

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет
имени И. Т. Трубилина»

С. П. Сенющенко

ПСИХОЛОГИЯ.

ВВОДНЫЙ КУРС

Учебное пособие

Краснодар
КубГАУ
2017

УДК 159.9 (075.8)

ББК 88

С31

Р е ц е н з е н т ы :

Н. Б. Щетинская – канд. пед. наук, доцент
(Краснодарский государственный университет
культуры и искусств);

Л. В. Сурженко – канд. психол. наук, доцент
(Кубанский государственный аграрный университет)

Сенющенков С. П.

С31 Психология. Вводный курс : учеб. пособие /
С. П. Сенющенков. – Краснодар : КубГАУ, 2017. – 121 с.

ISBN 978-5-00097-263-2

Учебное пособие содержит базовый теоретический материал по дисциплинам «Психология», «Психология и педагогика». В пособии рассматриваются такие темы, как предмет, методы и задачи психологии, история ее становления и основные современные направления, познавательные, эмоциональные процессы и мотивация, личность и индивидуальные различия, социальное взаимодействие и психическое развитие человека.

Пособие предназначено для студентов-бакалавров непсихологических направлений подготовки.

УДК 159.9 (075.8)

ББК 88

© Сенющенков С. П., 2017

© ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный аграрный
университет имени
И. Т. Трубилына», 2017

ISBN 978-5-00097-263-2

ПРЕДИСЛОВИЕ

Предлагаемое читателю учебное пособие содержит базовый теоретический материал, который можно использовать при изучении дисциплин «Психология», «Психология и педагогика». Пособие рассчитано на читателя, впервые знакомящегося с психологией и не имеющего углубленной гуманитарной подготовки, в первую очередь – на студентов бакалавриата инженерных специальностей. Исходя из этого, в качестве ведущего принципа при разработке пособия была избрана доступность и ясность изложения. Вместе с тем автор стремился по возможности избежать упрощений, сохраняя достаточный научный уровень текста.

Пособие охватывает широкий круг вопросов из области общей психологии, психофизиологии, социальной психологии и психологии развития. Материал разбит на 8 тем в соответствии с читаемым автором лекционным курсом. При отборе материала внимание в первую очередь уделялось ключевыми с научной точки зрения понятиями и принципами той или иной области, затем – вопросам, имеющим мировоззренческое значение, наконец – интересным фактам и закономерностям, описанию наиболее известных исследований. В силу ограниченного объема пособия в него были включены только наиболее важные вопросы, и многие из них удалось раскрыть не так подробно, как хотелось бы.

Пособие снабжено иллюстрациями; в конце каждого раздела приводятся контрольные вопросы.

Автор надеется, что пособие послужит студентам не только для подготовки к зачету, но и для расширения кругозора, развития научного мировоззрения и самопознания, а возможно – и пробуждения интереса к углубленному изучению психологии.

ТЕМА 1. ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА

Психология (от греческих слов *псюхэ* – душа и *логос* – слово, знание) – наука о психике (психических процессах) и поведении животных и человека.

Изучение психологии может стать для студентов непостоянной задачей, потому что:

- научная психология, как правило, не изучается в школе (в отличие от физики, химии, биологии и других наук), поэтому мало знакома большинству людей;

- с другой стороны, психология крайне популярна в современной культуре, что приводит к широкому распространению различных мифов и заблуждений, недостоверной и псевдонаучной информации;

- многие термины психологии заимствованы из обычного языка, но имеют иное значение (например, «ощущение»); может быть довольно сложно преодолеть иллюзию «знакомости» и усвоить новое значение привычных слов;

- каждый человек в ходе своей жизни стихийно приобретает житейское психологическое знание, различные убеждения, которые могут противоречить научным знаниям и с большим трудом поддаются изменениям.

Житейское психологическое знание – важное условие существования человеческого общества: чтобы взаимодействовать с другими людьми, каждому необходимо хоть в какой-то степени представлять, что могут хотеть, думать, чувствовать другие, как они могут повести себя в той или иной ситуации. Некоторые люди могут быть выдающимися «житейскими психологами», улавливая тончайшие душевные движения окружающих (и иногда пользуясь этим в корыстных интересах); есть и, напротив, люди, плохо понимающие других. Между житейским и научным психологическим знанием есть существенные отличия:

- житейское знание конкретно (относится только к определенным людям и ситуациям), научное – обобщенно (относится к классам объектов и ситуаций);

- житейское знание интуитивно (человек пользуется им, как правило, не отдавая себе отчета в том, как оно получено и в чем состоит), научное – осознанно (формулируется в словах и целенаправленно проверяется);
- житейское знание субъективно (пристрастно, эмоционально, отражает особенности человека, которому принадлежит), научное стремится к объективности (независимости от конкретных субъектов и ситуации получения);
- житейское знание приобретается благодаря личному опыту, в результате наблюдений; научное – с помощью научных методов;
- житейское знание практически невозможно передать другому, научному – можно целенаправленно обучать.

1.1 Специфика психологической науки

Датой возникновения научной психологии принято считать 1879 г., когда немецкий ученый и философ Вильгельм Вундт основал первую в мире лабораторию экспериментальной психологии (в городе Лейпциг, Германия). В России первая психологическая лаборатория появилась в 1885 г. (основана В. М. Бехтеревым в Казани).

Вместе с тем предыстория психологической науки занимает большую часть истории человечества, уходя своими корнями в глубокую древность – ведь психологические свойства человека и особенности его поведения интересовали людей, вероятно, с тех пор, как люди научились выделять себя из окружающего мира. Более 2,5 тыс. лет насчитывает история письменных психологических учений – она начинается вместе с появлением философии.

Сегодня психология представляет собой обширную институализированную науку: существуют научные психологические организации (институты, лаборатории), в том числе в структуре Российской Академии Наук (Институт психологии РАН), научные журналы, специализированная подготовка кадров по психологическим направлениям, ученые степени по психологии и т. д.

Как наука, психология обладает рядом интересных особенностей:

- психология – наука о самом сложном из всего, что только известно человечеству; неудивительно поэтому, что и сама она может быть очень сложна, а достижения ее до сих пор могут показаться незначительными;

- в психологических исследованиях парадоксальным образом может совпадать объект и субъект познания: человечество с помощью своего мышления пытается изучить само же мышление, то есть понять само себя;

- психология – наука фундаментальной важности для развития человечества: ведь изучить, понять какие-либо явления означает также овладеть ими, научиться ими управлять; значит, благодаря психологии человек может научиться управлять собой, своим поведением и сознанием, мышлением, памятью и т. д.;

- психология развивается на стыке естественных и гуманитарных наук и не относится исключительно ни к тем, ни к другим; в современной психологии велик удельный вес отвлеченных философских построений, с трудом или вовсе не проверяемых в исследованиях, и вместе с тем широко применяется экспериментальный метод и современный математический аппарат (так, к числу создателей математической статистики принадлежат психологи Ф. Гальтон, Ч. Спирмен, Л. Терстоун, Р. Кеттел, Г. Айзенк);

- современная психология не имеет какой-либо одной общепризнанной теории, общепринятой формулировки своего предмета, задач и методов (парадигмы); психология существует в виде множества научных школ («направлений»), значительно отличающихся своими взглядами.

1.2 Что изучает психология

Психологию интересует несколько групп явлений (явление – что-то, что можно наблюдать, воспринимать):

1. Психические явления (также: явления сознания, субъективные явления) – явления «внутреннего мира» человека.

Это то, что известно каждому из личного опыта – происходящие у нас «в голове» наши мысли, чувства, воспоминания. Основная особенность психических явлений состоит в том, что они непосредственно доступны только тому человеку, который их переживает, и недоступны другим людям.

2. Явления поведения – это движения, реакции, действия, поступки человека (или животного), которые можно наблюдать «со стороны», объективно, в том числе фиксировать с помощью приборов.

3. Физиологические процессы в организме, так или иначе связанные с психическими процессами (например, бледность или, наоборот, покраснение кожи при сильных переживаниях). Эти процессы также можно наблюдать и фиксировать объективными методами.

4. Продукты деятельности человека, составляющие мир материальной и духовной культуры (орудия труда, одежда, рисунки, письменность, язык и т.д.).

Как эти разнородные явления связаны между собой и как можно определить предмет изучения психологической науки? Ответ на этот вопрос может дать следующее теоретическое рассуждение.

Психологическая наука является логическим продолжением биологии (а психология человека, кроме того, существует на стыке с социологией). Биология изучает строение и функционирование живых организмов; и, как известно, одной из основных особенностей жизни является непрерывное взаимодействие организма с окружающей средой. Для растений это взаимодействие организовано очень просто: растение поглощает нужные ему виды вещества и энергии из окружающей среды, а при их отсутствии – погибает. Можно сказать, что окружающая среда для растения – это однородное пространство, заполненное веществом и энергией (гомогенная среда).

Другое дело – животные. Особенностью животных является то, что они потребляют из среды готовые органические вещества, а ведь такие вещества в окружающей среде есть далеко не везде – они оформлены в виде отдельных предме-

тов (тел других живых организмов). Получается, что животное вынуждено для поддержания своего существования отыскивать в окружающей среде отдельные предметы, пригодные в пищу, и среда для него перестает быть однородной, а превращается в пространство, в котором расположены различные объекты с разными свойствами (так называемая гетерогенная среда).

Таким образом, у животных возникает новый тип взаимодействия с окружающей средой, включающий перемещение в среде, поиск пригодных для питания предметов и взаимодействие с ними. Этот новый тип взаимодействия со средой называется *поведение*. Ясно, что поведение животного может быть более эффективно, если животное заранее может получать информацию о том, как устроена окружающая среда, где именно в ней расположены различные предметы и какими свойствами они обладают (полезные они или, наоборот, опасные), и на основе этой информации управлять своими движениями. Для решения этих задач у животных и возникает система управления поведением, которую сегодня принято называть *психикой*. Психика выполняет две основные функции:

- 1) получение информации о структуре и свойствах окружающей среды,
- 2) управление поведением на основе этой информации.

Поведение человека существенно отличается от поведения животных: человек не находит в окружающей среде предметы, необходимые для удовлетворения своих потребностей, не приспосабливается к среде, а, напротив, в ходе *трудовой деятельности* создает, производит нужные предметы, преобразует среду в своих интересах. Цели трудовой деятельности человека не заданы биологически, человек создает их сам, проектируя свою будущую деятельность; кроме того, деятельность человека носит общественный, коллективный характер, а значит, ее цели необходимо транслировать другим людям. Для решения этих задач возникает особая, специфически человеческая форма психики, которая называется *сознание*. Его ключевые особенности:

1) человек знает о содержании своего сознания, своих мыслях, чувствах, желаниях, и может дать о них отчет, рассказать (осознанность);

2) отражение мира в сознании происходит в устойчивых, общественно выработанных формах (значениях слов, понятиях).

Таким образом, психология изучает психику (у человека – сознание) как систему управления взаимодействием организма с окружающим миром (поведением). В структуре психики выделяется множество компонентов, которые можно разделить на следующие группы:

- психические образования (чувственные образы, понятия, смыслы);
- психические процессы (познавательные процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, воображение, мышление; мотивационные процессы: эмоции, мотивация, волевые процессы);
- психофизиологические состояния (сон, бодрствование, стресс, усталость);
- психологические свойства человека (темперамент, характер, способности).

1.3 Задачи и отрасли психологии

Современная психология решает множество различных задач и занимается исследованиями особенностей психической деятельности и поведения людей самых разных категорий. В связи с этим она делится на отрасли, которые можно объединить в три группы:

1. Фундаментальные отрасли психологии ставят своей целью получение научных психологических знаний самих по себе. К ним относятся:

Общая психология – изучает основные, наиболее общие закономерности психической деятельности и поведения человека. В состав общей психологии входят:

- психология познавательных процессов (ощущения и восприятия, мышления, внимания, памяти) – изучает, как че-

ловек познает окружающий мир, как он мыслит и запоминает информацию;

– психология мотивации и эмоций – изучает, что и почему движет человеком, почему люди поступают так или иначе, как устроены и как возникают различные чувства, желания, переживания.

Зоопсихология – изучает закономерности психической деятельности и поведения животных.

Психология личности – изучает основные принципы организации и развития личности человека, его самосознания, системы ценностей, самоопределения.

Психология индивидуальных различий (дифференциальная психология) – изучает психологические качества и особенности, которыми люди отличаются друг от друга, такие, как темперамент, характер, способности.

Психология развития и возрастная психология – изучают закономерности психического развития человека, особенности психической деятельности и поведения людей разных возрастов (детей, юношества, взрослых, стариков).

Социальная психология – изучает особенности психических процессов и поведения людей, связанные с общественной жизнью человека: закономерности общения, взаимодействия, взаимного влияния людей в группах, динамику отношений между людьми.

Психофизиология – изучает связи психических процессов с физиологическими, в первую очередь, с нервными процессами в головном мозге, и пытается найти ответ на фундаментальный вопрос: каким образом мозг производит психическую деятельность?

Клиническая психология – изучает закономерности психических процессов и поведения человека при их нарушениях, например, при психических заболеваниях или локальных поражениях головного мозга.

2. Прикладные отрасли психологии направлены не только на получение новых знаний, но и на использование их для усовершенствования различных областей человеческой практики, и выделяются в соответствии с этими областями:

педагогическая психология, психология труда, инженерная психология, психология управления, юридическая психология, политическая психология, экономическая психология, военная психология, спортивная психология, семейная психология и многие другие.

3. К практической психологии относят отрасли, которые сформировали собственные виды общественной практики и направлены уже не столько на получение знаний, сколько на практические результаты (а поэтому зачастую оказываются далеки от идеалов научной обоснованности). К практической психологии относятся:

Психотерапия – целенаправленное воздействие на человека психологическими методами (в основном, с помощью речи) для достижения лечебного результата. (Психотерапию, а также и психологию, не следует путать с психиатрией – отраслью медицины.)

Психологическое консультирование – оказание здоровому, без психических отклонений, человеку психологической помощи в решении каких-либо проблем.

Психологический тренинг – активное обучение навыкам поведения или целенаправленная организация ситуаций, способствующих развитию личности человека.

Психодиагностика – разработка и использование психологических методов для измерения и оценки различных психологических свойств человека (например, с целью профессионального отбора).

1.4 Основные методы психологии

Получение научного знания (достоверного, объективного) основано на применении специальных познавательных процедур, которые называют научными методами. Психология пользуется как общенаучными методами, так и специальными психологическими, основанными на специфике ее предмета. К общенаучным методам относятся:

1. *Наблюдение* – фиксация определенных явлений, процессов без вмешательства в их протекание.

2. *Эксперимент* – целенаправленное воздействие исследователя на изучаемый процесс в контролируемых условиях. Только метод эксперимента позволяет устанавливать причинно-следственные связи между явлениями (подтверждать каузальные гипотезы). Это происходит благодаря тому, что в ходе эксперимента исследователь контролирует все воздействия на объект исследования (они называются «переменными»). При этом если изменяется только одна переменная («независимая переменная»), а все остальные остаются постоянными, и при этом состояние объекта изменяется («зависимая переменная»), то можно утверждать, что причиной изменений объекта является изменение независимой переменной.

К специальным психологическим методам исследования относятся:

3. *Беседа* (интервью) – получение от человека информации в устной форме с помощью специально подобранной последовательности вопросов; разновидностью беседы можно считать анкетирование, где вопросы и ответы представлены в письменной форме.

4. *Тесты* – стандартизированные испытания (задачи), предназначенные для измерения и оценки психологических свойств и состояний человека; тесты обычно состоят из набора заданий, в каждом из которых обследуемый может дать правильный или неправильный ответ. Тесты в основном применяются для измерения, оценки способностей (например, тесты интеллекта Р. Амтхауэра, Г. Айзенка, Д. Векслера).

5. *Опросники* – внешне напоминают тесты, но отличаются от них двумя важными особенностями: во-первых, их результаты в значительной степени зависят от самоотчета испытуемого, во-вторых, в опросниках нет правильных и неправильных ответов. Обычно опросники применяются для выявления особенностей личности человека (например, популярные личностные опросники 16PF Р. Кеттелла, MMPI).

6. *Проективные методы* – основаны на том, что испытуемому дается неопределенное задание, в котором характер

ответов человека будет определяться особенностями его личности (они как бы «проецируются» на неопределенный материал). В проективных методах могут использоваться задания на интерпретацию (истолкование изображения, события), дополнение (завершение предложения, рассказа), экспрессию (рисования на некоторую тему) и др. Результаты проективных методов крайне сложны для интерпретации, и проводить ее может только опытный специалист-психолог.

К психодиагностическим методам предъявляется ряд требований, от соблюдения которых зависит достоверность полученных с их помощью результатов. Психодиагностические методы должны быть *стандартизированы*, то есть проводиться и обрабатываться всегда строго одинаково. Для каждого метода определяются статистические нормы их выполнения; именно по отношению к таким нормам оцениваются в дальнейшем результаты новых испытуемых. Психодиагностические методы характеризуют также *надежность* – способность метода давать те же результаты при повторном обследовании того же человека, и *валидность* – пригодность метода для измерения именно тех психологических свойств человека, для измерения которых он предназначен.

Контрольные вопросы

1. Почему может быть сложно изучать психологию? Какие интересные особенности есть у этой науки?
2. Что такое житейская психология? Чем она отличается от научной?
3. Какие явления изучает психология? Что такое «психика», «сознание», «поведение»?
4. Каковы основные задачи психологии и какие отрасли психологии их решают?
5. Какими методами проводятся научные психологические исследования?

ТЕМА 2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

2.1 Психология как философское учение о душе

Понятие «душа» появилось в глубокой древности, в мифологии. Первобытные люди с помощью этого понятия объясняли три основные группы явлений: 1) любое движение в природе (не только животных и человека, но и ветра, небесных тел и др.); 2) физиологические процессы организма (в том числе саму жизнь, а также дыхание, кровообращение и пр.); 3) психические процессы и явления (характер человека, мышление, память и пр.).

Когда в Древней Греции возникла философия (VII в. до н. э.), проблема души, разумеется, привлекла внимание и философов. Философы рассуждали о природе души, пытались осмыслить, каким образом она может приводить тело в движение, как возможно познание человеком окружающего мира, как он может овладеть своими страстями. Появилась психология как раздел философии, философское учение о душе. Были созданы разнообразные философские теории души.

Так, Демокрит (ок. 460 – ок. 370 до н. э.) полагал, что весь мир состоит из мельчайших частиц («атомов»), которые непрерывно движутся, сталкиваются между собой, и этим объяснял все существующие в природе явления и процессы. Он полагал, что душа также состоит из атомов, маленьких, круглых и очень подвижных – «атомов огня». Эти атомы толкают другие атомы тела человека и таким образом приводят тело в движение. После смерти атомы души рассеиваются в окружающем пространстве.

Платон (427–347 до н. э.) полагал, что подлинной реальностью (бытием) является не окружающий нас мир материальных вещей, а занебесный «мир идей», в котором находятся идеальные прообразы всех вещей нашего мира. Душа человека, по его мнению, близка к «миру идей», она бессмертна,

нематериальна, божественной природы. Пребывание души в теле – для нее противоестественное состояние сродни наказанию, и чистая душа стремится вырваться из чувственного мира, вернуться в мир подлинного бытия.

Аристотель (384–322 до н. э.) полагал, что в действительности существуют только тела, а то, что люди называют «душой» – это функция («энтелехия») живого тела, осуществление его предназначения питаться, расти, размножаться, двигаться, воспринимать окружающий мир, запоминать и мыслить.

В позднейшей античной и далее в средневековой философии было создано еще множество философских концепций души. Психология как философское учение о душе продолжала существовать в течение более двух тысяч лет, до XVII в.

2.2 Классическая психология сознания

В XVII в. благодаря достижениям естествознания удалось дань научное объяснение физиологическим процессам организма и его движениям без привлечения понятия «душа». Кроме того, сформировались представления, согласно которым предметом исследования может быть только нечто наблюдаемое, но не таинственные бестелесные сущности. Это привело к тому, что понятие «душа» утратило свое значение и с тех пор практически не используется в психологии.

Благодаря работам философов Рене Декарта (1596–1650) и Джона Локка (1632–1704) сложилось новое представление о психологии как науке о *сознании*, то есть явлениях внутреннего мира человека. Основным методом психологии стало самонаблюдение, а задачей – описание разнообразных явлений сознания (образов, чувств, мыслей), поиск законов, которым подчиняются эти явления. Сознание противопоставлялось физической реальности и рассматривалось как особый, замкнутый в себе мир «психических явлений». Самой влиятельной теорией в психологии сознания стал ассоцианизм – учение о том, что сознание состоит из простейших элементов

(ощущений), которые складываются в сложные структуры благодаря связям между ними – ассоциациям.

Во второй половине XIX в. Вильгельм Вундт (1832–1920) впервые использовал для исследования сознания эксперимент, однако основным методом психологии по-прежнему оставалось самонаблюдение (эксперимент служил для того, чтобы контролировать условия самонаблюдения). К началу XX в. множество психологов пришло к убеждению, что метод самонаблюдения не может лежать в основе научной психологии, поскольку не способен давать объективные, достоверные научные данные. Это привело к тому, что психология сознания прекратила свое существование, и возник ряд новых направлений психологии, многие из которых существуют до сих пор.

2.3 Бихевиоризм

Бихевиоризм (от англ. *behavior* – поведение) возник в США в начале XX в., его основателем был психолог Джон Уотсон (1878–1958). Как и многие другие ученые того времени, Уотсон не был удовлетворен состоянием современной ему психологии. Он критиковал психологию сознания за ее субъективизм и неспособность решать практические задачи. По его мнению, психологию следовало сделать объективной наукой, такой же точной и достоверной, как естествознание. И если сознание невозможно исследовать объективными методами, то психологии следует отказаться от его изучения и сосредоточить свое внимание на поведении человека и животных.

В знаменитой статье «Психология с точки зрения бихевиориста» (1913) Дж. Уотсон предложил программу развития психологической науки нового типа – бихевиоризма, психологии поведения. По его мнению, поведение человека и животных состоит из *реакций* (*R*); не только различные движения, но и речь, мышление, эмоции – все это реакции. Каждая реакция вызывается определенным *стимулом* (*S*) – воздействием со стороны окружающей среды (примеры стимулов:

звук, прикосновение, слова другого человека, появление нового предмета). Связь между стимулом и реакцией ($S \rightarrow R$) однозначна, реакция зависит только от стимула и не зависит от воли и сознания человека. Изучив связи различных стимулов и реакций, психология, по замыслу Дж. Уотсона, в конце концов сможет предсказывать поведение человека и управлять им, подобрав такие стимулы, которые с необходимостью вызовут нужные (любые!) реакции.

Однако связи $S \rightarrow R$ не постоянны: они меняются в течение жизни организма, в ходе приобретения нового опыта. Этот процесс был назван *научением*. Изучение закономерностей научения и поиск способов управления им стали основными задачами бихевиоризма на протяжении XX в.

Сам Дж. Уотсон развивал теорию научения, основанную на исследованиях образования условных рефлексов, проведенных И. П. Павловым. Согласно этой теории, у каждого животного от рождения есть набор *безусловных реакций* (R_B), которые вызываются *безусловными стимулами* (S_B). Например, при предъявлении пищи (S_B) у собаки выделяется слюна (R_B). Если одновременно или незадолго до безусловного стимула на организм действует также *нейтральный стимул* (S_H), который первоначально не вызывает никакой реакции (например, загорается лампочка), и эта ситуация повторяется несколько раз, то в конце концов нейтральный стимул начинает вызывать ту же реакцию, что и безусловный: у собаки выделяется слюна только при зажигании лампочки, уже без предъявления пищи. Образуется условная связь между S_H и R_B , которые теперь называются *условные стимул* и *реакция*. Этот процесс называется *классическим обусловливанием*:

$$\begin{cases} S_B \rightarrow R_B \\ S_H \end{cases} \Rightarrow S_H \rightarrow R_B$$

Пример использования этой схемы при изучении поведения человека дает печально известное исследование с «маленьким Альбертом» (1920). Дж. Уотсон обратил внимание на то, что большинство страхов, которые встречаются у челове-

ка (перед темнотой, пауками, змеями и т. п.) не являются врожденными, т. к. отсутствуют у младенцев. Откуда же они берутся? Естественно, эти страхи (реакции страха) – выученные. Дж. Уотсон решил экспериментально показать, каким образом они могут формироваться.

