

ПСИХОЛОГИЯ

Пособие для студентов БГУ,
обучающихся по специальностям
гуманитарного и естественнонаучного профиля

Под общей редакцией И. А. Фурманова

МИНСК
БГУ
2007

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
-------------------	---

Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ

1.1. Психология как наука	5
1.2. Предмет психологии	6
1.3. Понятие о психике	7
1.4. Психика и деятельность	10
Литература	13

Раздел 2. ЛИЧНОСТЬ КАК СУБЪЕКТ ПОЗНАНИЯ И АКТИВНОГО ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА И СЕБЯ

2.1. Биологическая подструктура личности	15
2.2. Психологическая подструктура личности	18
2.2.1. Ощущение	19
2.2.2. Восприятие	30
2.2.3. Представление	47
2.2.4. Память	49
2.2.5. Мышление	55
2.2.6. Язык и речь	61
2.2.7. Воображение	65
2.2.8. Внимание	67
2.2.9. Эмоции	71
2.3. Социальная подструктура личности	74
2.3.1. Приобретение социальных знаний, навыков и умений	75
2.3.2. Типы поведения личности	80
2.3.3. Экзистенциальная личность	81
2.4. Подструктура направленности личности	87
2.4.1. Потребности	87
2.4.2. Мотивация	95
2.4.3. Интересы	99
2.4.4. Ценностные ориентации	101
2.4.5. Мировоззрение	101
2.4.6. Я-концепция личности	102
2.4.7. Психологические защиты	105

2.5. Свойства личности	106
2.5.1. Темперамент	106
2.5.2. Характер	112
2.5.3. Способности	113
2.6. Психические состояния личности	124
2.6.1. Эмоциональные психические состояния	120
2.6.2. Взаимосвязь эмоциональных состояний и поведения	132
2.6.3. Функциональные психические состояния	142
2.6.4. Регуляция и саморегуляция психических состояний, аутогенная тренировка	146
Литература	148

Раздел 3. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

3.1. Предмет и основные задачи педагогической психологии	151
3.2. Психологические качества учителя	152
3.3. Педагогическое обучение	156
3.4. Психология учебной деятельности и личности школьника	159
3.5. Особенности психического развития ребенка в младшем школьном и подростково-юношеском возрасте	162
3.5.1. Младший школьный возраст (6/7—11/12 лет)	163
3.5.2. Подростковый и юношеский возраст (12/13—19/20 лет)	171
3.6. Нарушения социальной адаптации ребенка в младшем школьном и подростковом возрасте	177
Литература	180

Раздел 4. СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

4.1. Социальная психология как наука	182
4.2. Социальный статус и роль. Социализация личности	182
4.3. Социальная установка. Социальный стереотип. Предубеждение	187
4.4. Общение	193
4.5. Конфликты и способы их разрешения	202
4.6. Социальная психология групп	209
4.7. Эффекты внутригруппового взаимодействия	222
Литература	225

Раздел 5. МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

5.1. Предмет и задачи медицинской психологии	226
5.2. Психологические проблемы и психические заболевания, характерные для юношеского возраста	226
5.3. Основы психологической помощи	237
Литература	257

4. Горе — эмоция, испытывая которую, человек падает духом, чувствует одиночество, жалость к себе, стремится уединиться.

5. Гнев — эмоция, которая вызывает ощущение силы, чувство храбрости и уверенности в себе, является началом выражения неудовольствия и агрессии.

6. Отвращение проявляется в желании избавиться от кого-либо или чего-либо, в сочетании с гневом может стимулировать деструктивное поведение.

7. Презрение развивается как средство подготовки к встрече с опасным, неприятным, ничтожным объектом, базой возникновения является чувство превосходства и пренебрежительное отношение к людям.

8. Страх возникает в ситуациях реальной или воображаемой опасности, сопровождается сильной неуверенностью и дурными предчувствиями, мотивирует реакции избегания.

9. Стыд мотивирует реакции отдаления, желание спрятаться, исчезнуть.

10. Вина возникает при нарушениях моральных и этических стандартов в ситуациях, когда человек чувствует личную ответственность.

По тому влиянию, которое оказывают эмоции на жизненные процессы в организме, на общий тонус психических переживаний личности и на деятельность человека, различают *активные*, или *стенические*, эмоции, которые повышают жизнедеятельность организма, и *пассивные*, или *астенические*, которые угнетают и подавляют все жизненные процессы в организме.

Эмоции отражают значимость для человека различных ситуаций, их оценку, одинаковые раздражители могут вызвать самые разные, непохожие ответные реакции у людей. Именно по выражениям эмоций мы можем судить об особенностях эмоциональной сферы личности.

