происходит воссоздание того, что отображено в этих книгах.

Творческое воображение предполагает самостоятельное создание новых образов и идей, которые реализуются в оригинальных и ценных продуктах деятельности, и представляют ценность для других людей или общества в целом. Этот вид воображения лежит в основе художественной, литературной, музыкальной, конструкторской и научной деятельности. Результатом творческого воображения могут быть как материальные, так и идеальные образы.

Способы создания образов воображения

Агглютинация – это создание нового образа путем присоединения в воображении частей или свойств одного объекта другому. Например, образ кентавра, крылатого человека, автомобиль-амфибия.

Подчеркивание (акцентирование) каких-либо признаков отображаемых явлений, которые преобразуют его облик. Достигается посредством сдвига или изменения пропорций. Создаются дружеские шаржи и карикатуры.

Акцентирование бывает двух видов: гипорболизация и литотизация.

Гиперболизация характеризуется увеличением или изменением количества частей предмета или их смещением. *Литотизация* – уменьшение предмета.

Схематизация – это способ создания образов воображения, если представления, из которых конструируется образ фантазии, сливается, различия сглаживаются, а черты сходства выступают на первый план.

Типизация – выделение существенного, повторяющегося в однородных фактах и воплощение их в конкретном образе. Данный прием часто используется в литературе для создания обобщенных образов Плюшкин, Шерлок Холмс и т.д.