Исследование проводилось с десятимесячным ребенком («маленьким Альбертом»), и первоначально было показано, что у него отсутствует страх перед крысами, как и перед другими животными: «Альберт» брал крысу в руки, играл с ней. Кроме того, у «Альберта» были выявлены безусловные реакции страха на внезапный громкий звук и потерю опоры. Затем была проведена процедура обусловливания: «Альберту» предъявляли крысу, и одновременно с этим экспериментатор у него за спиной бил молотком по металлическому стержню, издавая громкий звук; ребенок вздрагивал и начинал плакать. После многократных повторений этой ситуации у «Альберта» выработалась условная реакция страха перед крысой: уже при одном виде крысы ребенок начинал плакать и пытался отползти от нее.

Еще одна влиятельная теория научения была разработана Берресом Скиннером (1904–1990). Б. Скиннер полагал, что в поведении животных и человека ведущая роль принадлежит не тем реакциям, которые вызываются стимулами (он называл их *респондентными*, т. е. ответными), а тем, которые организм производит самостоятельно для получения полезного результата в текущей ситуации (*оперантные* реакции). Научение же связано не столько с многократным повторением стимулов и реакций, сколько с их последствиями. Реакции животного в некоторой ситуации могут приводить к желательным результатам (*подкрепление*), нежелательным (*наказание*) или нейтральным. Основной закон научения состоит в том, что те реакции, которые подкрепляются, в дальнейшем воспроизводятся чаще (*оперантное научение*).

Закономерности оперантного научения иллюстрирует следующий демонстрационный эксперимент: лист картона намазывается клеем по всей поверхности, за исключением

контура в форме восьмерки. На лист ровным слоем насыпают зерно, и, когда оно приклеится, выпускают голубя. Голубь пытается склевать зерна (это оперантные реакции), и в некоторых случаях это удается (зерно не приклеено – подкрепление), в некоторых – нет (зерно приклеено – без подкрепления). После нескольких тренировочных серий голубя выпускают на такой же лист картона, на котором все зерно не приклеено, – и он аккуратно выклевывает зерно по контуру восьмерки, не трогая остальное: у него закрепились те реакции, которые подкреплялись, а остальные исчезли.

Одним из замечательных результатов экспериментальных исследований научения, проведенных под руководством Б. Скиннера, было доказательство того, что для устранения нежелательных действий отсутствие подкрепления более эффективно, чем наказание (исследование У. Эстеса).

2.4 Психоанализ

До конца XIX в. психология сознания полагала, что вся душевная жизнь человека доступна самонаблюдению, психическое буквально приравнивалось к сознанию. Философы и ученые считали, что любые психические явления, – желания, воспоминания, переживания, – существуют только в сознании, и поэтому человек не может о них не знать. Однако к началу XX в. были накоплены научные данные, которые позволили австрийскому врачу-невропатологу Зигмунду Фрейду (1856–1939) утверждать, что помимо сознания существует *бессознательная* душевная жизнь, и создать новое направление психологии – *психоанализ*.

В 1890-е гг. З. Фрейд занимался лечением нервной болезни, известной тогда под названием *истерия*. Характерным симптомом истерии было развитие разнообразных физиологических и поведенческих нарушений без каких-либо физических повреждений организма. Одной из пациенток З. Фрейда была Анна О. – девушка, которая до этого в течение нескольких лет ухаживала за тяжело больным отцом. Когда

отец Анны скончался, у нее возник ряд истерических симптомов: частичный паралич, частичная потеря зрения, галлюцинации, амнезия (потеря памяти) и другие. В числе симптомов был и такой: Анна не могла пить воду из чашки – если она пыталась это сделать, у нее начинались судороги горла; поэтому она утоляла жажду фруктами.

Приступив к ее лечению, З. Фрейд испробовал самые разные методы, но они не принесли результатов. Тогда он решил применить новый на то время способ – гипноз. Вводя Анну в состояние транса, он попросил ее вспомнить о том, когда впервые возникли симптомы ее болезни. И Анна вспомнила, например, такой случай: однажды она увидела, как собачка, принадлежавшая гувернантке (которую Анна не любила), лакает воду из чашки, приготовленной для больного отца Анны. В тот момент девушка сдержалась, ничего не сделала и никому ничего не сказала. Но, вспомнив об этом происшествии, она бурно разрыдалась, кричала и гневалась; а когда вышла из транса, оказалось, что один из ее симптомов пропал – она снова могла пить воду из чашки. Подобным образом З. Фрейду удалось справиться и с другими симптомами.

На основе этого и подобных случаев З. Фрейд разработал теорию возникновения и лечения неврозов, из которой затем развился психоанализ. Базовые ее положения следующие. Иногда человек сталкивается с тяжелыми, крайне неприятными, постыдными и т. п. переживаниями. В некоторых случаях он может справиться с ними, выразить, отработать. Но иногда это невозможно (например, потому что его личность недостаточно сильна, как у ребенка). В таких случаях тяжелые переживания *вытесняются* из сознания и переходят в *бессознательное*. Человек перестает помнить о них и о том, что их вызвало. Но это не означает, что они исчезают. Находясь в бессознательном, травмирующие переживания продолжают существовать, они влияют на процессы, проходящие в сознании, и на работу нервной системы. Одним из следствий этого является появление невротических симптомов (как в случае истерии). Победить эти симптомы можно,

если вернуть вытесненные переживания в сознание и там переработать (как это произошло с Анной О.). Это и является целью психоаналитической терапии.

В последующие годы З. Фрейд разработал множество различных теорий, связанных с бессознательным человека. Он исследовал такие темы, как сновидения, строение и развитие личности, психотерапия неврозов, сексуальное развитие, юмор и остроумие, забывание и оговорки, и мн. др. Одна из наиболее известных его теорий состоит в том, что бессознательное («Оно») – это не просто вместилище вытесненных из сознания переживаний; это основная, изначальная структура психики человека, которая содержит в себе движущие силы душевной жизни, базовые *влечения*, основное из которых – *влечение к удовольствию* (либидо), или сексуальное влечение. Сознание же, «Я» человека – это своеобразная надстройка над бессознательным; оно появляется в ходе психического развития ребенка как инструмент его адаптации к окружающему миру. Основная задача сознания – находить компромисс между иррациональными влечениями, исходящими из «Оно», и реальностью. Для этого «Я» использует различные защитные механизмы, такие, как вытеснение.

Некоторые ученики З. Фрейда, разделяя его убеждение в ведущей роли бессознательного в психической жизни человека, не приняли теорию либидо. Так, Альфред Адлер (1870–1937) движущей силой развития человека считал *влечение к превосходству*, компенсацию чувства *неполноценности*. Карл Густав Юнг (1875–1961) разработал оригинальную теорию *коллективного бессознательного*, содержащего *архетипы* – древние и общие всем людям структуры, задающие базовые принципы психической организации человека.

2.5 Гуманистическая психология

Гуманистическая психология возникла в США в 1960-е гг. В это время основными направлениями психологии в США были бихевиоризм и психоанализ; оба эти направления при-

равнивали человека к животным, сосредотачивались на изучении биологически обусловленных (можно сказать, «низменных») сторон психики человека. Многие психологи были не удовлетворены этой ситуацией: ведь сведение поведения человека к удовлетворению животных потребностей или к реагированию на стимулы окружающей среды выносит за скобки научных исследований именно то, что в человеке кажется наиболее важным, что именно и делает его человеком. Гуманистическая психология позиционировала себя как «третью силу» психологии (наряду с бихевиоризмом и психоанализом) и поставила задачу изучения человека как открытой системы, способной к саморазвитию. Среди основных вопросов, которыми занимается гуманистическая психология – такие высшие проявления человека, как личность и ее развитие, воля и свобода выбора, ответственность и автономия, разум, творчество, любовь, ценности, смысл жизни. Крупнейшие гуманистические психологи – Абрахам Маслоу (1908–1970), Карл Роджерс (1902–1987), Ролло Мэй (1909–1994).

2.6 Когнитивная психология

Как мы видели, в начале XX в. бихевиоризм отказался от исследования сознания и выдвинул проект объективной психологии поведения. Однако в последующие годы были накоплены многочисленные данные, указывающие на то, что поведение человека и животных невозможно понять, игнорируя внутренние, психические процессы, процессы познания окружающего мира. К 1950-м гг. многие ученые пришли к выводу, что научное исследование сознания необходимо. Вместе с тем не могло быть и речи о возврате к классической психологии сознания и методу самонаблюдения. Требовалось разработать объективную методологию исследования психических процессов. Это стало возможным благодаря развитию новейших отраслей науки и техники – теории информации, кибернетики, систем связи и ЭВМ. В 1950–1960-е гг. как совместный проект психологов, лингвистов, специалистов в

области нейронаук и других ученых в США возникает *когнитивная психология* (от англ. *cognition* – познание), которая с помощью объективных методов и самых современных технологий исследует процессы восприятия, мышления, памяти, внимания и др. У ее истоков стояли такие ученые, как Ульрик Найссер (1928–2012), Джордж Миллер (1920–2012), Джером Брунер (1915–2016), Герберт Саймон (1916–2001).

На первых этапах развития когнитивной психологии познавательные процессы человека интерпретировались как *процессы переработки информации* и исследовались по аналогии с такими процессами в ЭВМ. Одним из самых популярных методов исследования был метод моделирования – разработка модели процесса переработки информации (выделение его этапов, описание различных блоков системы) с последующей экспериментальной проверкой этой модели (примеры таких моделей можно найти в 4 разделе).

Впоследствии когнитивная психология отказалась от «компьютерной метафоры» и начала больше внимания уделять реализации информационных процессов в головном мозге человека. Расширилась область исследований – помимо познавательных процессов, туда вошли эмоции и мотивация, целеобразование и принятие решений. Сегодня когнитивная психология совместно с лингвистикой, философией и нейронауками образует научный комплекс, известный как *когнитивная наука*. В современном мире это – наиболее обширное и влиятельное направление психологии.

2.7 Культурно-историческая психология

В СССР психология развивалась под значительным влиянием философии марксизма. В 1920-е гг. Лев Семенович Выготский (1896–1934) создал психологическую теорию, известную сегодня как *культурно-историческая психология*. Он полагал, что психика и поведение человека принципиально отличаются от таковых у животных. Подобно тому, как человек в ходе трудовой деятельности с помощью орудий преоб-

разует окружающую среду, он так же преобразует и собственную природу, свои психические процессы. Благодаря использованию особых психологических орудий – *знаков* (самый распространенный вид знака – слово) человек приобретает *высшие психические функции* – логическую память и мышление, произвольное внимание и др., даже само сознание. В развитии человека ведущая роль принадлежит культуре и обществу, обучению и воспитанию (социальная детерминация развития). Одна из оригинальных идей Л. С. Выготского состояла в том, что высшие психические функции первоначально возникают как формы внешней деятельности ребенка, его взаимодействия со взрослыми, и только в ходе дальнейшего развития становятся внутренними, ненаблюдаемыми процессами «в голове», *интериоризируются*. Ученики Л. С. Выготского Алексей Николаевич Леонтьев (1903–1979), Александр Романович Лурия (1902–1977), Петр Яковлевич Гальперин (1902–1988) развивали идеи культурно-исторической психологии в рамках собственных психологических теорий.

Контрольные вопросы

1. Что такое душа? Когда и зачем появилось понятие души? Как представляли себе природу и функции души философы древнего мира?
2. Когда и почему психология превратилась в науку о сознании? Каковы основные идеи классической психологии сознания?
3. Что такое бихевиоризм, каковы его основные идеи?
4. Что такое психоанализ, каковы его основные идеи?
5. Что такое гуманистическая психология, каковы ее основные идеи?
6. Что такое когнитивная психология, каковы ее основные идеи?
7. Что такое культурно-историческая психология, каковы ее основные идеи?

ТЕМА 3. ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНЫЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

3.1 Строение и функции нервной системы

Анатомо-физиологической основой психической деятельности животных и человека является *нервная система*.

На микроскопическом уровне нервная система состоит из специализированных клеток – *нейронов*. Нейроны состоят из тела клетки и отростков (*аксонов* и *дендритов*), длина которых может достигать более метра (рисунок 1). Отростки соединяют нервные клетки друг с другом в сложную сеть. Кроме того, часть нейронов посылает отростки в прочие ткани и органы.

Нейроны обладают способностью генерировать на своей мембране электрический потенциал, распространять его вдоль своих отростков и передавать другим клеткам. В месте соединения отростков одного нейрона с телом другого формируются специальные структуры – *синапсы*, осуществляющие передачу нервных импульсов с помощью химических веществ – *медиаторов*.

Прием информации из окружающей среды осуществляет особый тип нервных клеток – *рецепторы*. Они обладают способностью генерировать нервные импульсы в ответ на специфические воздействия (механические, температурные, химические, электромагнитные). Рецепторы составляют функциональную основу органов чувств.

Нервная система управляет приспособительными реакциями организма за счет передачи электрических импульсов электрически возбудимым тканям (мышцам, железам), входящим в состав *эффекторов* (рабочих органов).

Каждый нейрон может иметь связи со множеством (десятками тысяч) других; в мозге человека около 86 миллиардов нейронов. Таким образом, нервная система – это гигантская *нейронная сеть* (рисунок 2), самая сложная структура из всех, известных человеку.

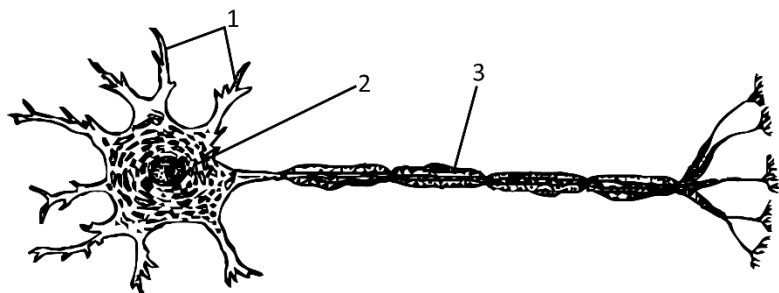


Рисунок 1 – Нейрон:
1 – дендриты; 2 – тело клетки; 3 – аксон

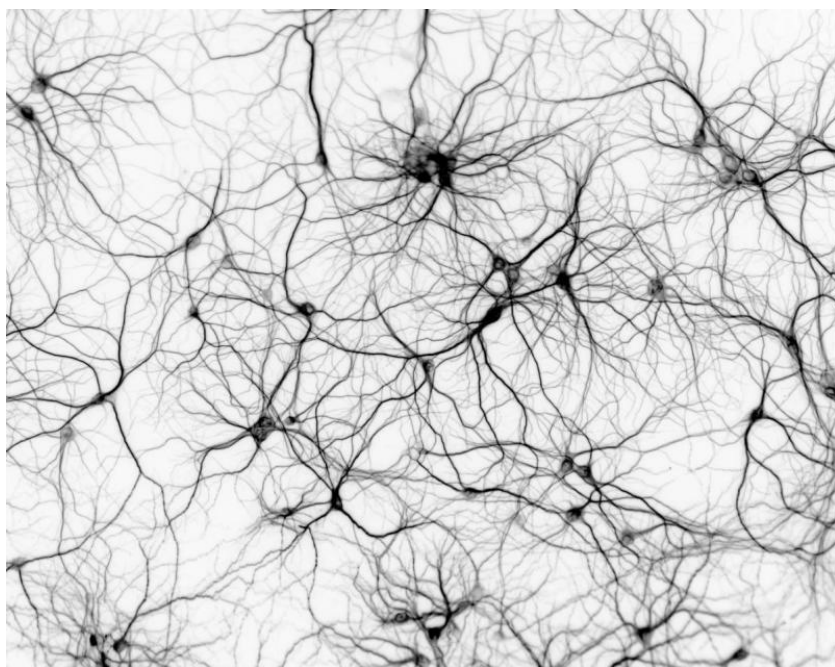


Рисунок 2 – Нейронная сеть

На макроскопическом уровне нервная система человека состоит из *периферической* и *центральной* (рисунок 3). В состав периферической нервной системы входят *нервы* (пучки отростков нервных клеток), функция которых – передача информации между различными органами и центральной нервной системой. В некоторых тканях и органах образуются *нервные узлы* (скопления тел нервных клеток). Центральная нервная система состоит из *спинного* и *головного мозга*. Основная функция спинного мозга у человека – проводниковая. Головной мозг имеет сложное строение (см. рисунок 3), в нем выделяется *задний мозг* (*продолговатый мозг, мост, мозжечок*), *средний* и *передний мозг* (*промежуточный и конечный мозг, который и представляет собой широко известные большие полушария*).

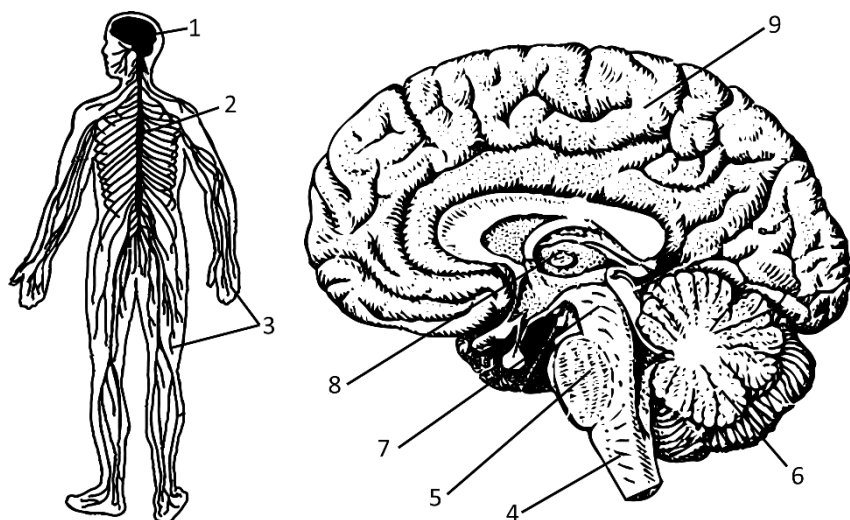


Рисунок 3 – Строение нервной системы человека:

- 1 – головной мозг; 2 – спинной мозг; 3 – периферические нервы;
- 4 – продолговатый мозг; 5 – задний мозг (мост); 6 – мозжечок;
- 7 – средний мозг; 8 – промежуточный мозг;
- 9 – конечный мозг (большие полушария)

Кора больших полушарий головного мозга – это наружный слой больших полушарий, образованный скоплением огромного количества нейронов. Кора является высшим отделом нервной системы человека, осуществляет общую координацию процессов во всем организме, включая саму нервную систему, и управление взаимодействием организма с окружающей средой (поведением).

Кора больших полушарий организована по *топическому принципу*: она состоит из различных областей, которые выполняют различные функции (рисунок 4). Кора включает первичные сенсорные и моторные *проекционные зоны*, а также ассоциативные поля, осуществляющие интеграцию информации из различных источников.

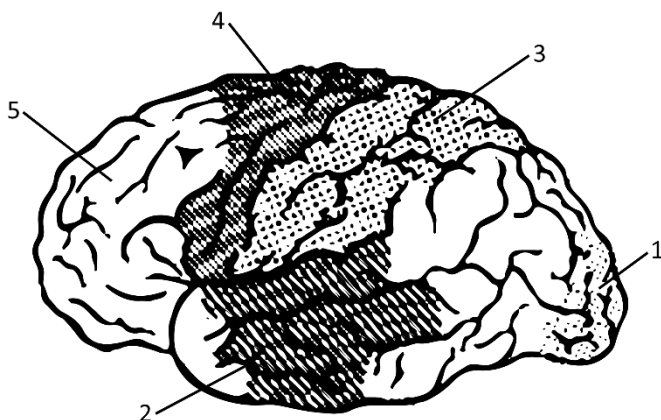


Рисунок 4 – Кора больших полушарий головного мозга человека:
1 – затылочная область; 2 – височная область; 3 – теменная область;
4 – задняя лобная область; 5 – передняя лобная область

Задняя часть коры в основном осуществляет переработку информации, поступающей из окружающей среды. В ее состав входят:

- затылочная область – проекционная зона зрительного анализатора;

- височная область – проекционная зона слухового анализатора; в височной области левого полушария у человека обычно располагаются центры речи;
- теменная область – соматосенсорная проекционная зона (перерабатывает осязательную и другую информацию из различных областей тела);
- височно-теменно-затылочная область – зона пространственного синтеза (интегрирует информацию от различных органов чувств и на этой основе строит обобщенный образ пространственной организации окружающей среды).

Передняя часть коры осуществляет функции управления движениями и общей организации поведения. В ее состав входят:

- задняя лобная область – моторная зона, непосредственно управляющая движениями тела;
- передняя лобная область – осуществляет целенаправленную организацию поведения, планирование и контроль деятельности, отвечает за процессы внимания.

Важный вклад в исследования функциональной организации коры больших полушарий внесли У. Г. Пенфилд (использовавший метод электростимуляции, в том числе на открытом мозге живого человека во время нейрохирургических операций) и А. Р. Лурия (исследовавший нарушения психических процессов при локальных поражениях головного мозга).

3.2 Управление движениями

Основным принципом функционирования нервной системы является *принцип рефлекса* (понятие в XVII в. ввел Р. Декарт): нервная система получает информацию из окружающей среды (*стимул*), перерабатывает ее и формирует ответ организма (*реакцию*). Однако конкретная реализация этого принципа может быть различной. Классическая схема рефлекторного процесса (*рефлекторная дуга*), сложившаяся в физиологии к началу XX века, представлена на рисунке 5.

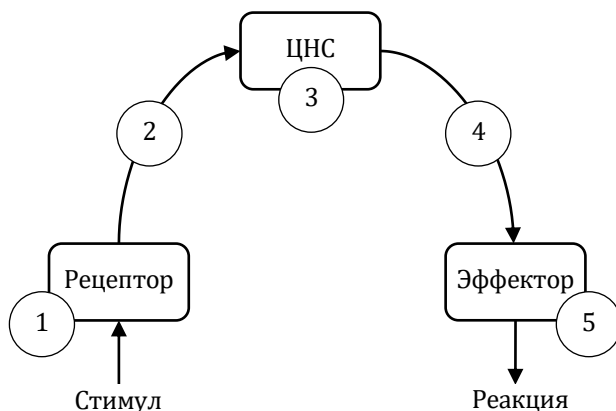


Рисунок 5 – Схема рефлекторной дуги:

- 1 – стимул воздействует на рецептор и вызывает его возбуждение;
- 2 – передача сигнала в центральную нервную систему (ЦНС);
- 3 – переработка информации в ЦНС; 4 – передача сигнала к эффекторам;
- 5 – деятельность эффектора, ответная реакция.

Однако исследования, проведенные в XX в., показали недостаточность этой схемы для объяснения управления движениями. Во-первых, рефлекторная дуга предполагает построение ответного движения (реакции) по «баллистическому» принципу: оно программируется сразу целиком и затем осуществляется без всякого контроля. Но, как показал советский физиолог Николай Александрович Бернштейн (1896-1966), подобный механизм должен быть крайне сложен (слишком много переменных при этом необходимо учитывать), а окружающий мир непрерывно изменяется, поэтому едва ли таким путем можно обеспечить успешные реакции. Во-вторых, схема рефлекторной дуги не учитывает целенаправленного характера поведения, соответствия действий не только стимулам среды, но и стоящей перед человеком задачи, его ожиданиям и намерениям. Для решения этих проблем в XX в. были разработаны новые теоретические модели *физиологии активности* (Н. А. Бернштейн, П. К. Анохин).