2.3. СОЦИАЛЬНАЯ ПОДСТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ

К социальной подструктуре относится социальный опыт личности, т. е. ее знания, умения, навыки, привычки. Опыт человек приобретает в процессе социализации.

Социализация — процесс, а также результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта, осуществляемого в общении и деятельности. Она может происходить как в усло-

виях стихийного воздействия на личность различных обстоятельств жизни в обществе, имеющих иногда характер разнонаправленных факторов, так и в условиях воспитания, т. е. целенаправленного формирования личности. Воспитание является ведущим и определяющим началом социализации (социального научения).

2.3.1. ПРИОБРЕТЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ЗНАНИЙ, НАВЫКОВ И УМЕНИЙ

На приобретение личного опыта оказывают влияние два основных фактора.

1. *Наблюдение соотенствующего способа действий.* Теория социального научения — это в первую очередь изучение человеческого поведения, ориентированного на образец. Он в данном случае рассматривается как средство межличностного воздействия, благодаря которому возможно формирование (изменение) отношений личности к способам деятельности человека. Существенное внимание при этом уделяется изучению влияния первичных посредников социализации на обучение тому или иному поведению в детстве.

Обучение в ходе наблюдения основывается на механизмах имитации, копирования, подражания или идентификации реакции образцу. В частности, установлено, что наблюдатель, особенно если он ребенок, проявляет тенденцию совершать те же самые действия, что и лицо, за которым он наблюдает. Однако для этого необходимо, чтобы научение социальному опыту обеспечивалось процессами внимания (ребенок должен обратить внимание на образец), памяти (сохранение информации о действиях образца), моторного обеспечения (двигательные и когнитивные способности к воспроизведению, повторению действий образца) и мотивации (собственные или подкрепленные побуждения к действию).

2. *Социальное подкрепление.* Теория социального научения утверждает, что другим важным элементом освоения социального опыта является характер подкрепления поведения со стороны окружающих.

Под подкреплением обычно понимается любое действие или внешнее воздействие (стимул), призванное усилить определенную реакцию.

Если говорить о социальном подкреплении, следует иметь в виду неосознаваемое подкрепление, словесное и несловесное обраще-

ние, контролируемое другими людьми. Это может быть похвала и выговор, улыбка и насмешка, дружеские и враждебные жесты.

Различают две формы подкрепления: 1) *положительную* — это любой стимул, который, следуя за желательной реакцией, усиливает ее или поддерживает на том же уровне; 2) *отрицательную* — это стимул, устранение которого усиливает желательную реакцию.

Вместе с тем существует и множество других способов подкрепления. К наиболее распространенным относятся поощрение (предъявление приятных стимулов) и наказание (предъявление неприятных стимулов). Таким образом, в практике обучения и воспитания, социализации чаще всего используются четыре разновидности подкрепления:

1) вслед за реакцией следует вызывающее приятные ощущения и переживания подкрепляющее средство. Результатом в этом случае будет положительное поощрение. Например, родитель или педагог постоянно хвалят ребенка за хорошее, примерное поведение;

2) за реакцией следует не вызывающее приятных ощущений и переживаний подкрепляющее средство. Результат — положительное наказание. К примеру, подросток, испытывающий недостаток внимания и любви со стороны родителей, совершает кражу и получает от них сильную трепку. Эта трепка и есть положительное наказание. Подросток, наконец, привлек внимание родителей;

3) вызывающее неприятные ощущения и переживания подкрепляющее средство устраняется после получения желательной реакции. Результат — отрицательное поощрение. Например, учащийся, которого педагог в течение года сильно критиковал за слабую учебу, в последней четверти сообщил свою успеваемость, за что педагог не похвалил его, но и не наказал ничего плохого. В этом случае отказ от критики может рассматриваться ребенком как поощрение.

4) приятный стимул устраняется после той или иной нежелательной реакции ребенка. Результат — отрицательное наказание. Например, когда ребенок, привыкший к похвале за отличные школьные успехи, вдруг не услышал ее после полученной хорошей отметки. Он привык к похвале, а на этот раз ее не было. В итоге отсутствие похвалы воспринимается ребенком как наказание.

Механизмы социализации (научения) той или иной формы поведения разделяются на несколько видов.

Имитация — отражение мимических и пантомимических движений (высовывание языка, открывание/закрывание рта, сжимание кулаков, стучание, бросание предметов и т. д.), воспро-

изведение предречевых и речевых вокализаций (интонации, тембра, громкости, ритма речи и т. д.). Чаще всего осуществляется на основе механизма *заражения*. Появляется уже в возрасте до 5 месяцев, когда ребенок может вообразить себя на месте модели.