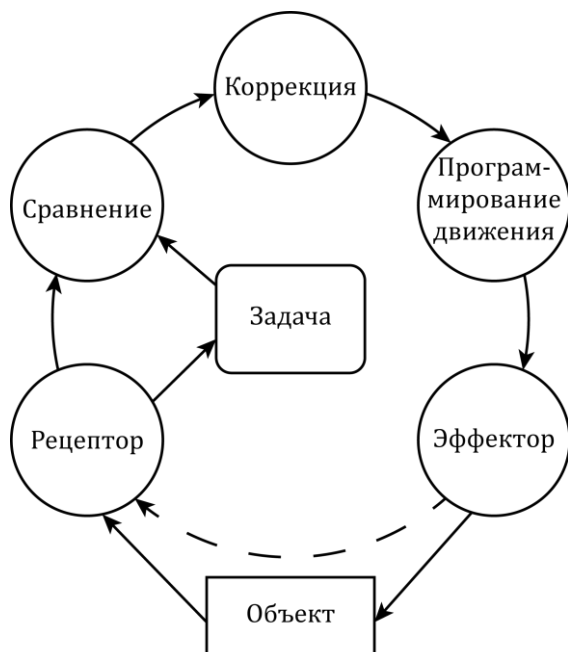


Рисунок 6 – Схема рефлекторного кольца (адаптировано)

Н. А. Бернштейн разработал теорию построения движений по принципу *рефлекторного кольца* (рисунок 6). Исходной точкой любого движения является *двигательная задача* по преобразованию объекта из исходного в некоторое желательное состояние. На основе двигательной задачи, с учетом информации о текущем состоянии объекта и самого организма программируются и затем осуществляются эффекторами некоторые движения, направленные на изменение ситуации в желательную сторону. Информация о том, каким образом после этого изменился объект и состояние организма (положение тела в пространстве, положение частей тела относительно друг друга, состояние мышц и т. п.) поступает на рецепторы; этот процесс (получение информации о по-

следствиях собственных действий) называется *обратная связь*. Полученная информация о достигнутых результатах сравнивается с моделью желательного результата. Если они совпадают – движение достигло своей цели, двигательная задача выполнена и рефлекторное кольцо завершает работу. Если же нет, то программа движения корректируется для минимизации расхождений, и цикл повторяется еще раз. Таким образом, рефлекторное кольцо предполагает циклическое управление движением на основе 1) двигательной задачи, 2) постоянного получения информации о текущих результатах движения и изменениях окружающей ситуации (*обратная связь*), 3) постоянной коррекции движения по ходу выполнения.

Контрольные вопросы

1. Что такое нейрон, каковы его строение и функции?
2. Из каких отделов состоит нервная система человека?
3. Как устроена кора больших полушарий головного мозга человека?
4. Что такое рефлекторная дуга, какова последовательность составляющих ее процессов?
5. Что такое рефлекторное кольцо, как оно устроено?

ТЕМА 4. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАНИЯ

Познавательные, или когнитивные, психические процессы – это процессы, осуществляющие первую из двух основных функций психики человека и животных: получение информации о структуре и свойствах окружающего мира и на этой основе – построение образа (модели) мира и самого субъекта (эта модель нужна, чтобы на ее основе управлять поведением). В когнитивной психологии познавательные процессы принято интерпретировать как процессы приема, переработки и хранения информации. К числу основных познавательных процессов относятся: ощущение и восприятие, внимание, память, мышление. Иногда в этот список включаются и другие процессы, например, представление, воображение, речь.

Познание начинается с получения информации об объектах окружающего мира с помощью органов чувств (процессы чувственного познания – *ощущение* и *восприятие*). Полученные данные подвергаются дальнейшей обработке (анализу, обобщению), в ходе которой человек способен получать информацию и о таких свойствах окружающего мира, которые чувствам недоступны (процесс рационального познания – *мышление*). Полученная информация сохраняется для использования в будущем благодаря процессам *памяти*. Наконец, *внимание* осуществляет управление всеми остальными процессами, определяя, какая именно информация и с какими затратами ресурсов будет перерабатываться в данный момент времени.

4.1 Ощущение

Ощущение – процесс познания элементарных физических качеств предметов при их непосредственном взаимодействии с органами чувств. Этим же термином (ощущение) называется результат этого процесса – психический образ (отражение, переживание) отдельного свойства предмета.

Примеры ощущений: ощущения света различного цвета (красного, желтого, зеленого) и яркости, ощущения звука различного тона (высоты) и громкости, ощущения вкуса (соленого, кислого, сладкого), осязательные ощущения (шероховатость или гладкость, твердость или мягкость поверхности). Различные ощущения отличаются друг от друга, во-первых, модальностью (то есть качеством, как, например, отличаются между собой ощущения света и звука), во-вторых, количественными параметрами – интенсивностью, длительностью.

Физиологической основой ощущений являются рецепторы, чувствительные к определённым типам физических воздействий. У простейших животных рецепторы рассеяны по поверхности тела, у более высокоорганизованных – часть рецепторов сосредотачивается в особых структурах, включающих также различные вспомогательные механизмы, – органах чувств. Так, всем известны основные органы чувств человека – глаз и внутреннее ухо. Помимо рецептора (или органа чувств), в физиологический аппарат ощущения входят проводящие нервные пути и отделы центральной нервной системы, осуществляющие переработку соответствующей информации. Вся эта система органов в целом называется анализатором (термин ввел И. П. Павлов). Для примера, в состав зрительного анализатора человека входят: сетчатка глаза; зрительные нервы, передающие информацию в мозг; ряд структур головного мозга, осуществляющих предварительную обработку зрительной информации (четверохолмие, таламус); затылочные области коры больших полушарий головного мозга (первичная и вторичные проекционные зоны зрительного анализатора). Только работа всей этой системы в целом позволяет человеку получать зрительные ощущения.

Существует множество подходов к классификации ощущений и рецепторов. Так, Ч. Шеррингтон разделял их по источнику информации и расположению рецепторов на интероцептивные (ощущения от внутренней среды организма, например, из пищеварительной или кровеносной системы),

проприоцептивные (ощущения, связанные с собственными движениями организма, например, ощущения равновесия) и экстероцептивные (получающие информацию из окружающей среды, например, зрительные и слуховые). Последние часто делят на контактные (получающие информацию при непосредственном соприкосновении с объектом – осязание, вкус) и дистантные (получающие информацию об удаленных объектах – зрение, слух, обоняние).

Наиболее содержательной представляется классификация ощущений по типу физического воздействия, на которое реагируют соответствующие рецепторы (таблица 1).

Таблица 1 – Разнообразие рецепторов человека

Тип воздействия	Рецепторы	Локализация (у человека)	Ощущения
1. Фоторецепторы			
Видимый свет (электромагнитные волны в диапазоне 400–600 нм)	Палочки	Сетчатка глаза (периферическая часть)	Яркость света (зрительные ощущения)
Видимый свет (электромагнитные волны в диапазоне 380–750 нм)	Колбочки	Сетчатка глаза (центральная часть)	Цвет (зрительные ощущения)
2. Механорецепторы			
Механические воздействия на кожу	Тельца Мейснера, тельца Меркеля, тельца Руффини	Кожа, слизистые оболочки	Прикосновение, давление на кожу, растяжение и сжатие (тактильные ощущения)
Давление	Тельца Пачини	Внутренние органы	Давление во внутренних органах
Растяжение и сжатие мышц, сухожилий	Мышечные веретена, сухожильные органы Гольджи	Мышцы, сухожилия, суставные сумки	Положение и движение частей тела (кинестетические ощущения)

Продолжение таблицы 1

Тип воздействия	Рецепторы	Локализация (у человека)	Ощущения
Сила тяжести, ускорение тела	Вестибуло-рецепторы	Вестибулярный аппарат (внутреннее ухо)	Положение тела в пространстве (направления «вверх» и «вниз»), ускорение
Механические колебания среды в диапазоне 16–22000 Гц	Волосковые клетки	Улитка (внутреннее ухо)	Звук (слуховые ощущения)
3. Хеморецепторы			
Различные химические вещества	Рецепторы вкуса	Вкусовые почки (в ротовой полости)	Сладкое, соленое, кислое, горькое (вкусовые ощущения)
	Клетки обонятельного эпителия	Носовая полость	Запахи
	Рецепторы внутренней среды	Внутренние органы	Сигнализация состояния внутренней среды (содержания углекислого газа в крови и т. п.)
4. Терморецепторы			
Объект, температура которого выше, чем у поверхности тела	Тепловые рецепторы	Кожа	Тепло
Объект, температура которого ниже, чем у поверхности тела	Холодовые рецепторы	Кожа	Холод
5. Болевые рецепторы			
Любые воздействия, достаточно интенсивные, чтобы повредить ткани организма	Ноцицепторы	Кожа, внутренние органы	Боль

В психофизике была исследована зависимость интенсивности ощущения от интенсивности физического раздражителя. Не любой по интенсивности раздражитель вызывает ощущение. Очень слабые воздействия не вызывают ощущений (даже при том, что организм перерабатывает такие слабые сигналы и может на них реагировать); ощущения появляются, когда сила воздействия достигает *нижнего абсолютного порога*. Далее с увеличением силы воздействия интенсивность ощущения возрастает, однако не линейно: по современным данным, эта зависимость имеет степенной характер (закон Стивенса). При этом не любое изменение интенсивности раздражителя ощущается человеком. Например, если к грузу массой 1 кг добавить еще 1 г, человек не заметит разницы; если же добавить 100 г, то заметит. Было установлено, что в каждой модальности минимальная прибавка к интенсивности воздействия, которая необходима для того, чтобы человек ощутил изменение, составляет определенную и постоянную долю от интенсивности исходного воздействия (закон Бугера-Вебера):

$$\frac{\Delta I}{I} = \text{const.}$$

Эта величина называется дифференциальным (разностным) порогом. Его значения для некоторых модальностей (по данным Х. Шифмана) приведены в таблице 2.

Таблица 2 – Значения дифференциального порога

Модальность	Дифференциальный порог, %
Электрический ток	1,3
Тяжесть груза	2,0
Длина линии (визуально)	2,9
Вибрация	3,6
Громкость звука	4,8
Яркость света	7,9
Вкус (соленый)	8,3

При дальнейшем увеличении интенсивности раздражителя наступает, наконец, такой момент, когда сила ощущения достигает своего максимального значения и далее увеличиваться уже не может. Это верхний абсолютный порог, который часто является также и болевым (при раздражителях слишком большой интенсивности человек испытывает не качественные ощущения, а боль).

Еще одной замечательной особенностью органов чувств человека является их способность к адаптации (приспособлению к специфическим условиям восприятия) в широчайших пределах. Так, хорошо известны явления темновой адаптации глаза: при переходе из светлого помещения в затемненное человек первоначально не видит практически ничего, но с течением времени глаз адаптируется, в тысячи раз увеличивая свою чувствительность, и обеспечивает различение контуров предметов даже при очень незначительных уровнях освещенности. При переходе обратно в светлое помещение также происходит процесс адаптации глаза, на этот раз – световой.

Органы чувств адаптируются к постоянно действующим раздражителям, понижая свою чувствительность к ним (так, мы, как правило, не замечаем постоянно действующего на кожу давления одежды). Известны также и явления избирательного повышения чувствительности к определенным раздражителям – сенсбилизации (например, в тишине звук капавшей из крана воды со временем может становиться все более заметным и раздражающим).

4.2 Восприятие

Восприятие – процесс познания целостных предметов, ситуаций, событий при их непосредственном воздействии на органы чувств. Продукт процесса восприятия называется образом восприятия (чувственным, перцептивным образом).

Восприятие, как и ощущение, является процессом чувственного познания окружающего мира, то есть происходит

благодаря деятельности органов чувств. Однако, в отличие от ощущения, восприятие дает человеку знание не отдельных чувственных качеств, а целостных предметов и предметных ситуаций. Для примера, от некоторого объекта человек может получить ощущения зеленого цвета, прохладной температуры, гладкой, твердой поверхности, кисловатого вкуса; восприятие же этого предмета дает целостный образ: яблоко. Восприятие (построение целостных образов предметов) опирается на данные ощущения, но отнюдь не сводится к ним и не является просто их суммой. У взрослого человека в норме чувственное познание окружающего мира основано именно на восприятии, а процессы ощущения в чистом, изолированном виде не встречаются.

Процессы восприятия обладают рядом отличительных особенностей:

Целостность. Как было сказано выше, образы восприятия не являются просто суммой ощущений, они приобретают качества, которых в исходных ощущениях не было, а иногда и искажают входящие в их состав ощущения. Яркие примеры этого дают зрительные иллюзии. В зависимости от контекста могут искажаться размеры объектов (рисунок 7), их форма (рисунок 8), цвета и яркость предметов (рисунок 9).

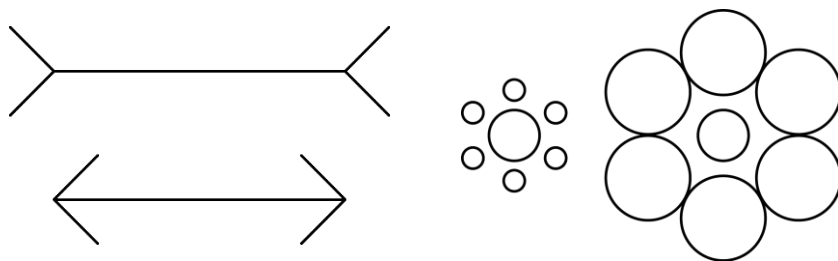


Рисунок 7 – Иллюзии Мюллера-Лайера (слева) и Эббингауза (справа).
Отрезки и центральные окружности равны

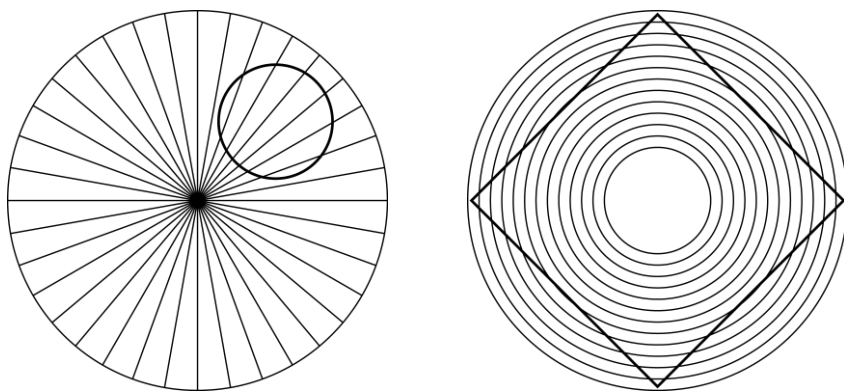


Рисунок 8 – Иллюзии Орбинсона (слева) и Эренштейна (справа).
Изображенные фигуры правильной формы

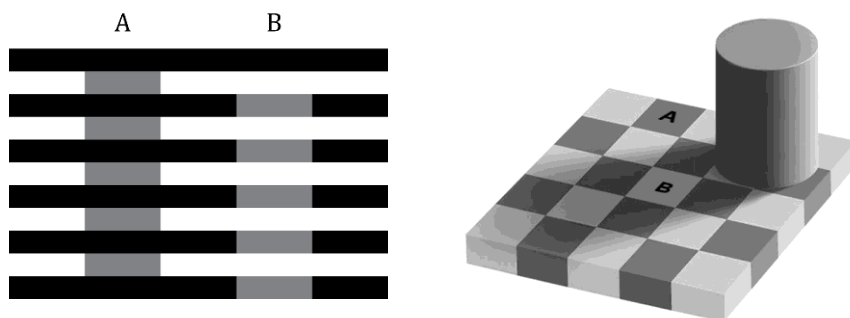


Рисунок 9 – Иллюзии Уайта (слева) и Адельсона (справа).
Оттенки серого, обозначенные буквами А и В, одинаковы

В образы восприятия могут вноситься элементы, которых вообще не было в ощущениях (рисунок 10). Характерный пример – феномен кажущегося движения, возникающий при быстром последовательном предъявлении нескольких статичных изображений объекта (на этом феномене основан кинематограф).

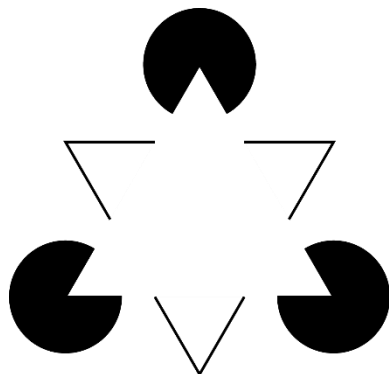


Рисунок 10 – Треугольник Канижа

Предметность. Человек воспринимает окружающий мир как состоящий из отдельных предметов; данные всех ощущений мы относим к тому или иному предмету. Предметы для нас выступают носителями различных свойств, в частности, они имеют поверхности, которыми отграничиваются от других предметов, располагаются в пространстве и способны в нем перемещаться, могут иметь определенные полезные для человека функции, назначение. Предметное восприятие не является единственно возможным; так, есть данные, что низкоорганизованные животные не выделяют в окружающем мире отдельных предметов.

Активность. На первый взгляд может показаться, что достаточно раскрыть глаза, чтобы видеть (а уши и вовсе не нужно раскрывать). В действительности восприятие является активным процессом, развернутым во времени (пусть и очень быстрым). Чтобы что-то увидеть, нужно *смотреть*, активно обследовать предмет. У. Найссер описывает восприятие как процесс выдвижения и проверки перцептивных гипотез. Важность активного обследования предмета для формирования образа восприятия была установлена в многочисленных исследованиях советских психологов под руководством А. Н. Леонтьева и А. В. Запорожца. Для примера, если

стабилизировать изображение относительно глаза, для чего его можно прикрепить к главному яблоку на присоску, видимое изображение через несколько секунд исчезает (исследования А. Л. Ярбуса).

Осмысленность. Образ восприятия формируется под влиянием знаний человека об окружающем мире, свойствах предметов, физических закономерностях и т.д. Знание о том, какой предмет мы видим, сильно влияет на построение образа (необходимые детали могут добавляться, лишние – удаляться или искажаться). При восприятии неопределенных изображений или ситуаций человек в первую очередь интерпретирует их смысл (а иногда привносит его), далее уже воспринимая детали. Пример изображения, которое состоит из черных пятен, приведен на рисунке 11.



Рисунок 11 – Что вы видите на этом изображении?

Интересные результаты принесли исследования восприятия через псевдоскоп – оптический прибор, который меняет

местами изображения для левого и правого глаза и таким образом «обрабатывает» удаленность предметов: то, что в действительности дальше, кажется ближе, и наоборот. Многие предметы при наблюдении через псевдоскоп кажутся «вывернутыми наизнанку», но – только если подобная их форма физически возможна (осмыслена). Человек не воспринимает физически невозможные объекты, а искажает их таким образом, чтобы они стали возможными. Например, если рассматривать через псевдоскоп вогнутую маску, она будет казаться выпуклой; но если смотреть на лицо живого человека, оно не будет казаться вогнутым, а будет восприниматься нормально (исследования Б. Н. Компанейского). Если в псевдоскоп рассматривать миску с подкрашенной жидкостью, то миска «выворачивается» (становится выпуклой), и жидкость оказывается поверх выпуклой поверхности. При этом она перестает быть жидкостью, а воспринимается как «пластмасса» или «студень» (исследования В. В. Столина).

Субъектность. Формирование образов восприятия зависит от субъекта (воспринимающего человека) – от его опыта, интересов, мотивов и эмоций. Замечательный пример этого

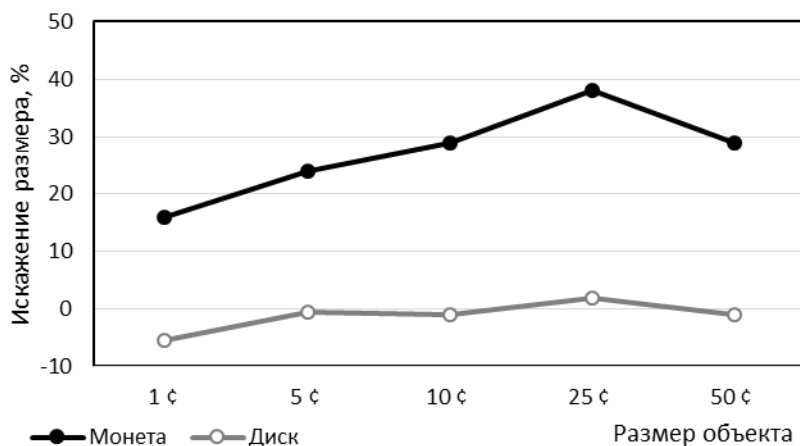


Рисунок 12 – Восприятие детьми размеров монет и картонных дисков (исследование Дж. Брунера и С. Гудман)

дает исследование, проведенное Дж. Брунером и С. Гудман. Десятилетних детей просили оценить размеры монет достоинством в 1, 5, 10, 25 и 50 центов и размеры таких же по диаметру картонных дисков. Как видно по результатам исследования (рисунок 12), монеты казались детям гораздо больше, чем картонные диски (размеры последних даже преуменьшались). Причем, чем больше монета была по достоинству, тем сильнее преувеличивался ее размер. В другой серии исследования размеры монет оценивали дети из обеспеченных семей и бедные, малообеспеченные дети. Последние переоценивали размеры монет гораздо сильнее (рисунок 13).

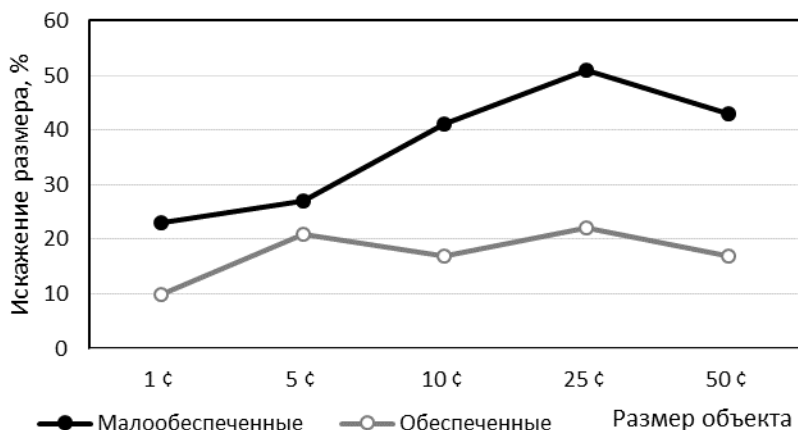


Рисунок 13 – Восприятие размеров монет обеспеченными и малообеспеченными детьми (исследование Дж. Брунера и С. Гудман)

Константность восприятия – способность человека воспринимать свойства предметов относительно постоянными при значительных изменениях условий восприятия. Для примера, воспринимаемый цвет предмета зависит от длины отражаемых им световых волн, а она – от качества источника света. Лампы накаливания, широко применяющиеся для освещения жилых помещений, испускают свет преимуще-

ственно желтого диапазона. При таком освещении предметы должны были бы выглядеть желтоватыми, и это действительно можно наблюдать на фотоснимках. Однако человек в норме не замечает существенного изменения цвета предметов при искусственном освещении, поскольку зрительная система делает поправку на общий уровень освещенности, а также использует прошлый опыт (знания о «естественном» цвете знакомых предметов). Это явление называется константностью восприятия цвета. Существуют и другие виды константности: формы (при повороте предмета его форма до определенного предела воспринимается правильно), размера (при удалении или приближении предмета его видимый размер не изменяется).

В психологии восприятия накоплен значительный объем данных о механизмах и закономерностях восприятия формы предметов, пространства, движения, времени. В смежных областях исследуется восприятие речи, восприятие сложных социальных объектов, например, других людей (социальная перцепция), восприятие искусства.

4.3 Внимание

Внимание – совокупность психических процессов, осуществляющих управление переработкой информации в настоящий момент времени. Внимание отвечает за направленность и сосредоточенность деятельности, отбор (селекцию) информации для обработки, распределение ресурсов.

Феномены внимания хорошо известны; все понимают, что такое «внимательно слушать лекцию» и что означает «отвлекаться». Предметы, на которые человек «обращает внимание», воспринимаются ясно и отчетливо, то, к чему мы «невнимательны», воспринимается смутно или вообще не воспринимается. Человек может «сосредоточить внимание» на чем-либо или быть «рассеянным». Яркие, неожиданные раздражители «привлекают внимание».

Исследования явлений внимания начались в классической психологии сознания (в XIX в.). Были предложены интересные метафоры для описания явлений внимания, например, такая: сознание человека – это сцена, на которой разыгрываются явления душевной жизни, а внимание – луч прожектора, освещающий отдельные ее участки. В. Вундт описывал сознание как зрительное поле, в котором есть периферическая область (зона перцепции) и центральная зона внимания (апперцепции). Переживания, находящиеся в зоне перцепции, хотя и осознаются, но смутно; однако они могут быть перенесены в область внимания и тогда приобретут ясность и отчетливость.

Были описаны основные свойства внимания: *концентрация* – степень сосредоточенности внимания на некотором объекте, количественная мера интенсивности внимания; *устойчивость* – способность длительно концентрировать внимание на одном объекте; *переключаемость* – скорость и легкость перехода внимания от одного объекта к другому. Внимание может *направляться* на какой-либо объект, *колебаться*, *распределяться* между несколькими объектами, *отвлекаться*. Было измерено количество объектов, которые человек одновременно может «охватить» своим вниманием (*объем внимания*); это число составляет 7 ± 2 элемента.

Описано множество видов внимания. Так, выделяют *чувственное* внимание (сосредоточенность восприятия на каком-либо объекте) и *интеллектуальное* внимание (соответственно, сосредоточенность на некоторой мысли). По степени произвольности выделяют:

Непроизвольное внимание – натуральная, природная функция, которая имеется и у животных. При появлении нового, неожиданного, интенсивного или значимого (важного) раздражителя происходит реакция настройки организма на его восприятие: текущая деятельность приостанавливается, тело и голова поворачиваются в сторону раздражителя, органы чувств приводятся в состояние готовности к восприятию (например, фокусируются глаза). Это процесс сопровождается

ся определенными физиологическими изменениями (задержка дыхания, учащение пульса). Описанные реакции И. П. Павлов назвал *ориентировочным рефлексом*.

Произвольное внимание – способность по своему выбору сосредотачиваться на объекте, который не вызывает непроизвольного внимания, и отвлекаться от тех объектов, которые его вызывают, – характерно только для человека. Для произвольного внимания характерны специфические переживания усилий, которые человек прикладывает, чтобы его поддерживать.

Л. С. Выготский полагал, что произвольное внимание социально по своему происхождению, в его основе лежит механизм воздействия человеком на самого себя искусственными стимулами – знаками (в основном речью). По Л. С. Выготскому, внимание у ребенка развивается из совместной деятельности со взрослым: сначала взрослый указывает ребенку на предмет, а ребенок смотрит; затем ребенок начинает сам себе указывать на предмет и сам же смотри на него; далее вместо указательного жеста начинают использоваться слова (названия предметов), которые по мере развития ребенка перестают произноситься вслух и превращаются в скрытые, внутреннее указания, составляющие у взрослого человека механизм произвольного внимания.

Известный советский психолог П. Я. Гальперин выдвинул оригинальную гипотезу и совместно с С. Л. Кабыльницкой провел исследование, в котором показал, что произвольное внимание – это свернутое и автоматизированное действие контроля за результатами своей (другой) деятельности, и его можно целенаправленно формировать у детей.

Описывается также *послепроизвольное внимание* – состояние, когда деятельность, которая первоначально требовала произвольного сосредоточения внимания, так увлекает, что перестает требовать каких-либо усилий, напротив, отвлечения от такой деятельности начинают раздражать. Подобные феномены погружения в деятельность М. Чиксентмихайи называет состоянием «потока». Это наиболее оптимальное

состояние человека, полное единение с деятельностью и ситуацией, сопровождающееся интенсивными позитивными эмоциональными переживаниями. Феномены потока часто возникают в таких видах деятельности, как творчество, игра, занятия экстремальными видами спорта.

На поддержание внимания оказывают позитивное влияние такие факторы, как интерес к предмету, наличие познавательной мотивации, новизна; напротив, монотонность (однообразие) приводит к затруднениям концентрации внимания. Нарушения внимания возникают в состоянии утомления.

Противоположность внимания – *рассеянность*; описывается несколько ее видов (таблица 3).

Таблица 3 – Виды рассеянности

Свойства внимания	Высокая концентрация	Низкая концентрация
Высокая переключаемость	<i>Поэтическая рассеянность</i> – состояние «скачки идей», когда человек концентрируется на каждом предмете, но слишком быстро переходит от одного к другому	<i>Студенческая рассеянность</i> – состояние «пустой головы», отсутствие сосредоточения на каком-либо предмете и быстрый переход от одного к другому
Низкая переключаемость	<i>Профессорская рассеянность</i> – псевдо-рассеянность, когда человек настолько сосредоточен на каком-то предмете, что не замечает всего остального	<i>Старческая рассеянность</i> – «застревание» на каком-либо предмете при невозможности полноценно сосредоточиться на нем

Во второй половине XX в. интенсивные исследования внимания проводились в когнитивной психологии. Были детально исследованы такие функции внимания, как отбор релевантной информации для дальнейшей обработки (функция селекции) и распределение ресурсов между возможными видами деятельности (функция активации).

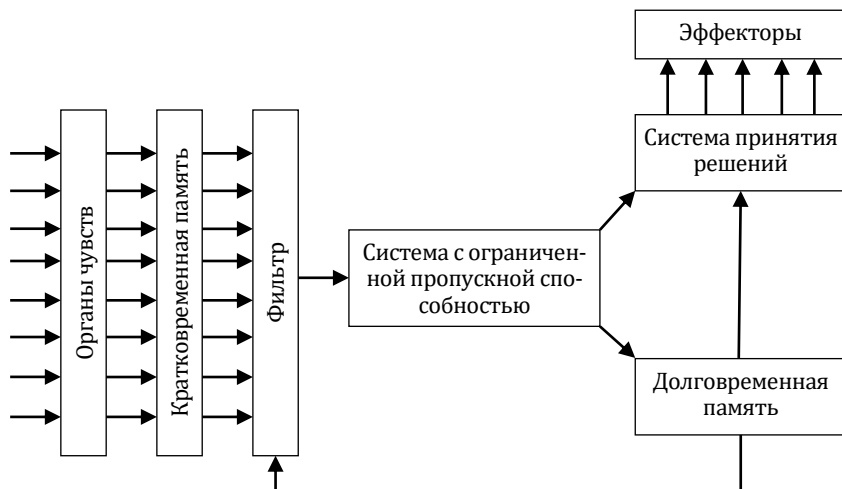


Рисунок 14 – Модель ранней селекции Д. Бродбента (адаптировано).
Стрелки обозначают направление переработки информации.
Вниманию соответствует блок «фильтр»

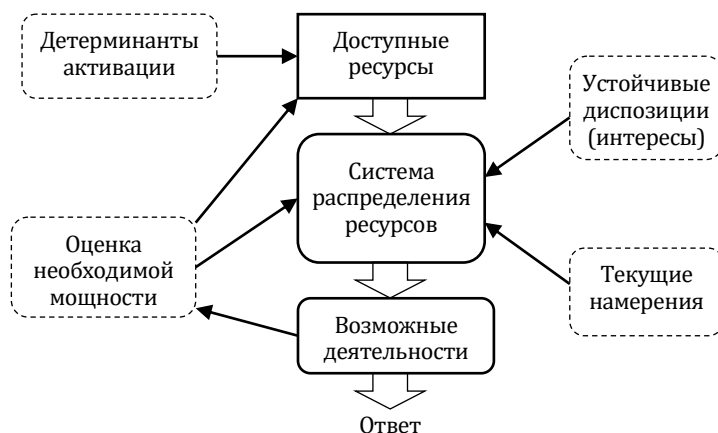


Рисунок 15 – Модель распределения ресурсов Д. Канемана (адаптировано). На схеме изображены различные факторы, определяющие распределение доступной мощности (ресурсов) между возможными видами деятельности.
Вниманию соответствует блок «система распределения ресурсов»

В *моделях селекции* внимание рассматривалось как один из этапов переработки информации, *фильтр*, который пропускает для дальнейшей обработки только ту информацию, которая необходима. Обширные теоретические и экспериментальные дискуссии вызывали такие вопросы, как расположение фильтра в системе переработки информации и признаки, на основании которых отбирается нужная информация (рисунок 14). Одна из наиболее известных *моделей активации* – модель распределения ресурсов Д. Канемана (рисунок 15).

По современным данным, физиологической основой внимания, как и произвольной регуляции поведения в целом, является передняя (лобная) часть коры больших полушарий головного мозга человека, в особенности левого полушария.

4.4 Память

Память – совокупность психических процессов, обеспечивающих сохранение полученного в течение жизни опыта и его использование в текущей деятельности.

В состав памяти входят такие процессы, как

- *запечатление* (запоминание) нового опыта, или, как говорят, создание следов памяти; некоторые исследователи полагают, что память сохраняет полностью весь опыт, полученный субъектом в течение жизни;
- *сохранение* приобретенного опыта в течение длительного времени, в пределах – в течение всей жизни;
- *воспроизведение* запомненного в тех ситуациях, когда это может быть полезно; к числу процессов воспроизведения относится и *узнавание* ранее встречавшихся объектов;
- *забывание* опыта, который не нужен или нежелателен.

Существует множество традиционных классификаций видов памяти. Так, по содержанию запоминаемого выделяют *моторную* (двигательную) память – память на движения, благодаря которой у человека могут формироваться устойчивые двигательные навыки, такие, как ходьба или письмо;

аффективную (эмоциональную) память – память на эмоции, переживания, благодаря которой мы можем помнить, какие чувства вызывали у нас те или иные объекты, события, ситуации; *образная* память – память на наглядные, чувственные образы (зрительные, слуховые, осязательные, вкусовые, обонятельные и другие), благодаря которой мы помним, как выглядит апельсин и каков он на вкус; *вербальная* (словесно-логическая) память – память на слова, тексты, понятия; она сохраняет те знания о мире, которые человек может выразить с помощью речи.

По механизмам запоминания выделяют *механическую* и *логическую* память. Механическое запоминание – простейшая форма памяти, которая сохраняет любой опыт просто за счет многократного повторения, закрепления следов. Логическое (смысловое) запоминание опирается на осмысливание и структурирование материала, на его понимание, установление логических связей, и не требует многократного повторения.

Различают также *репродуктивную* и *реконструктивную* память. Если репродуктивная память фиксирует и воспроизводит свой материал «фотографически», в точности (воспоминание – это повторение бывшего в прошлом и запомненного воздействия), то реконструктивная память – активный процесс воссоздания прошлого опыта на основе общих принципов, структуры запомненного (и поэтому воспроизведенное неизбежно отличается от исходного).

Наконец, по степени произвольности и уровню развития выделяют *непроизвольную* и *произвольную* память. Непроизвольное запоминание считалось низшей, натуральной формой памяти, характерной для животных и маленьких детей; такое запоминание обычно также механическое и репродуктивное. Произвольная, высшая форма памяти, характерная для взрослого человека, является логической и реконструктивной. По мнению Л. С. Выготского, произвольная память человека, как и произвольное внимание, социальна по своему происхождению, а по структуре основана на использовании

для запоминания специальных психологических орудий – знаков (то есть, как правило, речи).

За полторы сотни лет исследований памяти человека накоплено огромное количество данных о различных факторах, которые влияют на запоминание и забывание различной информации. Среди них:

- *Особенности запоминаемого материала.* Те элементы материала, которые идут в начале или в конце, запоминаются лучше, чем те, что в середине («эффект края»). Если среди однородных элементов встречается отличающийся от них (например, буква среди цифр), этот элемент запоминается лучше остальных («эффект фон Ресторффа», или «эффект изоляции»).

- *Эмоциональные состояния.* Воспроизведение более эффективно, если человек находится в том же эмоциональном состоянии, в котором запоминал. Эмоционально окрашенный опыт запоминается лучше, чем нейтральный; при этом сильные эмоциональные переживания приводят к тому, что все прочие, второстепенные детали запоминаются хуже (исследования Э. Лофтуса).

- *Мотивация.* В работах З. Фрейда приводится множество примеров забывания нежелательного опыта путем вытеснения его из сознания. В исследованиях школы К. Левина была показана зависимость запоминания от намерений («квазипотребностей»): так, незавершенные действия запоминаются гораздо лучше, чем завершенные, и имеют тенденцию воспроизводиться («эффект Зейгарник»).

- *Особенности деятельности человека.* Запоминание гораздо эффективнее, когда включено в адекватную деятельность, осмыслено. Например, ребенок-дошкольник не может произвольно запомнить список из 10 слов, но легко запоминает эти слова, если их представить в качестве перечня покупок при игре в магазин (исследование З. М. Истоминой). В исследованиях А. А. Смирнова было показано, что для запоминания материала человек должен поставить себе цель запомнить; без этого один и тот же материал можно повторять

множество раз, и никакого запоминания происходить не будет. В исследованиях П. И. Зинченко было показано, что человек непроизвольно запоминает то, что относится к цели его деятельности (т. е. то, что нужно для решения текущей задачи), и не запоминает остальное.

В когнитивной психологии было проведено множество исследований памяти. Оказалось, что память человека неоднородна; было выделено несколько блоков, или подсистем, памяти с различными функциями. Основные блоки приводятся на рисунке 16.

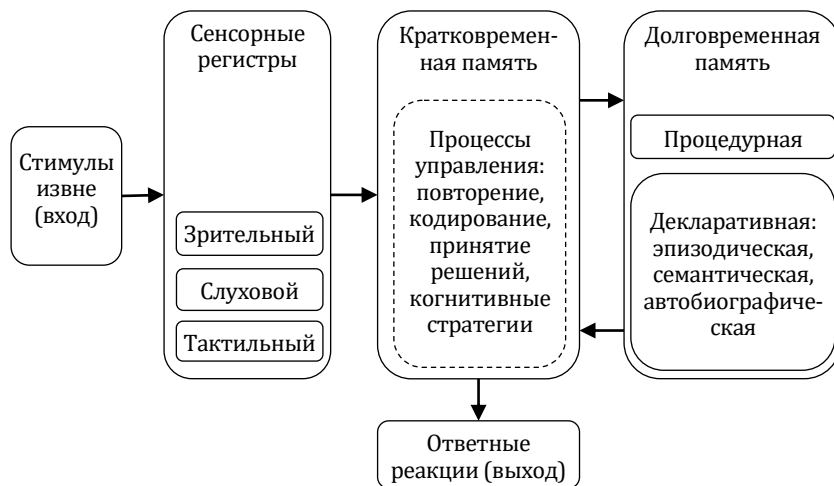


Рисунок 16 – Модель памяти Р. Аткинсона и Р. Шиффрина (адаптировано)

Сенсорный регистр – ультракратковременная система памяти, куда первоначально поступает и недолго хранится вся информация, получаемая органами чувств. Хранение информации в иконической памяти (зрительный сенсорный регистр) не более 1 с, в эхоической (слуховой сенсорный регистр) – до 3 с. Хранящаяся в сенсорных регистрах информация либо поступает на дальнейшую обработку в кратковре-

менную память, либо утрачивается вследствие интерференции («затирания» вновь поступающей информацией) или затухания.

Кратковременная (рабочая, оперативная) *память* – система памяти, которая хранит информацию, находящуюся в текущей обработке (то, о чем человек думает сейчас). Время хранения информации в кратковременной памяти не превышает 30 с. Объем кратковременной памяти невелик и составляет 7 ± 2 элемента (однако размер этих элементов может варьировать: элементом может быть и отдельная буква, и слово, и словосочетание). Основной причиной удаления информации из кратковременной памяти является интерференция, а способом увеличить срок хранения – повторение.

Долговременная (постоянная) *память* – система памяти, сохраняющая информацию в течение значительных периодов времени. Информация в эту систему поступает из кратковременной памяти. На данный момент нет данных о том, что объем и время хранения информации в долговременной памяти чем-либо ограничены. Однако содержащаяся в долговременной памяти информация не может быть использована непосредственно, сначала она должна быть извлечена в кратковременную (рабочую) память. Невозможность припомнить что-либо из долговременной памяти связана именно с нарушениями процессов ее поиска и извлечения.

Долговременная память человека имеет сложную структуру. Так, в ней выделяются подсистемы *процедурной памяти* (памяти на движения, действия, способы решения задач) и *декларативной памяти* (содержащей знания). В составе последней выделяют:

- *семантическую* (смысловую) *память*, содержащую обобщенные знания, понятия (например, в семантической памяти хранятся сведения о том, что «сумма углов треугольника составляет 180° » или «у коров есть рога»);

- *эпизодическую память*, хранящую воспоминания о событиях и ситуациях, которые человек лично наблюдал;

– *автобиографическую память*, хранящую биографические сведения о человеке (как воспоминания о событиях личной жизни, так и обобщенную информацию об основных этапах жизненного пути).

4.5 Мышление

Мышление – процесс познания связей и отношений между предметами. Мышление опирается на данные чувственного опыта (ощущения и восприятия) и путем их специальной обработки получает такую информацию о мире, которая в чувственных данных отсутствовала (в том числе и даже в основном такую, которая вообще не могла быть получена с помощью чувств). Мышление имеет обобщенный характер: его объектом являются не отдельные объекты и ситуации, а общие закономерности, устойчивые и повторяющиеся связи между явлениями действительности. К числу основных функций мышления относится решение задач, требующих учета закономерных связей и отношений объектов.

Выделяют несколько видов мышления. Так, оно может быть *продуктивным* (творческим) и *репродуктивным* (когда для решения задачи используются уже известные способы, приемы); *теоретическим* и *практическим* (последнее привязано к определенной ситуации и ограничено по времени, а потому имеет специфические особенности протекания). По уровню развития и механизмам выделяют:

Наглядно-действенное мышление – решение задач в конкретной, наглядной ситуации путем практических проб, с помощью движений. Подобная простейшая форма мышления наблюдается у животных и маленьких детей.

Наглядно-образное мышление – решение задач в конкретной, наглядной ситуации «в плане образа», «в голове», путем представления возможного преобразования объектов. Такая форма мышления, кроме человека, наблюдается у некоторых высших животных (шимпанзе).

Словесно-логическое (вербальное) мышление – отвлеченное, обобщенное решение задач с помощью речи, без необходимости обращения к наглядной ситуации. Эта высшая форма мышления характерна только для человека (поскольку только у человека есть речь).

В логике описаны основные формы (понятие, суждение, умозаключение) и процессы (анализ, абстракция, синтез, обобщение) мышления. В психологии мышления исследуется, как в действительности, на практике человек применяет эти формы мышления, каковы их психологические механизмы.

Понятие – форма мышления, в которой по определенным признакам (существенным свойствам, связям, отношениям) выделяются и обобщаются предметы некоторого класса. Понятия у человека обозначаются и закрепляются словами (терминами). Например, понятие «треугольник» – замкнутая геометрическая фигура, образованная тремя отрезками, соединяющими точки, не лежащие на одной прямой.

В исследованиях Л. С. Выготского было показано, что понятия у человека развиваются, у детей они имеют иную структуру, чем у взрослых. Л. С. Выготский выделил такие ранние стадии развития понятий, как *синкрет*, *комплекс*, *псевдопонятие*. Отличаются между собой также *жизненные* и *научные* понятия.

Суждение – форма мышления, в которой утверждается или отрицается наличие некоторого признака у предмета. Например, суждением будет: «треугольник имеет сумму углов, равную 180° ».

Умозаключение – форма мышления, в которой от некоторых известных суждений (посылок) переходят к новым, ранее неизвестным суждениям (выводам). В логике описаны правила, по которым следует делать вывод из данных посылок, основные виды правильных умозаключений. Наиболее распространенная форма умозаключения, когда вывод делается из двух посылок (одной обобщенной и одной частной),

называется *силлогизм*. Силлогизм имеет строго определенную структуру, например:

Первая посылка	Всякий М есть Р	Все металлы электропроводны
Вторая посылка	С есть М	Медь – металл
Вывод	С есть Р	Медь электропроводна

Психологические исследования показали, что люди вовсе не всегда соблюдают логическую форму силлогизма и делают правильный вывод из данных посылок. На вывод, который сделает человек, влияют самые разнообразные факторы, в том числе:

– Логическая форма вывода. Некоторые типы умозаключений большинство людей делает верно, тогда как в других многие ошибаются. Для примера, в исследовании Дж. Эванса испытуемым предлагалось сделать вывод из двух посылок. Первая из них была во всех случаях одинакова: «Если у меня поднимется температура, я не пойду на лекцию». Вторая посылка менялась, и, как оказалось, от ее характера зависел процент правильных решений:

1	У меня поднялась температура	95 %
2	Я пошел на лекцию	60 %
3	Я не пошел на лекцию	80 %
4	У меня не поднялась температура	40 %

– Конфликт со здравым смыслом, ценностями. Если логически верный вывод противоречит здравому смыслу, человек делает выбор в пользу здравого смысла. Так, из следующих двух посылок:

1) если ты пострижешь газон, я заплачу тебе;

2) ты не постриг газон,

правильный вывод делают только 20 % человек (исследование М. Гейса и А. Цвикки).

– Содержание умозаключения. Люди рассуждают более логично, если материал им знаком; в малознакомой области

даже признанные эксперты демонстрируют нарушения элементарных правил логического вывода.

В современной психологии мышление также часто рассматривается как процесс решения задач и проблем, оно участвует в процессах принятия решений и целеполагания. Одно из направлений психологии мышления тесно связано с информационными технологиями и участвует в разработке проблемы искусственного интеллекта.

Контрольные вопросы

1. Что такое познавательные процессы, какие основные их виды выделяются?
2. Что такое ощущение, каковы его свойства? Каковы основные виды ощущений человека?
3. Что такое восприятие, чем оно отличается от ощущения? Каковы основные свойства восприятия человека?
4. Что такое внимание, каковы его функции? Каковы основные виды и свойства внимания?
5. Что такое память, какие процессы ее составляют? Каковы основные виды памяти?
6. Что такое мышление? Чем отличаются мышление человека и животных? Каковы основные виды мышления?

ТЕМА 5. ПСИХОЛОГИЯ МОТИВАЦИИ И ЭМОЦИЙ

В прошлой теме шла речь о познавательных процессах – процессах, с помощью которых человек получает информацию об окружающем мире, строит его образ (модель). Эта модель нужна, конечно, не сама по себе: ее функция – служить основой для управления поведением, взаимодействием организма с окружающей средой. Вторая основная группа психических процессов как раз и осуществляет эту функцию: иницирует, направляет, поддерживает и корректирует деятельность субъекта. Такие процессы в целом называются мотивационными. К ним относятся собственно мотивация, эмоции и волевые процессы.

5.1 Мотивация

Что является причиной различных действий человека и животных, что побуждает и направляет их? В психологии существуют различные ответы на этот вопрос. Некоторые исследователи (например, бихевиористы) полагают, что все поведение как животных, так и человека представляет собой совокупность реакций на стимулы окружающей среды. Таким образом, только воздействия со стороны окружающего мира определяют, что и когда человек будет делать (ситуативная детерминация поведения).

Однако простейшие наблюдения говорят о том, что в детерминации поведения человека участвуют не только средовые, но и некие внутренние факторы. Так, в одной и той же ситуации разные люди могут вести себя по-разному (один постарается вернуть найденный мобильный телефон владельцу, другой – оставит себе), а один и тот же человек может поступать сходно в очень разных ситуациях (например, всегда говорить правду вне зависимости от того, выгодно это или нет). Именно детерминация поведения внутренними факторами изучается психологией мотивации.

Мотивация поведения животных и человека коренится в фундаментальных биологических закономерностях процессов жизни, в частности, она связана с обменом веществ и необходимостью сохранения постоянства внутренней среды организма. В живом организме неизбежно возникают динамические дефицитарные состояния, состояния нехватки каких-либо веществ или видов энергии, в общем – состояния нужды организма в чем-то, что лежит вне его. Эти состояния называются *потребностями*. Предметы, которые могут служить удовлетворению потребности и на которые поэтому направляется деятельность субъекта, называют *мотивами*. Кроме того, у человека присутствуют также *цели* деятельности – осознанные образы результатов будущей деятельности. Потребности, мотивы и цели описывают содержание, направленность деятельности человека. Процессы, которые регулируют деятельность на их основе, называются *мотивацией*.