Копирование — воспроизведение специфических движений простого или сложных движений, входящих в состав действий с определенными предметами. Для эффективного копирования необходимы наблюдение определенных условий:

- неоднократная демонстрация модели (образца);
- обозначение модели (образца) речевой меткой;
- предоставление ребенку возможности манипулировать (экспериментировать) с образцом;
- эмоционально выразительное одобрение со стороны взрослого за воспроизведение (обратное подкрепление).

Появляется во второй половине младенческого возраста.

Подражание — активное воспроизведение ребенком способов поведения, когда взрослый выступает как объект наблюдения, в процессе примера как в предметной, так и в межличностной сфере (отношения, оценки, эмоциональные состояния и др.). В целом подражание какому-либо примеру, образцу, однако, в большей мере осознанное, так как требует выделения не только образца, но и его отдельных сторон, черт, манеры поведения. Кроме того, имеют место действия, направленные на сравнение себя с моделью и идеалом «Я».

Как у животных, так и у человека подражание, являясь особой формой научения в условиях общения, когда одно существо подражает другому, разделяется на две категории:

• **инстинктивное подражание** как взаимная стимуляция (например, паника, агрессивное поведение в группе, погромы футбольных фанатов на стадионах и др.);

• **имитационное подражание** как способ расширения и обогащения форм поведения (адаптации) путем заимствования чужого опыта, появляется у ребенка в раннем возрасте.

Идентификация — уподобление, отождествление с кем-либо или чем-либо. В наиболее общем представлении это психологический процесс (полностью бессознательный), посредством которого субъект присваивает себе свойства, качества, атрибуты другого человека и преобразует себя (целиком или частично) по его образцу.

Идентификация охватывает три пересекающиеся области психической реальности:

• процессы **объединения** субъектом себя с другим индивидом или группой на основании устойчивой эмоциональной связи, ког-

да человек начинает себя вести так, как если бы он сам был тем другим, с которым данная связь существует, а также процессы не критического и целостного включения в свой внутренний мир и принятия как собственных норм ценностей и образцов поведения другого человека;

- **восприятие** субъектом другого человека как продолжения самого себя и **проекция**, т. е. наделение его своими чертами, чувствами и желаниями;

- **постановка** субъектом себя на место другого, что выступает в **погружении** и **перенесении** индивидом себя в пространство и время другого человека, которые позволяют осваивать и усваивать «чужие» личностные смыслы и опыт.

Идентификация появляется в раннем дошкольном возрасте, однако используется достаточно часто и в более поздние возрастные периоды.

С нашей точки зрения существенно то, что все перечисленные механизмы научения не утрачивают своей «активности» на протяжении всей жизни человека. Нахождение человека в обществе, среди других людей накладывает существенный отпечаток на особенности проявлений его социальной активности, которая регулируется такими социально-психологическими механизмами, как социальная фасилитация и социальный контроль.

Социальная фасилитация — повышение скорости или продуктивности деятельности индивида вследствие актуализации в его сознании образа другого человека (или группы людей), выступающего в качестве соперника или наблюдателя за действиями данного индивида.

Результаты деятельности могут зависеть от следующих факторов:

- степени усвоения соответствующих навыков;
- характера выполняемых человеком задач (повышается результативность выполнения относительно простых видов деятельности и затрудняется результативность трудных действий и решение сложных задач);

- присутствия наблюдателя или соперника (это положительно влияет на количественные характеристики деятельности и отрицательно — на качественные).

Кроме того, выявлена также зависимость социальной фасилитации от пола (у мужчин проявляется в большей степени), возраста (молодежь более подвержена данному эффекту), психоэмоционального состояния и социального статуса субъекта и его отношения к присутствующим (при положительном отношении наблю-

дается увеличение скорости или продуктивности, при отрицательном — снижается). Одним из проявлений социальной фасилитации является социальная ингибция, предполагающая уменьшение скорости и ухудшение продуктивности деятельности человека в данных условиях. Подобная ситуация возникает в том случае, если человек владеет тем или иным видом деятельности на недостаточно высоком уровне.

Социальный контроль — система способов воздействия общества и социальных групп на личность в целях регуляции ее поведения и приведения его в соответствие с общепринятыми в той или иной общности нормами.

В качестве задач, для решения которых существует целая система контролируемых институтов, можно выделить следующие:

- достижение и поддержание стабильности социальной системы, элементом которой является контролируемый индивид;
- обеспечение позитивного развития данной системы.