Потребности и мотивы человека весьма разнообразны. Есть множество подходов к их классификации. Так, по активности в данной ситуации выделяют *актуализированные* (переживаются и управляют поведением) и *потенциальные* (не влияют на поведение) потребности. По отношению к объекту потребности могут быть *позитивными* (направлены на получение объекта) и *негативными* (направлены на избегание объекта). Выделяют, кроме того, процессуальные, или *функциональные*, потребности, – потребности в осуществлении некоторой деятельности самой по себе (примером может служить игра). По времени актуализации потребности разделяются на *постоянные*, *устойчивые*, *циклические* и *ситуативные*. По содержанию традиционно выделяют материальные, социальные, духовные потребности. По роли в жизнедеятельности организма выделяют *витальные* (жизненно необходимые) и *факультативные* потребности (их удовлетворение не является необходимым для поддержания жизни).

Полезной представляется классификация потребностей на *органические* и *надорганические*. Органические потребно-

сти связаны с функционированием организма, тем самым, имеют биологические предпосылки, в том числе специальные физиологические механизмы регуляции. Надорганические потребности человека не имеют очевидных связей с физиологией, их возникновение и содержание определяется социальными и психологическими факторами.

Впрочем, даже органические потребности человека обладают чертами, которые не позволяют объяснять их исключительно биологическими факторами. Конечно, у человека имеется физиологический уровень регуляции органических потребностей; так, при превышении оптимальной температуры тела автоматически, произвольно включаются компенсаторные физиологические механизмы: увеличивается потоотделение, расширяются кровеносные сосуды у поверхности тела. Однако при недостаточности этих автоматических механизмов подключается психологический уровень регуляции, уровень поведения: человек может перейти в более прохладное помещение, включить охлаждающие приборы и т. п. Кроме того, человек, в отличие от животных, производит предметы своих потребностей, и не только производит, но изобретает, т. е. создает новые предметы, а значит видоизменяет или вовсе создает новые потребности (так, до появления шоколада или мобильных телефонов у людей не было потребностей в подобных предметах). Под влиянием культуры у человека видоизменяется не только содержание, но и способы удовлетворения потребностей (в одних культурах едят вилкой, в других – палочками). Наконец, человек обладает способностью к произвольной регуляции удовлетворения своих потребностей, в том числе витальных (человек может по идеологическим причинам объявить голодовку и даже довести себя до голодной смерти; такое поведение недоступно животным).

К основным органическим потребностям человека относятся: поддержание постоянной температуры тела, потребность в кислороде, потребность во сне, в воде, пищевая потребность. Промежуточное положение между органическими

и надорганическими занимает половая потребность. Из числа надорганических потребностей человека лучше всего исследованы потребность в общении (различные ее формы: потребность в физическом контакте, в аффилиации, т. е. принадлежности, в близости), познавательная потребность. Активно исследуется такой тип мотивации человека, как мотивация достижения (достижения успеха, избегания неудачи).

Заслуживает упоминания проблема *инстинктов* у человека. Термином «инстинкт» (инстинктивное поведение) называют такую форму поведения, которая является врожденной и присуща всем представителям данного вида животных; наследуется биологическим путем; не требует специального обучения; автоматически проявляется всегда, когда складывается определенная ситуация (например, появляется запускающий инстинкт *ключевой стимул*); осуществляется стереотипно, строго одинаково всеми представителями вида. Инстинкты связаны с определенными биологическими потребностями (их иногда также называют инстинктами), являются видотипичными способами их удовлетворения.

Исследования поведения животных, проведенные в XX в., заставляют усомниться в существовании форм поведения, удовлетворяющих всем названным признакам. Тем более это относится к человеку. Так, нельзя найти ни одной формы поведения, которая была бы одинаковой у всех людей; легко можно назвать исключения даже из широко известных «материнского инстинкта» или «инстинкта самосохранения».

Потребности человека отличаются друг от друга не только содержанием, но и интенсивностью. Были проведены исследования зависимости эффективности деятельности человека от интенсивности мотивации. Как оказалось, хотя первоначально эффективность деятельности при усилении мотивации увеличивается, но в конце концов она достигает максимального значения и при дальнейшем усилении мотивации начинает снижаться (закон Йеркса-Додсона). Кроме того, чем сложнее задача, тем менее интенсивная мотивация является оптимальной для ее решения (рисунок 17).

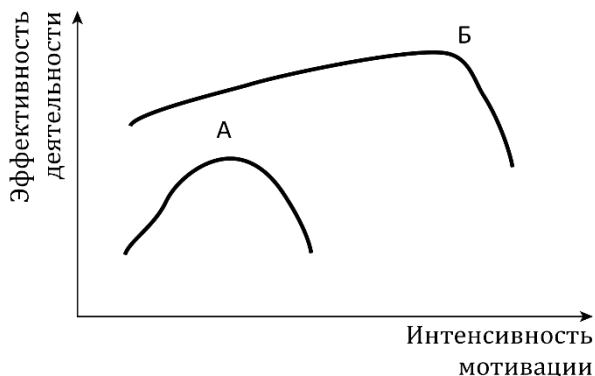


Рисунок 17 – Зависимость эффективности решения задачи от интенсивности мотивации (закон Йеркса-Додсона, схематически):
А – сложная задача, Б – простая задача

5.2 Эмоции

К эмоциональным явлениям и процессам относятся такие хорошо знакомые каждому переживания и состояния человека, как радость, печаль, гнев, удивление и т. п. Эмоциональные процессы (эмоции) занимают важное место в системе психологической регуляции деятельности, поскольку, как считают многие исследователи, именно они являются психологической формой существования потребностей и мотивов, то есть именно эмоции непосредственно побуждают и направляют деятельность. По содержанию эмоции представляют собой психическое отражение отношения различных объектов, ситуаций, событий к потребностям субъекта.

Основные функции эмоций:

- побуждение и поддержание деятельности;
- оценка объектов, ситуаций, событий с точки зрения потребностей субъекта;
- мобилизация ресурсов организма для осуществления деятельности.

Кроме того, эмоции способствуют фиксации значимого опыта в памяти человека (см. тему 4).

Выделяют несколько видов эмоциональных процессов:

Аффекты – непродолжительные, но интенсивные эмоциональные процессы взрывного характера (например, вспышка ярости). Аффекты порой приводят к необдуманным и нежелательным действиям и иногда сопровождаются амнезией.

Эмоции – ситуативные переживания отношения предметов и событий к потребностям (человек злится из-за автомобильной пробки, потому что опаздывает на работу).

Чувства – продолжительные по времени эмоциональные процессы, отражающие устойчивые отношения человека к некоторым объектам (например, любовь). Чувства и эмоции отличаются друг от друга и даже могут вступать в противоречия: например, мать любит ребенка (чувство), но в данный момент злится на него из-за его проступка (эмоция).

Настроения – достаточно продолжительные эмоциональные состояния незначительной интенсивности, создающие «эмоциональный фон» всей деятельности человека в некотором промежутке времени.

С эмоциональными явлениями связаны различные функциональные состояния человека, такие, как *стресс*.

Эмоциональные процессы, как правило, включают в себя три компонента:

- субъективное переживание эмоции;
- мимическое выражение эмоции;
- периферические физиологические процессы (такие, как покраснение кожи, усиление потоотделения, учащение дыхания, сердцебиения и т. п.).

Соотношение между этими тремя сторонами эмоционального процесса было предметом многочисленных дискуссий. Например, по мнению ряда исследователей периферические физиологические процессы могут быть не следствием (как это обычно предполагается), а причиной эмоциональных переживаний. При этом известно, что периферические

физиологические процессы во многом неспецифичны: они представляют собой реакции активации организма, одинаковые при различных эмоциях. Чем же в таком случае определяется, какую именно эмоцию будет переживать человек? По данным ряда исследований, это определяется тем, как именно человек интерпретирует причины своего состояния (эксперименты Р. Лазаруса, С. Шехтера). Так, двум группам людей дали выпить небольшую (одинаковую) дозу алкоголя, при этом первой группе сообщили, что это алкоголь, а вторая группа считала, что участвует в испытаниях нового лекарства. Впоследствии первая группа сообщала о приподнятом настроении, легкости, хорошем самочувствии; вторая – о неприятных побочных эффектах лекарства, таких, как головокружение, слабость, тошнота.

Разнообразие эмоций, которые может переживать человек, очень велико. Можно ли найти среди них что-то устойчивое, какие-то закономерности? Ряд исследователей полагают, что все многообразие переживаний развивается из небольшого числа устойчивых, универсальных эмоций, которые называются *базовыми* (фундаментальными). Базовые эмоции есть у всех людей от рождения, они имеют специализированные физиологические механизмы, каждой из них присущ свой комплекс выразительных движений, одинаковый у людей разных культур. По К. Изарду, к числу базовых эмоций относятся: интерес, радость, удивление, печаль, гнев, отвращение, страх, смущение, стыд, вина.

5.3 Воля

В современной психологии под *волевыми процессами* понимают группу мотивационных процессов, осуществляющих саморегуляцию и самодетерминацию деятельности человека. За счет волевых процессов обеспечивается поддержание целесообразной деятельности при наличии разного рода мотивационных дефицитов, то есть в случаях, когда для выполнения целесообразного действия существующей мотивации

недостаточно. Обычно о проявлениях воли говорят, когда имеется конфликт личных (даже биологических) и общественно значимых мотивов, в котором побеждают последние; едва ли кто-то усмотрит проявление волевых качеств у студента, который остался спать и не пошел на лекцию, хотя и в этом случае мог иметь место конфликт противоречивых побуждений.

Основные функции волевых процессов:

- выбор мотивов и целей при их конфликте (селективная функция);
- восполнение дефицита побуждения к действию (иницирующая функция);
- ослабление избыточной мотивации нежелательного действия (ингибирующая функция);
- поддержание уровня выполнения действия при наличии помех (стабилизирующая функция).

Каким образом волевые процессы способны осуществлять эти функции? В соответствии с теорией волевой регуляции В. А. Иванникова, работа воли осуществляется за счет трансформации или создания дополнительного смысла того действия, которое нужно, но затруднительно выполнить. Механизмами этого могут выступать предвосхищение последствий выполнения (или невыполнения) действия, либо усмотрение в действии новых сторон и особенностей, дополняющих его смысл для субъекта.

Контрольные вопросы

1. Что такое мотивация, какие основные понятия используются для ее описания?
2. Каковы основные виды потребностей человека?
3. Что такое эмоциональные процессы, каковы их основные виды?
4. Что такое волевые процессы, каковы их механизмы?

ТЕМА 6. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

6.1 Личность и индивидуальные различия

Слово «личность» крайне многозначно – насчитываются десятки различных его определений. Но среди них основными можно считать два:

1. Личность как субъект осознанной целенаправленной деятельности. Другими словами, личность – это человек, обладающий особыми психологическими структурами, позволяющими ему осознавать себя и свои поступки, ставить разумные цели и регулировать в соответствии с ними свое поведение.

В психологии существует особая область исследований, занимающаяся этими психологическими структурами; обычно ее и называют «психологией личности». В психологии личности разработано множество теоретических моделей личности (одна из самых известных – структурная теория личности З. Фрейда, в которой выделяются компоненты личности «Я», «Оно» и «Сверх-Я», см. тему 2), исследуются такие вопросы, как возникновение и развитие личности, самосознание человека, его саморегуляция и самоопределение, и многие другие. Большинство исследователей полагают, например, что личность – достаточно высокий уровень развития человека; от рождения человек не является личностью, это качество развивается под решающим влиянием общества, воспитания. Для становления личности особенно важным является подростковый возраст. И, в принципе, возможна ситуация, когда (в силу различных дефектов развития) человек так и не становится полноценной личностью.

2. Личность как система устойчивых психологических качеств человека, отличающих его от других людей, то есть совокупность индивидуальных особенностей человека. Среди таких особенностей – темперамент, характер, способности и многое другое. Раздел психологии, который изучает психологические различия между людьми, называется психологией

индивидуальных различий, или дифференциальной психологией. С ним тесно связана психодиагностика – дисциплина, разрабатывающая методы исследования и оценки психологических качеств человека.

Существуют три типа факторов, приводящих к возникновению индивидуальных психологических различий между людьми:

Биологические факторы. Наследственная изменчивость приводит к тому, что своим набором генов каждый живой организм, и в том числе каждый человек, отличается от других представителей своего вида (исключением являются однояйцевые близнецы). Различия генотипа, а также различные природные условия жизни организма (питание, температура и т. п.) приводят к фенотипическим различиям (в наблюдаемых отличительных признаках данной особи) начиная с уровня биохимии и далее в размерах, пропорциях тела, окраске и многом другом. Среди биологически обусловленных признаков человека есть и такие, которые влияют на его поведение, то есть обуславливают психологические индивидуальные различия. Например, биологически обусловленные особенности протекания физиологических процессов в нервной системе влияют на скорость, переключаемость и другие динамические характеристики деятельности человека, которые составляют его темперамент.

Социальные факторы. Человек развивается под влиянием не только биологической наследственности и природной среды, но и социальных групп, в которые он с рождения входит и которые осуществляют его воспитание и социализацию. Группы выступают трансляторами социальных ролей, норм и ценностей, моделей поведения, а также социального опыта в форме знаний, умений и навыков, которые усваиваются в процессах обучения. От того, в какие социальные группы входит человек и как именно он с ними взаимодействует, естественным образом зависит, какой именно социальный опыт (например, ценности или модели поведения) он усвоит, а значит, и его психологические особенности.

Индивидуально-психологические факторы. Наконец, каждый человек проходит только свой, индивидуальный, уникальный и неповторимый жизненный путь, приобретает жизненный опыт, который не может совпадать с опытом любого другого человека (это относится даже к однояйцевым близнецам, воспитанным в одной семье). Каждый строит какие-то свои уникальные отношения с другими людьми, переживает в своей жизни последовательность встреч и событий, которая не повторится ни у кого другого. На этой основе формируются индивидуальные интересы и склонности, черты характера и многие другие особенности человека.

Далее в этой теме мы рассмотрим основные категории индивидуальных различий и основанные на них типологии индивидуальностей.

6.2 Гендерные различия

Гендерные различия (от англ. *gender* – род) – психологические различия между мужчинами и женщинами. Слово «гендерные» используется в психологии преимущественно перед словом «половые», поскольку половыми называют специально те признаки человека и животных, которые обусловлены биологическим различием полов (в том числе морфологические). Различия же между мужчинами и женщинами обусловлены не только (возможно, и не столько) биологически, но и социально (различным воспитанием, общественным разделением труда и пр.).

Конечно, различия между мужчинами и женщинами издавна интересовали людей и многократно были предметом психологических исследований (этим занимается специальный раздел психологии – гендерная психология). Основные результаты психологических исследований гендерных различий в познавательной, эмоциональной и моторной сферах следующие:

По общему интеллекту значимых различий между мужчинами и женщинами нет. Однако прослеживаются устойчи-

вые различия в отдельных способностях (по мнению многих психологов, они обусловлены различным воспитанием). Мужчины (в среднем) лучше женщин справляются с решением задач, связанных с пространственными отношениями объектов: у них выше математические способности, лучше ориентация в пространстве, пространственное воображение. Женщины (в среднем) лучше мужчин справляются с решением вербальных (связанных с использованием языка) задач: они легче и точнее формулируют свои мысли, грамотнее говорят и пишут, у них больше словарный запас, богаче ассоциации.

По глубине и качеству переживания эмоций различий между мужчинами и женщинами также нет. Однако обнаружены различия в выражении эмоций. Мужчины гораздо больше, чем женщины, склонны проявлять агрессивность (гнев, злость). Женщины же больше проявляют эмоции из других частей спектра: позитивного (радость, восхищение) и негативного (печаль, горе). Эти различия также связываются с разницей в воспитании: в нашей культуре у мальчиков с детства поощряют соревновательность, отстаивание своей позиции, а проявления, например, печали не одобряется («мужчины не плачут»); у девочек – наоборот.

Наконец, исследования моторных способностей выявили, что женщины более устойчивы к развитию процессов утомления при выполнении монотонной работы, не требующей значительных затрат мышечных усилий. Мужчины же быстрее могут развить значительное мышечное усилие, но и быстрее утомляются. Возможно, с этими различиями связано традиционное разделение труда на мужской (интенсивная физическая нагрузка) и женский (длительная монотонная работа).

6.3 Конституция и психология

Конституцией в антропологии называют тип телосложения человека (или животного). Существуют психологические

исследования и теории (правда, не очень популярные в последние десятилетия), которые утверждают, что каждому типу телосложения человека соответствуют определенные психологические черты.

Так, немецкий психолог и психиатр Э. Кречмер (1888–1964) на основании своих наблюдений за пациентами психиатрической клиники разработал типологию конституций и соответствующих им типов темперамента.

Астенический тип телосложения – худой, тонкий человек, малокровный, с узкими плечами, с сухими тонкомышечными руками, с тонкокостными кистями, с длинной, узкой, плоской грудной клеткой, на которой можно пересчитать ребра, с острым реберным углом, с тонким, лишенным жира животом, с такими же руками и ногами. Ему соответствует *шизотимический* темперамент: такой человек склонен к колебаниям эмоций от раздражения до сухости, необщителен, тих, сдержан, серьезен (лишен юмора), чужак; застенчив, боязлив, тонко чувствует, сентиментален, возбужден, друг книги и природы, либо – послушен, добродушен, честен, равнодушен, туп. Характерна избирательная общительность в замкнутом кругу.

Пикнический тип телосложения – с сильным развитием внутренних полостей тела (головы, груди, живота) и склонностью торса к ожирению при нежной структуре двигательного аппарата; среднего роста плотная фигура, с мягким широким лицом на короткой массивной шее, основательный жирный живот выступает из расширяющейся книзу глубокой сводчатой грудной клетки. Ему соответствует *циклотимический* темперамент, который характеризуется повышенной эмоциональностью, быстрыми переходами от радости к печали; такой человек общителен, добросердечен, ласков, душевен; весел, остроумен, жив, горяч, либо – тих, спокоен, впечатлителен, мягок. Циклотимик общителен, человеколюбив, реалистичен и легко приспосабливается к окружающему.

Атлетический тип телосложения – человек с широкими выступающими плечами, статной грудной клеткой, упругим животом, с формой туловища, сужающейся книзу; плотная

высокая голова прямо держится на свободной шее, рост обычно выше среднего. Ему соответствует *иксотимический* темперамент – спокойный, маловпечатлительный, со сдержанными жестами и мимикой, негибкий, трудно приспособливающийся к перемене обстановки, практичный, властный, мелочный, с «вязкой» эмоциональностью.

Исследования связи телосложения и психологических особенностей человека были продолжены американским психологом У. Шелдоном. Он использовал более продуманную и доказательную эмпирическую методологию для выделения как типов телосложения, так и соответствующих им личностных черт. В телосложении У. Шелдон выделил три компонента, каждый из которых в различной степени может быть выражен у данного человека; далее он показал, что с каждым из компонентов телосложения коррелирует определенный набор психологических и поведенческих признаков (то есть, чем более у данного человека выражен некоторый компонент телосложения, тем скорее ему будут присущи соответствующие психологические особенности). Компоненты телосложения, по У. Шелдону, следующие:

Эндоморфность – преимущественное развитие внутренних органов (пищеварительной системы), мягкость и округлость форм, низкий коэффициент отношения поверхности и массы тела (аналогичен пикническому типу Э. Кречмера). Соответствующий комплекс психологических и поведенческих признаков называется *висцеротония*. В него входят: расслабленность в позах и движениях; любовь к физическому комфорту; замедленная реакция; любовь к еде; социализация процесса еды; получение удовольствия от процесса пищеварения; любовь к вежливому обхождению; стремление к общению; дружелюбие, стремление к привязанности и поддержке; ориентация на людей; эмоциональная уравновешенность; терпимость; благодушие; крепкий сон; неуверенность; простота; расслабление и стремление к общению под воздействием алкоголя; потребность в людях при возникновении проблем; ориентация на детство и семью.

Мезоморфность – преимущественное развитие опорно-двигательного аппарата (костей и мускулатуры), сильное и крепкое тело (аналогичен атлетическому типу Э. Кречмера). Ей соответствует *соматотония*. Ее компоненты: уверенность в позе и движениях; любовь к физическим приключениям; энергичность; потребность в физических упражнениях и способность получать от них удовольствие; стремление к доминированию, власти; любовь к риску; прямота в манере вести себя; мужество в сражении; соревновательная агрессивность; психологическая черствость; клаустрофобия; безжалостность; отсутствие щепетильности; общая шумливость; внешняя зрелость, не соответствующая возрасту; самоуверенное и агрессивное поведение под воздействием алкоголя; потребность в действии при возникновении проблем; ориентация на стремления и виды деятельности, характерные для молодежи.

Эктоморфность – преимущественное развитие нервной системы, тонкое, высокое и хрупкое тело, высокий коэффициент отношения поверхности и массы тела (аналогичен астеническому типу Э. Кречмера). Ей соответствует *церебротония*: сдержанность в позах и движениях, скованность; быстрая реакция; любовь к уединению; интенсивность умственной деятельности, внимательность, понятливость; склонность скрывать свои чувства, эмоциональная сдержанность; застенчивость; социофобия; подавление общительности; сопротивление привыканию; агорафобия; непредсказуемость в отношениях с людьми; нелюбовь к шуму; чувствительность к боли; плохой сон, хроническая усталость; юношеская настойчивость в манерах; интроверсия; сопротивление алкоголю и другим депрессивным препаратам; потребность в одиночестве при возникновении проблем; ориентация на поздние периоды жизни.

Современные исследования связи конституции и психологических особенностей человека дают неоднозначные результаты и в целом не подтверждают концепции Э. Кречмера и У. Шелдона.

6.4 Темперамент

Темпераментом в современной психологии называют совокупность индивидуальных особенностей человека, определяющих формально-динамические характеристики его деятельности, такие, как скорость, интенсивность (энергичность), пластичность, переключаемость, темп, ритм, эмоциональность. Подобные характеристики присутствуют у любой деятельности (и психических процессов) независимо от ее содержания.

Понятие темперамента очень древнее, оно зародилось еще в античной медицине. Древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н. э.) и его последователи полагали, что здоровье и болезнь человека связаны с четырьмя основными жидкостями организма: *кровью*, *слизью* (лимфой), *желчью* и *черной желчью*. Если жидкости находятся в надлежащей пропорции – человек здоров; если же какой-то из них становится слишком много, баланс нарушается и начинается болезнь. Позже возникла идея, что для каждого человека характерен свой, индивидуальный баланс четырех жидкостей, и у каждого в норме какая-то из них преобладает. Преобладающая жидкость сказывается как на особенностях физиологии человека, на его подверженности тем или иным заболеваниям, так и на его психологических особенностях, поведении. Так появилась теория четырех типов темперамента (от лат. *temperamentum* – устойчивая смесь):

Сангвиник (от лат. *sanguis* – кровь) – человек с преобладанием крови; для него характерны высокая активность, разнообразие и богатство мимики, эмоциональность, впечатлительность, подвижность; вместе с тем эмоциональные переживания обычно неглубоки, часто встречаются отсутствие сосредоточенности, поспешность, поверхностность.

Флегматик (от др.-греч. *флегма* – слизь) – человек с преобладанием слизи (лимфы); для него характерны низкий уровень активности, трудность переключения, медлительность и спокойствие действий, мимики и речи, постоянство и

глубина чувств и настроений, возможны вялость, бедность и слабость эмоций, склонность к выполнению только привычных действий.

Холерик (от др.-греч. *холе* – желчь) – человек с преобладанием желчи; для него характерны высокая активность, энергичность, резкость и стремительность движений, сила, импульсивность и яркость эмоциональных переживаний, иногда – несдержанность, вспыльчивость, слабый самоконтроль при эмоциональных переживаниях.

Меланхолик (от др.-греч. *мелэна холе* – черная желчь) – человек с преобладанием черной желчи; для него характерны низкий уровень активности, сдержанность и приглушенность движений и речи, сильная эмоциональная реактивность, глубина и устойчивость чувств при слабом их внешнем выражении, иногда – эмоциональная ранимость, замкнутость и отчужденность, склонность к тяжелым переживаниям даже незначительных жизненных обстоятельств.

Разумеется, современная наука не разделяет древнюю теорию четырех жидкостей и основанное на ней выделение четырех типов темперамента (в частности, современная медицина вообще не знает в составе организма человека такой жидкости, как «черная желчь»). Однако это не отменяет существования формально-динамических особенностей деятельности человека. Чем же они определяются? С точки зрения современной психологии, – конечно же, особенностями нервной системы человека.

В основу современной теории темперамента легли работы И. П. Павлова. Исследуя высшую нервную деятельность собак, он выделил следующие три основных свойства нервной системы: *силу* нервных процессов, *уравновешенность* двух основных нервных процессов – возбуждения и торможения, а также *подвижность* нервных процессов. Различные сочетания этих свойств нервной системы дают, по И. П. Павлову, основные типы нервной деятельности (рисунок 18), которые соответствуют четырем классическим типам темперамента.

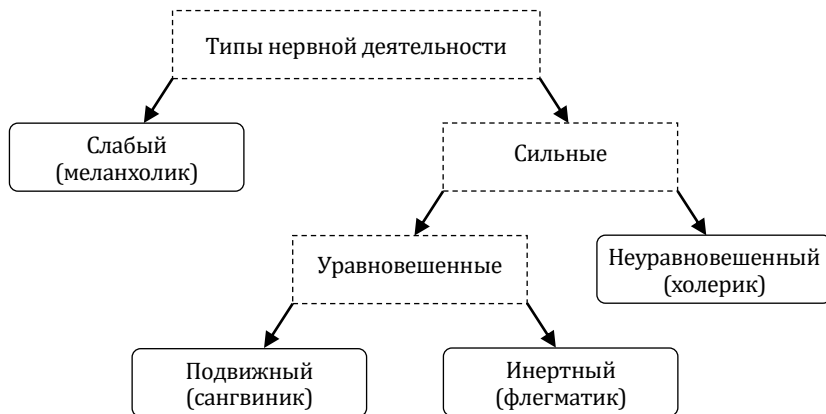


Рисунок 18 – Типы нервной деятельности по И. П. Павлову

Впрочем, нетрудно заметить, что три свойства нервной деятельности, выделенные И. П. Павловым, могут дать не 4, а 8 различных сочетаний. Кроме того, в дальнейших исследованиях были описаны и другие особенности нервной системы, влияющие на темперамент. Таким образом, на самом деле существует не четыре, а гораздо больше (десятки) типов темперамента, которые образуются различными сочетаниями свойств нервной системы человека. Также установлено, что проявления темперамента могут быть различны в различных видах деятельности человека (в физической деятельности, в общении, в умственной деятельности).

Физиологические особенности нервной системы являются врожденными и при жизни человека не изменяются. Однако они не определяют особенностей (в том числе продуктивности) деятельности человека напрямую. По словам Б. М. Теплова, «свойства нервной системы не предопределяют никаких форм поведения, но образуют почву, на которой легче формируются одни формы поведения, труднее – другие». Так, исследовав рабочих различных профессий, Е. А. Климов обнаружил, что многие из них вырабатывают

своеобразный *индивидуальный стиль деятельности* – устойчивую систему приемов и способов деятельности, с помощью которых человек может эффективно осуществлять определенную работу, при необходимости компенсируя свои индивидуальные особенности (в том числе темперамент).

6.5 Характер

Характер (от греч. примета, черта) – совокупность устойчивых психологических особенностей человека, определяющих типичные для него способы поведения в различных социально значимых ситуациях. В отличие от темперамента, характер определяет не формальные, а содержательные особенности деятельности (как именно человек поступит в той или иной ситуации), поэтому его значимость для понимания и предвидения поведения другого человека гораздо выше. Опять же в отличие от темперамента, характер не является врожденным и биологически обусловленным, а приобретаетс^я прижизненно, в ходе воспитания и формирования привычек. Поэтому характер поддается и перевоспитанию: человек способен пересилить свой характер и даже до известной степени управлять его формированием.

Единица характера обычно называется термином «черта»; каждая черта отражает определенный, привычный для данного человека способ поведения в некотором классе ситуаций, а совокупность черт образует характер данного человека. Выраженность той или иной черты у разных людей может быть различна, и ее можно оценить количественно с помощью различных психодиагностических методик. Интересный взгляд на структуру черт характера предложил в свое время Аристотель: у каждой черты есть два полюса, которые представляют собой крайние, нежелательные ее проявления, и «золотая середина» между ними, она же добродетель. Например, в ситуации траты денег у человека могут проявиться скупость или, напротив, мотовство (негативные варианты), а «золотой серединой» между ними будет бережливость. Ана-

логично, такая добродетель, как мужество, может быть выражена крайне слабо (трусость) или крайне сильно (безрасудство). В современных исследованиях черта характера обычно рассматривается как однополюсной континуум (и психология не дает моральных и этических оценок различным типам характера).

Нередки случаи, когда некоторые черты характера человека выражены заметно сильнее других и накладывают своеобразный отпечаток на значительную часть его поведения. Такие характеры (в которых подчеркнуты, выделены некоторые черты) называются *акцентуированными*. Акцентуированные характеры типичны для подростков, поскольку именно в подростковом возрасте и складывается структура характера будущего взрослого. Иногда акцентуации характера бывают настолько сильны, что сохраняются в течении длительного времени, проявляются практически в любых ситуациях и мешают нормальной социальной адаптации человека. Такие характеры выходят за пределы психологической нормы и называются *психопатиями*.

Существует немало различных типологий характеров (нередко в таких типологиях смешиваются черты характера, темперамент и другие психологические особенности человека). Рассмотрим для примера типологию акцентуированных характеров, которую на материале подростков разработал А. Е. Личко (типология до некоторой степени пересекается с другими: типологией психопатий П. Б. Ганнушкина и типологией акцентуированных личностей К. Леонгарда).

1. *Гипертимный тип* – обычно хорошее, приподнятое настроение, хорошее самочувствие, приподнятый жизненный тонус, активность и интерес ко всему вокруг, разнообразные, но неустойчивые увлечения, высокая самооценка, уверенность в себе, встречается повышенная склонность к хвастовству, демонстративность, склонность к вспышкам раздражения и гнева в случае неудачи или противодействия.

2. *Циклоидный тип* – фазы приподнятого настроения (напоминающие гипертимов) регулярно сменяются субде-

прессивными фазами, характеризующимися апатией, раздражительностью, упадком сил, сонливостью, дурным настроением; продолжительность каждой фазы от нескольких недель до нескольких дней.

3. *Лабильный тип* – крайне изменчивое настроение: перемены настроения выражены сильно, происходят часто, резко и по самым незначительным поводам.

4. *Астено-невротический тип* – повышенная утомляемость, раздражительность, склонность к ипохондрии, повышенной озабоченности своим здоровьем.

5. *Сенситивный тип* – повышенная впечатлительность, чувствительность, боязливость, застенчивость, старательность, послушность, повышенная требовательность к себе и другим, сниженная самооценка, часто приводящая к гиперкомпенсации (ведут себя развязно, выдвигаются на общественные посты); не выносят насмешек и несправедливых обвинений, озабочены мнением и отношением окружающих.

6. *Психастенический тип* – нерешительность, склонность к рассуждательству, тревожная мнительность, любовь к самоанализу, легкость возникновения навязчивостей и изобретение связанных с ними ритуалов.

7. *Шизоидный тип* – замкнутость, отгороженность от сверстников, слабое умение устанавливать контакты, объясняться и убеждать, слабо развитая эмпатия и способность к сопереживанию; внутренний мир обычно скрыт от окружающих, наполнен фантазиями и увлечениями; для окружающих многие поступки шизоидов могут быть неожиданными и непонятными, поскольку все, что им предшествовало (мысли, переживания), остается неизвестным; часто встречаются интеллектуально-эстетические увлечения.

8. *Эпилептоидный тип* – дурные настроения, постепенно накапливающее раздражение и связанная с ним эмоциональная взрывчатость (вспышки злости, гнева), вязкость, инертность, тугоподвижность во всех сферах (в моторике, эмоциях, мышлении); властность, себялюбие, жестокость, неуступчивость, мстительность; мелочность и скрупулезность.

9. *Истероидный тип* – эгоцентризм, постоянная жажда внимания к себе (восхищения, удивления, почитания, сочувствия), лживость и фантазирование, направленные на приукрашивание себя, театральность, позерство; часты суицидальные демонстрации или «бегство в болезнь» (все для привлечения внимания); склонность к подражанию; инфантильность.

10. *Неустойчивый тип* – слабоволие, затрудненное формирование социально приемлемых форм поведения (учебы, труда), непослушание, отсутствие чувства ответственности и долга, склонность к удовольствиям и развлечениям, лени, праздности и безделью.

11. *Конформный тип* – постоянная готовность подчиниться голосу большинства, шаблонность, банальность, склонность к «ходячей морали», консерватизм; во всем стараются «быть как все» (а именно, как их непосредственное окружение); некритичность, отсутствие инициативы.

6.6 Способности

Способности – психологические особенности человека, позволяющие ему успешно осваивать и осуществлять определенные виды деятельности. Различают *общие* способности (оказывают влияние на обширные группы или вообще все виды деятельности) и *частные* способности. Наиболее известной общей способностью является *интеллект*, который часто определяют как способность решать задачи любого типа. Различных частных (специфических, предметных) способностей очень много – в пределе, столько же, сколько существует различных видов деятельности человека. К частным способностям относятся, например, математические, музыкальные, художественные способности.

Способности обычно отличают от конкретных умений и навыков, с одной стороны, и задатков, – с другой. *Задатками* называют врожденные психофизиологические качества человека, служащие условием, предпосылкой развития способ-

ностей, но не определяющие напрямую ни способности как таковые, ни эффективность деятельности человека. Задатками, достаточными для развития способностей, как правило, обладают все здоровые люди. Для примера, к числу музыкальных способностей относится так называемый музыкальный слух; задатком для него является наличие слуха вообще и различения звуков по высоте в частности. При этом различать звуки по высоте способны все люди с нормальным слухом, что, как мы прекрасно знаем, вовсе не означает наличия у них музыкального слуха. Зато мы можем быть уверены, что музыкального слуха не будет у человека, глухого от рождения. Итак, задатки являются необходимым, но еще не достаточным условием наличия способностей. В свою очередь способности облегчают приобретение определенных умений и навыков, но сами по себе умения и навыки еще не составляют способностей.

Способности к определенным видам деятельности развиваются у людей на основе задатков в ходе осуществления соответствующих видов деятельности, в результате специального воспитания и обучения. Исследования показали, что в развитии ребенка существуют определенные периоды (вероятно, связанные с созреванием тех или иных отделов головного мозга), когда ребенок особенно чувствителен к обучению определенного типа; именно в такие периоды (они были названы *сензитивными*) особенно интенсивно развиваются соответствующие способности. В некоторых случаях, если в сензитивном периоде ребенок не получал необходимых воспитательных воздействий, определенные психические функции и способности у него вообще не формируются (это, например, относится к освоению речи).

В психодиагностике разработано множество методик (тестов) для количественной оценки уровня развития тех или иных способностей; особенно широко известны и популярны тесты на общий интеллект, так называемый IQ, «коэффициент интеллектуальности». Принцип работы методик диагностики способностей одинаков: человеку предлагается

решить набор задач, требующих применения той или иной способности; достигнутые им результаты затем сравниваются с заданными критериями успешности или статистической нормой.

6.7 Ядерные структуры личности

Пол, телосложение, темперамент, характер, способности – все это относится к индивидуальности человека, влияет на его поведение, отличает одних людей от других. Однако все эти особенности еще не составляют самого главного, центрального в человеке, того, что отличает его от всех остальных людей, что делает его именно той личностью, которой он является. Центральные структуры личности, отвечающие за это, изучены пока еще совершенно недостаточно; к ним можно отнести мотивационную сферу личности и ее самосознание.

Мотивационная сфера личности – это присущая данному человеку система мотивов, ценностей и личностных смыслов, которая определяет его склонности, интересы, намерения, желания, отношение к различным явлениям действительности, выбор определенных занятий, его жизненные планы и цели. По А. Н. Леонтьеву, мотивационная сфера личности характеризуется *профилем* (определенным набором, составом) и *иерархией* (соподчинением) мотивов: люди отличаются не только тем, какие вообще им свойственны мотивы (кого-то интересует футбол, а кого-то – совсем нет), но и тем, какие из них ведущие, основные, а какие – подчиненные (для кого-то футбол может быть важнее сохранения брака, а кто-то уделяет ему время, только если больше нечем заняться). Традиционно считается, что более высоким уровнем развития личности является такой, когда общественные мотивы (например, чувство долга) являются ведущими и подчиняют себе узкоэгоистические (например, получение личной выгоды).

Ценности личности напоминают мотивы, они также участвуют в регуляции поведения (побуждают и направляют

его), однако, в отличие от мотивов, имеют социальное происхождение: это «модели должного», в основе которых лежат усвоенные человеком общественные идеалы (Д. А. Леонтьев). По содержанию ценности отражают наиболее значимые, важные для всех людей стороны жизни, такие, как семья, счастье, здоровье, истина, красота. Известный исследователь ценностей М. Рокич разделил их на две группы. К *терминальным* ценностям относятся такие, которые могут служить конечной целью жизни человека; это активная деятельная жизнь, жизненная мудрость, здоровье, красота природы и искусства, интересная работа, любовь, материально обеспеченная жизнь, познание, наличие хороших и верных друзей, развитие, общественное признание, свобода, продуктивная жизнь, счастье других, счастливая семейная жизнь, творчество, удовольствия, уверенность в себе. *Инструментальные* ценности фиксируют способы действий, предпочтительные в любых ситуациях; это ответственность, воспитанность, аккуратность, высокие запросы, жизнерадостность, исполнительность, независимость, непримиримость к недостаткам, образованность, самоконтроль, терпимость, рационализм, широта взглядов, чуткость, смелость в отстаивании своего мнения, честность, твердая воля, эффективность в делах.

Личностные смыслы (понятие ввел А. Н. Леонтьев) отражают отношения человека к различным объектам, явлениям действительности, их значение «для меня»; определяются они системой мотивов личности. Так, уголь имеет устойчивое, общественно выработанное и одинаковое для всех *значение* (полезное ископаемое, используется в качестве топлива, черного цвета и т. п.), однако для отдельных людей он может иметь различный *личностный смысл*: один для кочегара, который топит им печь (то, что приходится постоянно грузить лопатой), другой – для художника, рисующего углем (необходимый для работы материал), третий – для девушки, испачкавшей платье (грязная вещь, испортившая вечеринку).

Самосознание человека образует центральную структуру личности, его «Я». Самосознание включает осознание челове-

ком своей самотождественности, *идентичность* (я – это я, с моими свойствами и качествами, личной историей, при всех происходящих со мной изменениях), осознание себя как субъекта деятельности (я это делаю, это моя жизнь). Основными компонентами самосознания считаются: *самопознание* – знание своих личных качеств, биографии, жизненных планов, на основании которого формируется образ «Я»; *самооценка* – ценностное и эмоциональное отношение к себе; *саморегуляция* – механизмы произвольной регуляции деятельности.

Контрольные вопросы

1. Каковы основные значения термина «личность»?
2. Каковы основные источники индивидуальных различий между людьми?
3. Каковы психологические различия между мужчинами и женщинами?
4. Влияет ли телосложение на психологические особенности человека?
5. Что такое темперамент и чем он определяется?
6. Что такое характер, от чего он зависит?
7. Что такое способности? Чем они обусловлены?
8. Что составляет мотивационную и ценностно-смысловую сферы личности?
9. Какие компоненты входят в самосознание человека и каковы их функции?

ТЕМА 7. СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

7.1 Человек и общество

До сих пор мы рассматривали психологию отдельного человека. Однако одна из ключевых особенностей человеческого вида состоит в том, что человек никогда не живет одиночно; напротив, где и когда бы ни встречались люди, – от древнейших первобытных обществ до современной техногенной цивилизации, – они всегда живут группами. Подобно некоторым насекомым (пчелам, муравьям) человек – общественное (социальное) существо. На первый взгляд может показаться, что из этого правила есть исключения: ведь встречаются люди, которые годами не общаются с другими, живут в изоляции (например, лесные отшельники). Однако это исключение иллюзорно: и эти люди выросли и воспитывались в обществе, и только благодаря этому вторично получили возможность жить в относительной изоляции от него.

Почему люди живут группами, что это нам дает? Конечно, подобный образ жизни позволяет эффективно заботиться о детях и пожилых людях, общаться друг с другом, получать помощь от других членов группы. Однако есть и более фундаментальные причины. Человек, в отличие от животных, не приспосабливается к окружающей среде, не находит в ней предметов, удовлетворяющих его потребности, а *преобразует* среду в своих интересах и *производит* необходимые предметы в ходе *трудовой деятельности*. Трудовая деятельность же носит принципиально коллективный характер, ее подлинным субъектом является не отдельный человек, а общество в целом. Кроме того, общество накапливает и передает из поколения в поколение *исторический опыт* человечества, благодаря чему только и возможен исторический прогресс. Многие психологи полагают, что психическое развитие человека, в том числе развитие его речи, мышления и сознания как такового, происходит только благодаря процессу воспитания и без него невозможно.

Общество – это не просто «много» людей; оно представляет собой сложную структуру, в которую помимо составляющих его индивидов входит система связей, отношений между ними. Эти связи весьма разнообразны. Экономические, производственные, политические, этнические, культурные, религиозные и многие другие виды отношений, образующие структуру человеческого общества, называются *общественными* (социальными) *отношениями*; в систему общественных отношений включаются все члены общества, ими часто могут быть связаны люди, вовсе не знакомые между собой. Общественные отношения изучает наука социология. Однако между людьми, которые непосредственно взаимодействуют между собой, возникают отношения другого типа: *межличностные*. Такими отношениями интересуется уже психология. Таким образом, два человека, взаимодействующие между собой, оказываются включенными в два типа отношений: общественные и межличностные. В одних случаях ведущая роль может принадлежать общественным отношениям (например, при взаимодействии продавца и покупателя в магазине), в других – межличностным (при общении друзей), но во всех случаях присутствуют и те, и другие.

Отношения – категория абстрактная; в реальности они существуют, реализуются и развиваются в процессах взаимодействия между людьми, а именно – в процессах *общения*. Общение – сложный процесс взаимодействия между людьми, в котором обычно выделяются три компонента: *коммуникация* (обмен информацией), *интеракция* (обмен действиями, социальное влияние), *социальная перцепция* (восприятие людьми друг друга).

Место человека в системе общественных отношений определяет его *социальную позицию*, статус. В обществе существуют определенные требования к поведению людей, занимающих ту или иную социальную позицию; система таких требований называется *социальной ролью*. Например, существуют социальные роли продавца, учителя, руководителя трудового коллектива, отца, поклонника популярного певца

и многие другие. Один человек, поскольку может быть включен в различные социальные отношения, может выполнять и различные социальные роли, которые нередко вступают в противоречие друг с другом (представьте себе, что сотрудник полиции вынужден арестовать своего сына за хулиганство).

Многие типы общественных отношений связывают не всех членов общества, а только некоторых из них; поэтому в структуре общества выделяются различные *социальные группы* людей. Группа является единицей функционирования общества, субъектом общественного труда (производства). Группы обладают собственной внутренней структурой социальных и межличностных отношений, в них выделяются различные социальные позиции и роли. Группы обладают и различными психологическими характеристиками; так, принадлежность человека к группе связана с формированием у него социальной идентичности, специфического чувства «мы». Каждый человек всегда входит одновременно во множество групп и выполняет в них различные социальные роли (например, в семье – сын, в университете – студент, в футбольной команде – вратарь).

Далее в этой теме будут более подробно рассмотрены различные виды социальных групп, групповые нормы и социальные роли, а также взаимодействие людей в группах: их восприятие друг друга и взаимное влияние.

7.2 Социальные группы

Социальная группа – объединение людей, обладающих общностью социальных норм, ценностей и находящихся в определенных отношениях между собой. Важным признаком социальной группы является участие ее членов в совместной деятельности, однако этим признаком обладают не все социальные группы. Важнейшей характеристикой каждой группы является образующая ее уникальная структура отношений между членами группы.

Группа как субъект деятельности обладает рядом психологических характеристик: существуют групповые интересы, потребности, нормы, ценности, цели, групповое мнение, групповое принятие решений. Важно обратить внимание на то, что речь идет именно о характеристиках группы как целого, в то время как каждый конкретный член группы в принципе может этими характеристиками не обладать (не разделять групповых ценностей, целей и пр.).

Существует множество различных видов социальных групп. В социологии нередко в качестве группы выделяются люди, схожие по некоторому признаку, но не состоящие в каких-либо социальных отношениях (пенсионеры, молодежь, мужчины). Такие группы называются *условными*. Однако в психологическом смысле существуют только *реальные* группы, члены которых действительно связаны определенными отношениями между собой. Реальные группы в первую очередь делятся на *большие* и *малые*. Конечно, как это видно из названия, большие и малые группы обычно отличаются по количеству членов, но не это само по себе является критерием их разделения; подлинный критерий выделения малой группы – наличие межличностных отношений между всеми ее членами.

Большие группы делятся на два типа:

Стихийные – группы людей, существующие непродолжительное время, не имеющие определенной жесткой структуры, складывающиеся обычно в связи с некоторыми внешними обстоятельствами. К стихийным большим группам относятся:

– *толпа* – группа людей, которая стихийно собирается по поводу некоторого инцидента (толпа зевак, наблюдающих за чрезвычайным происшествием, или толпа слушателей митинга); ключевой особенностью толпы является то, что она способна к активным действиям; в толпе могут выделяться временные лидеры, присутствуют элементы группового принятия решений;

– *масса* – люди, разделяющие общие интересы, при этом они не обязательно должны находиться в одном месте, а могут быть рассредоточены (например, аудитория некоторой телепередачи);

– *публика* – группа людей, собравшихся для совместного времяпрепровождения в связи с некоторым зрелищем, например, зрители в театре; при определенных условиях (пожар в театре) публика может превратиться в толпу.

В стихийных больших группах, особенно в толпе, наблюдается ряд социально-психологических феноменов, отличающих этот тип групп от всех других. Так, для входящих в толпу людей характерна *деиндивидуализация* (своеобразное чувство «растворения в толпе», утрата собственного «я») и связанное с ней *размывание ответственности* («я – как все, я не виноват»), иллюзия личной безнаказанности (кажется, что в толпе невозможно установить, кто именно и что сделал). Для толпы характерна *интенсификация эмоциональных состояний*, как позитивных (вплоть до эйфории), так и негативных (ярость, ужас); эмоциональные состояния транслируются в толпе и передаются даже тем людям, которые изначально их не переживали (так называемое *эмоциональное заражение*). Для толпы характерно действие и таких механизмов социального влияния, как *внушение* и *подражание*.

Устойчивые большие группы, в отличие от стихийных, существуют долго (нередко веками), имеют развитую структуру социальных отношений, групповые нормы в них могут принимать вид нравов, обычаев, традиций; часто существуют и писанные нормы (законы, уставы, правила). К устойчивым большим группам относятся народы, классы, крупные организации и т. п. Изучением таких групп занимается преимущественно социология.

Малые группы, как уже было сказано, отличаются в первую очередь тем, что в них все члены группы знакомы друг с другом и между ними существуют межличностные, а не только общественные, отношения. Примерами малых групп могут служить спортивная команда, производственная

бригада, академическая студенческая группа, дружеская компания, семья. Именно малыми группами, их структурой и динамикой в первую очередь интересуется социальная психология.

Структура группы – это в первую очередь структура межличностных отношений членов группы, которая определяет положение в группе, статус каждого из них. Кроме того, каждая группа имеет особую структуру власти (*иерархию*). Психология *лидерства* (необходимые для него личностные качества, динамика выдвижения лидера, различные стили лидерства) составляют одну из популярнейших тем социально-психологических исследований. Наконец, важным компонентом структуры группы является структура коммуникаций между ее членами.

Наиболее значимым психологическим показателем качества малой группы является *групповая сплоченность*, которая характеризует степень интеграции группы. Групповая сплоченность связана с привлекательностью группы для ее членов, их взаимной симпатией, удовлетворенностью членством в группе. Различают уровни развития сплоченности группы: от формирования позитивных эмоциональных отношений через принятие общих ценностей к разделению общей цели групповой деятельности. Последнего уровня достигают далеко не все группы, однако именно они являются наиболее эффективными субъектами общественного труда (подобные группы называют коллективами).

7.3 Групповые нормы и социальные роли

Основой существования любой группы являются *групповые нормы* – правила функционирования группы, на которые должны ориентироваться все ее участники. Групповые нормы задают правила поведения, цели, условия и способы выполнения различных действий, служат критерием оценки поведения каждого члена группы. По содержанию групповые нормы обычно связаны с *групповыми ценностями* – принятыми

ем или отвержением данной группой различных социально значимых явлений. От выполнения групповых норм и принятия групповых ценностей зависит возможность членства в группе для данного человека, его статус в ней. Каждая группа отслеживает выполнение норм своими членами и в определенных случаях применяет *санкции* – особый тип норм, который регламентирует поощрение или наказание членов группы за определенное поведение.

В различных группах нормы могут быть *явными* (они осознаются членами группы и сообщаются новичкам) и *неявными* (не сообщаются и даже, возможно, не осознаются, но тем не менее применяются), *писанными* и *неписанными*. Примером явных писанных норм может служить законодательство. Так, уголовный кодекс содержит описание нежелательных для членов группы (граждан государства) действий и санкций, которые следуют за такими действиями в случае их совершения. За другие действия законодательством могут быть предусмотрены поощрительные санкции – награждение медалью, премия, присвоение почетного звания. Нормы морали и этикета (уважение к старшим, вежливость), напротив, в основном являются неписанными. Но и за нарушение неписанных норм могут последовать санкции. Например, в дружеской компании нормой может быть говорить друзьям правду (не лгать), делиться с друзьями; за нарушение таких норм один из друзей может лишиться своего статуса в группе (его перестанут уважать) или вовсе быть из нее исключен.

Групповые нормы могут быть освоены индивидом на различных уровнях. Минимальным из них является полное незнание норм; однако нередки и случаи, когда норма известна субъекту, но не выполняется им (например, в случае преступника). Далее, норма может быть известна и внешне выполняться, но без внутреннего *принятия* (частый случай – человек выполняет правила, чтобы избежать наказания за их нарушение). Наконец, полностью освоенная норма может стать внутренней нормой самого человека и исполняется уже «по убеждению», а не вследствие принуждения; такой про-

цесс присвоения групповых норм (и ценностей) называется *интернализацией*.

При вхождении в новую группу человек всегда должен освоить нормы этой группы, но этот процесс порой сталкивается с затруднениями. Типичные психологические причины невыполнения групповых норм следующие:

- негативное отношение к создателю нормы (могут не соблюдаться правила, которые установил неприятный для членов коллектива руководитель);
- негативное отношение к субъекту, к которому должна применяться норма (часто люди невежливы с теми, кто им не нравится);
- противоречия в понимании нормы (естественно, затруднительно выполнять правила, когда не ясно, в чем они состоят);
- двойная мораль, лицемерие в поведении людей, провозглашающих нормы (тем самым они демонстрируют, что эти нормы необязательны к исполнению);
- противоречия личных и групповых интересов (то есть когда выполнение нормы нарушает личные интересы).

Поведение, не согласующееся с групповыми нормами, называется *девиантным* (отклоняющимся). Выделяют различные его виды:

- *деструктивное* (разрушительное) *поведение* – поведение, отклоняющееся от медицинских или психологических норм, несет угрозу физическому и психологическому здоровью человека, межличностным отношениям, приводит к социальной дезадаптации (конформистское, нарциссическое, фанатическое, аутистическое, суицидальное поведение);
- *асоциальное поведение* – совершение действий, противоречащих этике и морали, игнорирование интересов других людей (пьянство, наркомания и токсикомания, проституция, бродяжничество, хулиганство);
- *противоправное поведение* – нарушение норм права, то есть совершение преступлений, в том числе насильственных.

Обычно люди усваивают нормы и ценности тех групп, в которые входят (они называются *группами членства*). Однако бывает и так, что человек ориентируется на нормы и ценности группы, членом которой не является (такие группы называются *референтными*). Подросток, будучи членом таких групп, как семья и школьный класс, может при этом в качестве образца для подражания выбрать группы топ-менеджеров, спортсменов, или – асоциальную молодежную группировку. Ни к одной из этих групп он, естественно, в реальности (пока) не принадлежит, однако хочет принадлежать, поэтому усваивает ее ценности и воспроизводит характерные модели поведения, а воображаемая оценка со стороны представителей подобных групп может быть для него более значимой, чем оценка родителей и учителей. Подобная ситуация, естественно, часто является причиной конфликтов.

Еще одной важной характеристикой каждой группы является присущий ей набор (точнее, система) социальных ролей. *Социальная роль* – это совокупность требований к поведению, общению и способу осмысления мира, которую группа предъявляет человеку, занимающему определенную социальную позицию, то есть определенное место в структуре отношений группы. Таким образом, каждая роль предполагает, во-первых, определенную модель поведения, которой должен следовать исполняющий ее человек, и, во-вторых, систему ожиданий к этому поведению со стороны других членов группы. Возможны случаи, когда представления о содержании той или иной роли (соответствующем ей поведении) у разных членов группы различаются. Так, несоответствие ролевых ожиданий и требований супругов (то есть различие их представлений о том, что должен делать муж, а что – жена) является одной из основных причин развала брака. Ролевые ожидания также оказывают значительное влияние на процессы общения, восприятие людьми друг друга и социальное взаимодействие. Так, люди в форме (полицейские, пожарные, врачи) воспринимаются как более авторитетные, их распоряжениям и просьбам (не имеющим прямого отношения к

служебным обязанностям) окружающие склонны подчиняться гораздо больше, чем аналогичным распоряжениям других лиц (этим активно пользуются мошенники).

Принятие человеком роли, так же, как и принятие групповых норм, может быть разных уровней: как внешним, *формальным*, так и *внутренним*. Принятая роль порой оказывает серьезное и долговременное влияние не только на поведение, но и на характер человека. Широко известно, например, как сильно (и обычно в худшую сторону) может измениться человек, обретший власть над другими. Влияние принятия социальных ролей на поведение людей было показано в ряде психологических исследований, наиболее известное из которых провел Ф. Зимбардо. В его эксперименте студенты-добровольцы были случайно разделены на две группы – «охранников» и «заключенных». Они получили соответствующую униформу и должны были разыгрывать свои роли в течение двух недель в специально для этого оборудованном помещении «тюрьмы». Однако испытуемые настолько увлеклись своими ролями, что эксперимент пришлось прервать уже через неделю: «охранники» начали унижать «заключенных», возникла угроза здоровью людей.

В другом исследовании (М. Занна и С. Пэк) студенткам было предложено составить брачные объявления, причем одна группа девушек (отобранная, конечно, случайно) составляла объявления, адресованные мужчинам, ценившим домашний уют, а другая группа – мужчинам, больше уважавшим самостоятельных и успешных женщин. После того, как объявления были составлены и отосланы, обоим группам студенток был предложен тест на решение задач, в котором результаты «домохозяек» оказались на 20 % ниже, чем «карьеристок».

7.4 Социальное влияние

Люди в обществе, и особенно в малых группах, оказывают влияние друг на друга, воздействуют на сознание и пове-

дение других людей. *Социальное влияние* очень разнообразно по своим механизмам и результатам. Оно может быть целенаправленным и явным, как просьба «Закрой, пожалуйста, окно» или словесное *убеждение* кого-либо с помощью логических аргументов; может быть и неявным, незаметным для того, на кого оказывается (таковы различные виды *манипуляции*); существуют и нецеленаправленные формы социального влияния: так, взрослые влияют на поведение детей, демонстрируя (обычно невольно) различные образцы поведения, которым дети затем *подражают*.

Уже простое присутствие других людей приводит к изменению скорости и качества деятельности; этот феномен называется *социальной фасилитацией* (облегчением) или *социальной ингибцией* (подавлением) в зависимости от того, к улучшению или к ухудшению результативности решения задачи приводит появление посторонних. Проявление того или другого феномена, как показали исследования, зависит от сложности для субъекта решаемых задач: если задача легкая и человек уверен, что легко с ней справится, наблюдается социальная фасилитация (он работает быстрее и качественнее в присутствии посторонних); в противном случае, когда задача сложная – социальная ингибция.

Хорошо исследованы феномены *группового давления* – влияния группы (большинства) на меньшинство (в том числе отдельного человека). Одним из проявлений группового давления является *конформизм* – изменение мнений и поведения меньшинства в соответствии с мнением и поведением большинства. Этот феномен продемонстрирован в знаменитом эксперименте С. Аша. Испытуемые приглашались якобы для исследования зрительного восприятия и должны были решить задачу: выбрать из трех заметно различающихся по длине линий ту, которая была равна эталону. Когда люди решали эту задачу в одиночку, все легко с ней справлялись (давали правильный ответ). Однако настоящий эксперимент проводился в группе из семи человек, при этом настоящим испытуемым был только один из них, а все остальные – «под-

ставные» (помощники экспериментатора). Во время эксперимента испытуемые отвечали на вопрос задачи по очереди, причем помощники экспериментатора один за другим давали неверный ответ – утверждали, что эталонная линия равна отрезку, который был заметно короче нее. Затем наступала очередь отвечать настоящего испытуемого; и в этой ситуации 37 % человек давали на вопрос такой же неверный ответ, как и большинство.

Причины и механизмы конформизма могут быть различны. Так, выделяют *нормативный конформизм*, который связан с желанием «быть как все», сохранять сплоченность группы и свой статус в ней. Нормативный конформизм не обязательно приводит к истинной перемене своего мнения, человек может просто внешне следовать правилам группы. Однако существует и *истинный конформизм*, когда меньшинство действительно принимает мнение большинства, с которым изначально не было согласно. Существуют и противоположные конформизму явления влияния меньшинства на большинство; оно возможно в случаях, когда меньшинство демонстрирует постоянство и четкость своей позиции.

Распространяется ли социальное влияние на случаи, когда от человека требуются действия, противоречащие его убеждениям, ценностям, привычкам? История знает немало печальных примеров, когда самые обычные, казалось бы, граждане совершали по указанию лидера различные зверства. С. Милграм провел знаменитые исследования *подчинения*. В его экспериментах испытуемые исполняли роль «учителя», который должен был наказывать ударами электрического тока другого испытуемого – «ученика», если тот ошибался при выполнении задания. Испытуемые могли выбирать интенсивность воздействия в пределах от 15 до 450 В. При повторных ошибках «ученика» экспериментатор требовал от испытуемого увеличивать наказание, и, хотя к концу эксперимента «ученик» кричал от боли, умолял о пощаде и даже терял сознание, 63 % участников эксперимента в этой ситуации продолжали выполнять требования эксперимента.

тора и дошли до крайней отметки в 450 В (удар, смертельный для человека), хотя, конечно, в любой момент могли отказаться, как это и сделали оставшиеся 37 %. (На самом деле «ученик» не получал никаких ударов тока, это был актер, помощник экспериментатора.) При определенных условиях показатель подчинения мог быть еще выше (более 90 %). Так, он возрастал, если «ученик» находился на расстоянии от «учителя», если «учитель» был в одежде, скрывающей его внешность, если приказы отдавало более авторитетное лицо (представитель власти), если «учитель» ничего не знал о личности «ученика».

Принятие группой каких-либо решений, выработка группового мнения также связаны с рядом интересных феноменов. Так, исследования (С. Московичи и др.) показали, что групповые решения и мнения склонны сдвигаться к крайним позициям, а групповая дискуссия усиливает первоначальное мнение участников («*групповая поляризация*»). Вопреки распространенному мнению о том, что «две головы лучше», групповые решения нередко оказываются неэффективными и ошибочными из-за желаний членов группы сохранить сплоченность и избежать разногласий, диффузии ответственности, наличия авторитарного лидера (так называемое «огруппление мышления»).

7.5 Социальная перцепция

При общении люди не только передают какую-то информацию и воздействуют друг на друга; они также воспринимают друг друга, учитывают свойства тех, с кем общаются, строят их образы. Процесс восприятия одного человека другим называется *социальной перцепцией*. В исследованиях были выявлены некоторые его механизмы, которые в целом имеют адаптивный характер (облегчают, упрощают познание малознакомых людей), но порой приводят к иллюзиям и ошибкам. В целом они обычно называются *эффектами социальной перцепции*.

Эффект ореола заключается в том, что некоторые, психологически особенно важные признаки воспринимаемого человека выделяются и влияют на восприятие остальных его качеств (создают как-бы «ореол», окружающий его). Среди признаков, особенно часто создающих «ореол», можно упомянуть *превосходство* (которое часто определяется по особенностям одежды, манеры поведения), *привлекательность*, *отношение к нам*. Так, при прочих равных условиях человек, который нам нравится, или который хорошо к нам расположен, будет казаться умнее, красивее, дружелюбнее (и так далее) других.

Проецированием называется приписывание другому человеку своих собственных качеств и эмоциональных состояний. Действие этого механизма приводит к тому, что счастливый человек и всех окружающих видит довольными, а жадному кажется, что его окружают только жадные люди.

При формировании образа незнакомого человека огромную роль играет *эффект первичности*: первая информация, полученная о новом человеке, запоминается прочно и надолго, создает мощный ореол. Человек, который при первой встрече нагрубил вам, продемонстрировал некомпетентность или неожиданно помог, будет в дальнейшем устойчиво восприниматься как грубиян, невежа или альтруист, что бы он ни делал и каковы бы ни были на самом деле характерные для него черты.

Важная роль в формировании образа другого принадлежит *социальным стереотипам* – представлениям о признаках, свойственных представителям некоторой группы. В обществе вырабатываются и транслируются социальные стереотипы практически для любых устойчивых групп: половых (мужчины – напористы, агрессивны; женщины – чувствительны, мягкосердечны), этнических и национальных (англичане – хладнокровны, педантичны; итальянцы – горячи, общительны), профессиональных (водопроводчики – малокультурны, любят выпить). Социальные стереотипы обобщают опыт взаимодействия группы, которая их вырабатыва-

ет, с другими; в целом они выполняют полезные функции, упрощая процесс социального познания и способствуя интеграции группы, формированию групповой идентичности. Однако нередко они вредят общению, в особенности если в стереотипе закреплены негативные качества (такие стереотипы называются *предубеждениями*): новый человек, воспринимаясь через призму стереотипа, может казаться враждебным, агрессивным, лживым, глупым и т. д., даже если не обладает никакими из этих качеств.

Помимо качеств других людей, социальное познание распространяется и на различные социальные события. Как правило, наблюдая действия других или совершая действия сами, люди так или иначе объясняют их причины и результаты; этот процесс называется термином *каузальная атрибуция* (т. е. приписывание причин). Как показали исследования, на объяснение различных поступков людей оказывают влияние такие факторы, как степень вовлеченности субъекта в само действие (был он участником или только наблюдателем), типичность и уникальность поступка, его желательность и нежелательность. Было показано, что при восприятии и оценке различных явлений социальной реальности люди часто исходят из ряда неосознаваемых допущений:

- наблюдаемые поступки людей соответствуют их личным качествам (если человек делает доброе дело – значит, он добрый, и наоборот);
- случайные события воспринимаются как закономерные, если соответствуют нашим ожиданиям или убеждениям (на этом допущении основаны многие ошибки мышления, в частности, вера в гороскопы);
- хорошие поступки приводят к наградам, а плохие – к наказаниям (поэтому, например, жертвы преступлений до известной степени сами виноваты в том, что с ними случилось, а если вести себя правильно – ничего дурного не может произойти);
- переоценка своих достоинств (в большинстве случаев людям кажется, что они выше среднего: большинство води-

телей считает, что они осторожнее, чем большинство водителей, большинство работников – что они работают более старательно, чем другие, и т. д.).

Действие этих факторов приводит к возникновению *фундаментальной ошибки атрибуции*. Состоит она в том, что негативное событие (неуспешное действие) другого люди объясняют скорее его личными особенностями, а собственную неудачу – сложившимися обстоятельствами; в случае же позитивного события (успешного действия) – в точности наоборот: успех другого объясняется обстоятельствами, а собственный – своими достоинствами.

Контрольные вопросы

1. Какова роль общества в жизни человека?
2. Что такое социальная группа, какие виды социальных групп выделяются?
3. Что такое социальные нормы, ценности, роли, зачем они нужны и как влияют на поведение человека?
4. Что такое социальное влияние, каковы его основные формы? Приведите примеры исследований.
5. Что такое социальная перцепция, каковы ее основные особенности?

ТЕМА 8. ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ

8.1 Понятие развития

Хорошо известно, что человек изменяется со временем, и не только в физическом, но и в психологическом отношении: ребенок говорит и ведет себя иначе, чем взрослый. Как происходят эти психологические изменения, что является их движущими силами, причинами, каковы их закономерности? Исследованием этих вопросов занимается раздел психологии, который называется психологией развития.

Любые изменения, происходящие с некоторым объектом в течение времени, могут быть количественными или качественными. Закономерные количественные изменения объекта (некоторых его качеств) называются процессами *роста*. Так, в течение жизни увеличивается длина тела человека, его масса, словарный запас; все это – разные виды роста. В отличие от этого, *развитием* называют процессы качественного изменения объекта: появления у него новых свойств, функций, изменения его структуры. Яркие примеры физиологического развития человека можно найти в эмбриональный период: развитие человеческого организма начинается с единственной клетки, из которой в конечном итоге формируется дифференцированное тело с конечностями, органами чувств, нервной, дыхательной и другими системами. Новые качества и структуры, возникающие в процессах развития, называются *новообразованиями*.

Долгое время считалось, что психическое развитие человека, по сути, представляет собой процессы роста: ребенок – как-бы «маленький взрослый»; конечно, он знает и умеет гораздо меньше взрослого, но по существу ничем от взрослого не отличается. Однако исследования психологии детей, проведенные в XX в., показали, что подобный взгляд является глубоко неверным: ребенок не только знает и умеет меньше взрослого, он принципиально иначе мыслит и управляет своим поведением. На самом деле, в течение жизни человека не-

однократно происходят существенные перестройки его психологии, появляются новые функции и структуры психики; другими словами, происходят именно процессы развития психики и поведения человека. Развитие отдельного организма называется *онтогенез* (от др.-греч. *онтос* – сущее, вещь, *генесис* – возникновение, развитие).

8.2 Социальная детерминация развития человека

Исследования развития поведения животных позволяют заключить, что у него есть два основных источника. Во-первых, каждый вид животных имеет так называемые видотипичные формы поведения (раньше их часто называли инстинктивными). Это формы поведения, которые в основном одинаково проявляются у всех представителей данного вида; например, все птицы некоторого вида одним и тем же способом выют гнезда, питаются одним и тем же типом пищевых объектов, одинаковым способом ухаживают за птенцами, в одно и то же время мигрируют в определенном направлении. Видотипичные формы поведения являются настолько устойчивыми признаками данного вида животных, что в некоторых случаях их используют для уточнения таксономии. Особенностью этих форм поведения является то, что они проявляются у животных независимо от обучения: даже птица, выращенная в неволе в полной изоляции от сородичей, в определенное время продемонстрирует видовое поведение, которое она, конечно, никогда не наблюдала и ни от кого не могла ему научиться. Источником их является видовой опыт, зафиксированный в генотипе животных и передающийся по наследству биологическим путем.

Во-вторых, у животных имеются индивидуальные формы поведения, приобретаемые в ходе научения, в ходе взаимодействия данного животного с окружающей средой. Доля их в поведении животного может быть различной в зависимости от его способностей к научению (а они, в свою очередь, определяются уровнем развития нервной системы). Для примера,

нам хорошо известно, сколь многому могут научиться наши домашние питомцы – собаки и кошки: они запоминают своих хозяев, расположение объектов в квартире, могут научиться открывать двери, выполнять словесные команды и многое другое. Ясно, что в этом случае мы имеем дело не с видовым, а с индивидуальным опытом данного животного.

У человека мы также наблюдаем видотипичные формы поведения: люди передвигаются на двух ногах, с помощью рук используют орудия, общаются с помощью речи, рассуждают, готовят пищу на огне, строят жилища и многое другое. Однако эти формы поведения человек, в отличие от животных, не наследует биологическим путем, они не закреплены в нашем генотипе. Об этом говорят следующие наблюдения:

- Поведение человека очень быстро (и с каждым годом все быстрее) меняется исторически: тысячу лет назад оно было совсем не таким, как сто лет назад, а сегодня – уже не такое, как двадцать лет назад. Меняется человеческий язык, появляются новые формы социальной организации, новые орудия, продукты питания, новые формы трудовой деятельности. Немногим более ста лет назад люди начали водить автомобили и летать на самолетах, в последние десятилетия распространяются информационные технологии, мобильная связь. Темпы исторического развития поведения человека намного превышают возможные темпы биологической эволюции: биологически обусловленные и наследуемые формы поведения животных, конечно, также могут меняться со временем, но на это уходят миллионы лет.

- Практически для любых форм поведения человека существует культурная специфика: не только в разные исторические эпохи, но и в разных обществах, культурах люди ведут себя по-разному: говорят на разных языках, по-разному одеваются, строят жилища, употребляют различные виды пищи и т. д. Такие различия были бы невозможны, если бы эти формы поведения наследовались биологически.

- Видотипичные формы поведения человека не развиваются у детей сами собой. Так, они вообще не возникают у

детей, выросших в изоляции от общества. Зафиксировано несколько случаев, когда дети были потеряны в дикой природе и выкормлены животными (т. н. «дети-маугли»). В отличие от персонажа известной сказки Р. Киплинга, такие дети не могут говорить, не пользуются орудиями, передвигаются на четырех конечностях; в целом их поведение ничем не напоминает человеческое, напротив, они ведут себя, как животные того вида, который их выкормил. Вернувшись в общество, они не могут к нему адаптироваться, не усваивают человеческие формы поведения и мышления и вскоре погибают «в неволе».

Итак, видотипичные формы поведения человека напоминают видотипичное поведение животных тем, что не изобретаются каждым представителем вида самостоятельно, а передаются от поколения к поколению. Однако механизм передачи видового опыта у человека больше напоминает индивидуальное научение животных: видовой опыт человека передается не биологическим, а социальным путем, в процессах *обучения* и *воспитания*, и усваивается каждым индивидом не автоматически, а в ходе специального взаимодействия с другими людьми. Ребенок становится человеком в той мере, в какой он приобретает человеческое поведение и мышление, а это происходит только в процессах воспитания. Поэтому говорят, что развитие человека *социально детерминировано*, т. е. обусловлено, определяется обществом.

Конечно, у человека имеются и индивидуально-специфические формы поведения, приобретаемые благодаря индивидуальному опыту взаимодействия с окружающей средой (впрочем, в норме оно всегда опосредствовано социальным опытом, приобретенным в ходе воспитания). А есть ли у нас поведение, детерминированное биологически, какие-либо врожденные «инстинкты»? Этот вопрос до сих пор дискутируется. Однако можно указать на следующие обстоятельства, делающие наличие у человека врожденных форм поведения маловероятным:

– Биологически обусловленные формы поведения, если бы они существовали, должны были бы проявляться одинаково у всех здоровых представителей вида. Но мы не знаем ни одной формы поведения, которая проявлялась бы одинаково у всех людей. Даже такие популярные примеры, как «материнский инстинкт» или «инстинкт самосохранения», имеют множество исключений (многие матери, как и отцы, бросают своих детей; многие люди жертвуют своей жизнью ради различных социально значимых целей). Любая мать может подтвердить, что, родив ребенка, она вовсе не постигла в этот же момент, как следует правильно ухаживать за ним, кормить и воспитывать; напротив, ей пришлось специально учиться этому у более опытных женщин, различных специалистов, из популярной литературы, а также на собственных ошибках (размышляя об этом, не забудьте учесть, что девочки обычно наблюдают за тем, как ухаживают за детьми, а, следовательно, учатся, с самого раннего возраста).

– У человека, безусловно, имеется набор врожденных физиологических рефлексов (зрачковый рефлекс, кашель, чихание и т.п.). У новорожденного можно наблюдать хватательные рефлексы (ребенок схватывает предметы, прикасающиеся к его ладоням, например, пальцы матери, причем настолько крепко, что его можно даже приподнять) и рефлексы, связанные с походкой (если ребенка поднять и держать в вертикальном положении, слегка наклонив вперед, он начнет делать забавные шагательные движения). Высказывалось мнение, что подобные рефлексы являются врожденной основой для развития более сложных форм поведения человека (манипуляции предметами, ходьбы). Однако исследования детского развития показали, что это не так: большинство рефлексов младенца, в том числе названные, исчезают в течение первых месяцев жизни, задолго до того, как начинают развиваться напоминающие их высшие формы деятельности человека. Более того, исчезновение врожденных рефлексов является необходимым условием дальнейшего нормального развития человеческого поведения, а их сохра-

нение более положенного срока – медицинским диагностическим признаком отклонения в развитии нервной системы.

Полученные данные в целом указывают на то, что поведение человека детерминируется не биологическими, а социальными факторами, оно не врождено, а является результатом прижизненного обучения. Можно сказать, что ключевой биологической, врожденной особенностью человеческого вида является отсутствие у человека врожденных особенностей, кроме необычайно развитой способности к обучению. Человек не предопределен от природы к заданным формам поведения: он способен приобрести любые, стать каким угодно. Как раз это и является предпосылкой столь быстрого исторического прогресса человечества.

8.3 Закономерности психического развития

Существует множество различных теорий психического развития. Мы рассмотрим одну из них; основные понятия этой теории разработал выдающийся советский психолог Л. С. Выготский, а детальное ее развитие принадлежит одному из его учеников, крупнейшему отечественному исследователю детской психологии Д. Б. Эльконину.

С точки зрения этой теории, психическое развитие человека является именно развитием, то есть процессом качественных преобразований функций и структуры психики. Однако такие преобразования происходят, конечно, не постоянно: в жизни человека существуют продолжительные периоды, когда структура психики относительно стабильна. В продолжение таких периодов развитие происходит медленно, постепенно, в основном за счет количественных изменений (роста): человек приобретает новые знания, умения, расширяет словарный запас и т. п. Подобные продолжительные стабильные периоды развития обозначаются термином *возраст*.

Каждый возраст (их выделяют не менее восьми) имеет две важнейшие психологические характеристики. Во-первых,

в каждом возрасте человек живет в рамках определенной и специфической именно для данного возраста системы отношений с окружающим миром и другими людьми, которая называется *социальной ситуацией развития*. Так, для младенческого возраста социальная ситуация развития практически сводится к диаде «мать–ребенок»; отношения ребенка к миру и другим людям опосредствованы матерью, происходят через нее, с ее помощью. А у младшего школьника социальная ситуация развития расширяется, выходит за пределы семьи и товарищей по играм, в нее включаются сверстники (одноклассники) и взрослые (учителя), с которыми ребенок строит новые типы отношений, неизвестные ему прежде.

Во-вторых, для каждого возраста характерна особая *ведущая деятельность* ребенка. Ведущая деятельность не является, конечно, единственным видом деятельности в данном возрасте, не является обычно даже основным по временным затратам, однако она играет ключевую роль для развития, поскольку именно в рамках ведущей деятельности формируются важнейшие психологические новообразования каждого возраста. Для примера, ведущей деятельностью дошкольного возраста является сюжетно-ролевая игра – игра, в которой дети делятся по ролям и моделируют различные ситуации социальной жизни взрослых (игра в «магазин», «больницу», «трамвай» и т. п.). Игра является ведущей деятельностью ребенка потому, что именно в ней он знакомится с существованием социальных ролей и норм, учится соотносить свое поведение с социально заданными правилами («продавец» в магазине не может забрать конфеты и уйти, даже если ему этого очень хочется, напротив, он должен отдать их «покупателю» в обмен на «деньги»). На этой основе у ребенка развивается ключевое новообразование дошкольного возраста – произвольность, способность контролировать свое поведение в соответствии с нормами группы; это новообразование является необходимым условием для перехода ребенка в следующий психологический возраст и начала обучения в школе.

Психическое развитие в каждом возрасте завершается появлением в рамках ведущей деятельности психологических новообразований, которые существенно расширяют круг возможностей человека. Появление новообразований приводит к тому, что прежняя социальная ситуация развития, система отношений с другими людьми становится для человека слишком «тесной», «ломается» и должна быть заменена на новую. Эти преобразования составляют содержание непродолжительных (обычно несколько месяцев), но очень бурных периодов развития, которые получили название *кризисов*. Для примера, взаимодействие младенца с окружающим миром, как уже было сказано, опосредованно матерью. Ребенок не может сам перемещаться в пространстве, доставать интересные ему предметы, находить пищу – все это он делает через мать, с ее помощью. Появление ходьбы как ключевого новообразования младенческого возраста принципиально меняет эту ситуацию: ребенок обретает способность самостоятельно определять, куда и в какое время ему перемещаться, начинает доставать предметы, которые ему не давали, и т. п. Эти новые способности ребенка приводят к тому, что прежняя социальная ситуация развития нарушается (по выражению Л. С. Выготского, ребенок вырос из нее, как из пеленок). Начинается период развития, известный как «кризис одного года» (обычно он наступает примерно в этом возрасте). Ребенок и мать (а также другие члены семьи) должны отказаться от прежней системы взаимоотношений и выстроить новую, предполагающую возможность ребенка свободно перемещаться в пределах жилых помещений семьи. Как только это происходит, кризис заканчивается и начинается следующий период стабильного развития, возраст (в данном случае – раннее детство). Однако перестройка системы отношений – дело нелегкое и далеко не всегда протекает гладко; так, родители могут попытаться сохранить прежний порядок, искусственно ограничивая передвижения ребенка, например, сажая его в манеж. Подобные действия, как минимум, приводят к конфликтам, напряжению и стрессу

для всех членов семьи, а в отдельных случаях могут вызывать дефекты развития ребенка.

В нормальном развитии человека возрасты и кризисы чередуются между собой: в каждом возрасте развитие рано или поздно приводит к появлению новообразований, оно – к кризису; благополучное разрешение кризиса является началом следующего возраста. Многие кризисы протекают достаточно легко и потому мало заметны; другие, как правило, тяжелы и продолжительны (особенно известен в этом отношении кризис подросткового возраста). В любом случае кризисы являются важнейшими и необходимыми периодами развития, миновать их без грубых нарушений развития невозможно. Легкое и благополучное завершение кризиса во многом определяется психологической и педагогической грамотностью родителей, их готовностью к изменениям, в том числе своего собственного поведения и привычек, а также правильными и своевременными воспитательными воздействиями с их стороны.

Психическое развитие человека обладает рядом интересных особенностей:

- Не только содержание, но и периодизация психического развития человека социально детерминирована и меняется исторически. Так, в примитивных (первобытных) обществах вообще нет такого периода развития, как детство: ребенок, научившись ходить, сразу включается в общественное производство (в данном случае собирательство). Школьный возраст существует, так как существуют школы. Время наступления взрослости, совершеннолетия также определяется социально (в современных обществах – законодательно) и связано с минимально необходимым объемом социального опыта, который человек должен усвоить до того, как сможет стать полноценным членом общества; этот объем опыта по мере исторического прогресса человечества увеличивается, и вместе с ним увеличивается возраст совершеннолетия.

- Психическое развитие человека протекает на фоне его физического роста и развития, в частности, развития нерв-

ной системы. Анатомо-физиологическое развитие человека детерминировано биологическими факторами, его последовательность в основном задается программой, фиксированной в генотипе. Подобный тип развития обычно называют *созреванием*. Созревание организма не детерминирует процессы психического развития само по себе (они детерминируются взаимодействием ребенка с окружающим миром, и, в первую очередь, с другими людьми), однако может влиять на них. Достигнутый уровень анатомо-физиологического развития является условием, предпосылкой психического развития; несформированность тех или иных отделов нервной системы приводит к затруднениям или даже невозможности развития определенных психических функций или форм поведения. В некоторых возрастах протекающие процессы созревания нервной системы особенно благоприятствуют обучению определенного типа (сензитивные периоды). Однако существует и обратное влияние обучения на развитие нервной системы: при отсутствии надлежащего обучения в определенном возрасте соответствующие отделы нервной системы не развиваются или развиваются недостаточно.

– В отличие от многих других типов развития, которые можно наблюдать в природе и обществе, психическое развитие ребенка протекает не стихийно, а целенаправленно; его результат в самом начале задан в виде различных форм поведения и мышления, психических функций взрослого человека того общества, в котором живет ребенок. Для примера, развитие речи ребенка управляется тем, какова развитая форма речи окружающих его взрослых, опирается на нее как на идеальный образец.

8.4 Периодизация психического развития человека

Периодизация развития – характеристика его основных периодов, то есть возрастов. Здесь будет описана периодизация психологического развития человека в соответствии с двумя влиятельными теориями: во-первых, с теорией разви-

тия ребенка Д. Б. Эльконина (ее основные понятия были охарактеризованы выше); во-вторых, с теорией развития личности, разработанной известным американским психологом Э. Эриксоном. С точки зрения Эриксона, каждый возраст решает определенную задачу развития, и от того, как именно она будет решена, какой исход будет иметь центральный конфликт возраста, какой выбор сделает человек, – от этого зависит дальнейшее формирование его личности.

Первый период жизни человека, – *пренатальный*, т. е. до рождения, – это период преимущественно физиологического созревания. Нервная система в это время формируется и начинает функционировать, но эмбрион не имеет поведения в собственном смысле слова, не участвует в активном взаимодействии с предметной средой, поэтому этот период редко рассматривается именно как период психического развития.

Собственно психическое развитие человека начинается с момента рождения. Первым его периодом является *кризис новорожденности* – очень тяжелое для ребенка время, когда он должен адаптироваться к полностью изменившемуся окружающему миру. Основные физиологические потребности ребенка перестали удовлетворяться автоматически – теперь он сам должен дышать и есть, чувствует тепло или холод и т. п. Перед ребенком открывается незнакомый ему до этого времени мир, наполненный светом, звуками и запахами. Наконец, он впервые в жизни сталкивается с другими людьми.

Психологическим признаком окончания кризиса новорожденности принято считать появление у ребенка (в возрасте около 1 месяца) *комплекса оживления* – особого типа поведения, когда в ответ на появление интересного объекта (например, взрослого) ребенок замирает, улыбается, затем оживляется (двигает головой, руками и ногами) и вокализует (издает звуки). К этому времени необходимый уровень адаптации к новому образу жизни достигнут, и начинается первый стабильный период развития ребенка – *младенческий возраст* (до 1 года).

Ведущей деятельностью младенческого возраста Д. Б. Эльконин считал *эмоциональное общение ребенка с матерью* (или с другим взрослым, который заботится о ребенке). В ходе этой деятельности у ребенка формируется потребность в общении; ребенок начинает открывать для себя социальную реальность, учится взаимодействовать с другими людьми, оказывать влияние на их поведение. В младенчестве происходит интенсивное сенсомоторное развитие (развитие восприятия и движений): ребенок учится смотреть и слушать, брать в руки предметы, садиться, ползать, вставать на ноги. В развитии личности младенца Э. Эриксон считал ключевым выбор между базовым *доверием* и *недоверием* к окружающему миру; этот выбор зависит от степени и качества заботы окружающих о ребенке.

К концу возраста (около 1 года) формируются такие ключевые новообразования, как понимание речи и ходьба. Возросшая самостоятельность ребенка приводит к развитию *кризиса первого года жизни*, по завершении которого начинается следующий возраст.

Второй возраст человека – *раннее детство* (1–3 года). Ведущей деятельностью ребенка этого возраста является *манипулятивная игра с предметами*: ребенок берет предметы в руки, открывает, закрывает, разрывает, складывает, разбирает, действует одним предметом на другой. В ходе этой деятельности ребенок знакомится с физическими свойствами окружающего мира, со способами употребления бытовых предметов (посуды, одежды), под руководством взрослого овладевает простейшими навыками самообслуживания. По мере накопления опыта манипуляций с предметами формируется наглядно-образное мышление ребенка; появляется и интенсивно развивается речь. В развитии личности, по Э. Эриксону, происходит выбор между *автономией* (самостоятельностью) и *нерешительностью* (последняя развивается, если воспитатели стремятся все сделать за ребенка, торопят его, стыдят за его оплошности).

К трем годам ребенок начинает осознавать и оценивать себя, у него формируется образ «я», а в речи появляется соответствующее личное местоимение; другими словами, начинают развиваться ядерные структуры личности. Вкупе с возросшей самостоятельностью и умелостью ребенка это приводит к развитию *кризиса трех лет*, известного также под названием «кризис “я сам”». Ребенок проявляет упрямство и своеволие, стремится все сделать «сам», отстаивает свою независимость. Предоставление ребенку большей самостоятельности позволяет постепенно разрешить кризис и перейти к новому возрасту.

Третий возраст – *дошкольное детство* (3–7 лет). Ведущей деятельностью ребенка этого возраста является *сюжетно-ролевая игра* со сверстниками – игра, в которой дети исполняют определенные роли, совместно участвуя в разыгрывании какой-либо вымышленной ситуации. Примеры таких игр – «магазин», «больница», «дочки-матери (семья)», «троллейбус». В таких играх дети моделируют ситуации из социальной жизни взрослых и осваивают социальные нормы и роли, формы социального взаимодействия людей. Сюжетно-ролевая игра в дошкольном возрасте крайне важна для психического развития ребенка, поскольку в рамках этой деятельности формируется ключевое новообразование – *произвольность*, способность подчинять свое поведение правилам; поэтому современную тенденцию заменять игры дошкольников на псевдоучебные занятия следует считать негативным явлением.

В дошкольном детстве интенсивно расширяется кругозор ребенка, его память, воображение, формируются различные виды творчества и символической деятельности (рисование и т. п.). В этом возрасте появляются и начинают развиваться отношения ребенка со сверстниками (а не только со взрослыми, как раньше). Развивается самооценка ребенка, начинают формироваться черты характера, а также совесть. Э. Эриксон полагает, что в развитии личности дошкольника происходит выбор между *инициативностью* и *чувством ви-*

ны (которое возникает, если инициатива ребенка систематически подавляется взрослыми).

Кризис семи лет, которым заканчивается дошкольное детство, связан с адаптацией ребенка к школе.

Младший школьный возраст (7–11 лет) связан с переходом ребенка к обучению в школе и формированием новой системы его отношений с обществом: меняется социальная роль ребенка (он теперь школьник, занимается общественно значимым делом), он должен подчиняться новым, школьным нормам и правилам, устанавливать отношения с первоначально чужими ему людьми (учителями, одноклассниками). Ведущей деятельностью младшего школьника является, конечно, *учебная деятельность*, в ходе которой он осваивает предметные знания и умения, овладевает навыками самоорганизации. В младшем школьном возрасте у ребенка формируется вербально-логическое мышление, способность рассуждать, решать задачи с помощью символов. По Э. Эриксону, при успешном развитии в этом возрасте формируется такая черта личности, как *умелость*, уверенность в своих силах, способность к техническому творчеству, в противном случае – *чувство неполноценности*.

Ключевым новообразованием младшего школьного возраста является *рефлексия* – способность к самопознанию, первоначально в сфере учения (ребенок начинает отличать, что он действительно знает, хорошо выучил, а что – нет), а затем – в сфере своих личностных качеств. Развитие личностной рефлексии, совместно с протекающим в это время физиологическим половым созреванием, приводят к развитию наиболее известного кризиса в развитии человека – *кризиса подросткового возраста*. Этот кризис (в том числе из-за его большой продолжительности) зачастую не отличают от собственно *подросткового возраста* (11–18 лет).

В подростковом возрасте длительный процесс развития человека завершается формированием личности, имеющей структуру личности взрослого. Ведущую роль здесь играет появление на базе рефлексии *самосознания*, благодаря чему

подросток перерабатывает и переоценивает весь накопленный жизненный опыт: свои знания и умения, свои индивидуальные особенности (как физические, так и психологические), свои отношения с близкими людьми, социальные роли, интересы и ценности. Э. Эриксон полагает, что, успешно обобщив жизненный опыт, приведя его в систему (при этом многое может быть отброшено как лишнее и ненужное, а менее важное – стать более важным), подросток формирует *личностную идентичность* – осознание того, кто он есть, где находится и куда идет. Противоположное состояние – отсутствие устойчивого понимания, кто я, – называется *путаницей ролей*.

Ведущей деятельностью в младшем подростковом возрасте (11–15 лет) является *интимно-личностное общение* со сверстниками, в ходе которого формируются межличностные отношения подростка (дружеские и романтические); в старшем подростковом возрасте (часто его называют юношеским, 15–18 лет) ведущей становится *учебно-профессиональная деятельность*, в ходе которой складываются ценностные ориентации, мировоззрение и жизненные планы человека. Важными сторонами психического развития подростка являются также формирование интересов (познавательных и других) и сексуальности.

Подростковый возраст – последний из детских возрастов. На дальнейшее развитие человека теория Д. Б. Эльконина не распространяется, однако Э. Эриксон описывает еще три стадии жизненного цикла человека.

Молодость (19–35 лет) – это период профессионального обучения и начала профессиональной деятельности, а в личной жизни – создания собственной семьи, появления детей. В развитии личности человека в это время происходит выбор между *близостью* и *одинокостью*. Под близостью понимается не столько физическая близость, сколько способность заботиться о другом, доверять, делиться всем важным для себя, открыться и преодолеть страх утраты своих границ. Близкие отношения могут формироваться как в сексуальной сфере,

так и вне ее (дружба). Успешное формирование близких отношений приводит к возникновению любви; неблагоприятный исход развития – одиночество, отказ от близости.

Зрелость (35–65 лет) – период профессиональной деятельности, самореализации человека, наибольшего развития его творческих способностей. Выбор этого возраста, – между *общечеловечностью* (производительностью) и *самопоглощенностью* (застоем), – определяется способностью человека интересоваться судьбами людей за пределами своего семейного круга, условиями жизни следующих поколений, будущим устройством общества.

Старость (от 65 лет) – период, когда профессиональная деятельность постепенно завершается, и интересы человека сосредотачиваются на общении со своей семьей, воспитании внуков, передачи подрастающим поколениям накопленного жизненного опыта. Человек обращается к своему прошлому, переоценивает его. Иногда при этом прожитая жизнь представляется рядом промахов и упущенных возможностей – но начинать все сначала уже поздно. В таком случае человек приходит к *безнадежности*. Если же пройденный путь представляется продуктивным и осмысленным, прожитая жизнь интегрируется, возникает ощущение ее *цельности* и складывается итоговая характеристика личности – *мудрость*.

Контрольные вопросы

1. Что такое рост и развитие, чем они отличаются?
2. Что такое социальная детерминация развития человека? В чем она состоит?
3. Каковы основные закономерности психического развития человека?
4. Каковы основные периоды психического развития человека?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Психология – обширная и интенсивно развивающаяся область знаний. За пределами этого учебного пособия осталось множество научных проблем и загадок, удивительных открытий и занимательных фактов, полезных знаний и практических рекомендаций. Буквально по каждому вопросу, который затрагивался в этой книге, существует обширная научная литература. Читателям, желающим продолжить изучение психологии, автор рекомендует обратиться в первую очередь к учебникам, написанным В. В. Нурковой и Н. Б. Березанской (*Психология*, второе издание вышло в 2012 г.) и Е. Е. Соколовой (*Введение в психологию*, первый том семитомного курса общей психологии под редакцией Б. С. Братуся, вышел в 2005 г.). Представительная хрестоматия по общей психологии составлена Ю. Б. Дормашевым, С. А. Капустиным и В. В. Петуховым (*Общая психология. Тексты в трех томах*). На русском языке издан ряд современных зарубежных учебников по психологии, из которых особенно можно рекомендовать *Введение в психологию*, написанное коллективом авторов под руководством Р. С. Аткинсона, *Психологию и жизнь* Ф. Зимбардо и Р. Геррига, *Психологию* Д. Майерса. Занимательные факты и известные исследования собраны в книге П. Клеймана *Психология: люди, концепции, эксперименты*.

Кроме того, автор рекомендует всем интересующимся психологией ознакомиться с выдающимися классическими учебниками, которые, хотя и не отвечают по содержанию современному состоянию науки, продолжают привлекать, завораживать читателя, побуждать к собственным размышлениям: *Психология* У. Джемса (впервые издана еще в 1892 г.) и *Основы общей психологии* С. Л. Рубинштейна (первое издание вышло в 1940 г.).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Введение в психологию = Hilgards Introduction to Psychology [Текст] : учеб. для студентов университетов / Р. Л. Аткинсон, Р. С. Аткинсон, Э. Е. Смит, Д. Дж. Бем, С. Нолен-Хоэксема. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2007. – 816 с.

2. Джемс, У. Психология = Psychology: Briefer Course [Текст] / Уильям Джемс. – М. : Педагогика, 1991. – 368 с.

3. Герриг, Р. Психология и жизнь = Psychology and Life [Текст] / Р. Герриг, Ф. Зимбардо. – 16-е изд. – СПб. : Питер, 2004. – 956 с.

4. Клейман, П. Психология: люди, концепции, эксперименты = Psych 101: Psychology Facts, Basics, Statistics, Tests, and More! [Текст] / П. Клейман. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2016. – 272 с.

5. Майерс, Д. Психология = Psychology [Текст] / Д. Майерс. – 3-е изд. – Мн. : Попурри, 2008. – 848 с.

6. Нуркова, В. В. Психология [Текст] : учеб. для бакалавров / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Юрайт, 2012. – 575 с.

7. Общая психология. Тексты [Текст] : в 3 т. / ред.-сост. Ю. Б. Дормашев, С. А. Капустин, В. В. Петухов. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Когито-Центр, 2013. – 640, 728, 688, 608, 664, 584, 704, 592, 616, 640 с.

8. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2015. – 718 с.

9. Соколова, Е. Е. Общая психология: в 7 т. Т. 1. Введение в психологию [Текст] : учеб. для студентов вузов / Е. Е. Соколова; под общ. ред. Б. С. Братуся. – М. : Академия, 2005. – 352 с.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	3
Тема 1. Психология как наука	4
1.1 Специфика психологической науки	5
1.2 Что изучает психология.....	6
1.3 Задачи и отрасли психологии.....	9
1.4 Основные методы психологии	11
Тема 2. Основные направления современной психологии	14
2.1 Психология как философское учение о душе	14
2.2 Классическая психология сознания	15
2.3 Бихевиоризм	16
2.4 Психоанализ	19
2.5 Гуманистическая психология	21
2.6 Когнитивная психология.....	22
2.7 Культурно-историческая психология	23
Тема 3. Естественнаучные основы психологии	25
3.1 Строение и функции нервной системы.....	25
3.2 Управление движениями.....	29
Тема 4. Психология познания.....	33
4.1 Ощущение	33
4.2 Восприятие.....	38
4.3 Внимание	45
4.4 Память	50
4.5 Мышление	55

Тема 5. Психология мотивации и эмоций	59
5.1 Мотивация	59
5.2 Эмоции	63
5.3 Воля	65
Тема 6. Психология личности	67
6.1 Личность и индивидуальные различия	67
6.2 Гендерные различия	69
6.3 Конституция и психология	70
6.4 Темперамент	74
6.5 Характер	77
6.6 Способности	80
6.7 Ядерные структуры личности	82
Тема 7. Социальная психология	85
7.1 Человек и общество	85
7.2 Социальные группы	87
7.3 Групповые нормы и социальные роли	90
7.4 Социальное влияние	94
7.5 Социальная перцепция	97
Тема 8. Психология развития	101
8.1 Понятие развития	101
8.2 Социальная детерминация развития человека	102
8.3 Закономерности психического развития	106
8.4 Периодизация психического развития человека	110
Заключение	117
Список литературы	118

У ч е б н о е и з д а н и е

Сенющенко Станислав Петрович

**ПСИХОЛОГИЯ.
ВВОДНЫЙ КУРС**

Учебное пособие

В авторской редакции

Дизайн обложки – Н. П. Лиханская

Подписано в печать 23.03.2017. Формат 60 × 84 ¹/₁₆.

Усл. печ. л. – 7,0. Уч.-изд. л. – 5,4.

Тираж 85 экз. Заказ № 190.

Типография Кубанского государственного
аграрного университета.

350044, г. Краснодар, ул. Калинина, 13