Объектом внимания психологов, прежде всего, является социальный контроль, осуществляемый социальными группами. Его действие в наибольшей степени испытывают на себе индивиды, чье поведение может быть охарактеризовано как отклоняющееся, т. е. не отвечающее групповым нормам. В зависимости от того, каковы интенсивность и «знак» этих отклонений, группа применяет санкции к своему члену. Характер этих санкций, адекватность их использования и дифференцированность во многом определяются уровнем социально-психологического развития данной конкретной группы.

Экспериментально показано, что в корпоративной группировке негативное санкционирование (наказание, принуждение) существенно превалирует над позитивным (поощрение, одобрение). При этом в таких группах нередко не принимаются во внимание ни мотивы поведенческих отклонений, ни даже их направленность — санкционирующее воздействие осуществляется непосредственно по поступку. Любое нарушение групповых норм воспринимается общностью как угроза ее существованию и приводит к немедленному наказанию. В то же время социальный контроль, осуществляемый группой высокого уровня развития, характеризуется гибкостью и дифференцированностью, что способствует формированию в дальнейшем самоконтроля у членов коллектива и позволяет им успешно интегрироваться не только в самой этой группе, но и в обществе в целом. Помимо контроля, осуществляющегося в рамках социальной группы, существуют его другие разновидности.

2.3.2. ТИПЫ ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Асоциальное поведение — повторяющиеся устойчивые действия или поступки, включающие главным образом агрессивность антисоциальной направленности. Проявляется либо в попрании прав других людей, либо в нарушении характерных для данного возраста социальных норм или правил.

С точки зрения социальной направленности различают *социализированное* антиобщественное поведение и *несоциализированное* агрессивное поведение. К первому чаще всего склонны люди, не имеющие ярко выраженных психических расстройств и легко адаптирующиеся к различным социальным условиям из-за низкого морально-волевого уровня регуляции поведения, ко второму — люди с негативным эмоциональным состоянием, которое является реакцией на напряженную, стрессовую ситуацию или психическую травму либо представляет собой следствие неудачного разрешения каких-то личных проблем или трудностей.

Просоциальное поведение определяют как действия с намерением помочь другим, не рассчитывая на вознаграждение. Эти действия и поступки (сочувствие, помощь, участие, сотрудничество, спасение, протекция или защита) часто подводят под категорию альтруизма — бескорыстной заботы о благе других. Иногда редко просоциальное поведение заставляет человека чем-то пожертвовать, предполагает определенные риски или даже риск и может быть реакцией на положительные эмоциональные или эмоциональные состояния, т. е. люди ведут себя так, когда они довольны, спокойны и готовы прожить с другими. Исследования показали, что просоциальное поведение берет начало в дошкольном возрасте и можно обнаружить уже у двухлетних детей. Оно складывается под влиянием социальной среды и опосредуется дружескими отношениями, заботой, человеческой теплотой и социальным пониманием. На развитие просоциального поведения огромное влияние оказывают родители, а также братья и сестры.

Влияние обучения через наблюдение над просоциальным поведением продемонстрировано в целом ряде исследований. Исследователи пришли к выводу, что дети, которые были свидетелями великодушного поведения, обычно сами проявляют больше великодушия и щедрости. Существуют два пути влияния на просоциальное поведение — это *исполнение роли* и *индукция*. В первом случае дети разыгрывают роли для того, чтобы увидеть вещи с

точки зрения другого человека. Во втором случае взрослые сообщают детям свои соображения по поводу того или иного поведения, например, малышам могут рассказать о том, как какими последствиями приведут их действия для других.

2.3.3. ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ ЛИЧНОСТИ

Жизненный путь — индивидуальная история личности. Как отмечает Б. Г. Ананьев, «субъективная история жизненного пути строится соответственно индивидуальному и социальному развитию, соизмеряемому в биографических исторических датах». Специфика жизненного пути состоит в его исторической природе, понимаемой как включенность жизни человека в исторический процесс. По этому поводу С. Л. Рубинштейн пишет: «Не только человеческая жизнь, но и каждый человек является в какой-то мере участником и субъектом истории человечества и в известном смысле сам пишет историю». Чтобы понять свой жизненный путь, человек должен его рассмотреть и ответить на вопросы: кем бы я был? что я сделал? кем я стал?

Как полагает С. Л. Рубинштейн, было бы неправильно думать, что в своих делах, в продуктах своей деятельности, своего труда личность лишь выявляется, будучи до и помимо них уже готовой и оставаясь после них тем же, чем была. Человек, сделавший что-нибудь значительное, становится в известном смысле другим человеком. Конечно, чтобы сделать что-либо значительное, нужно иметь для этого внутренние возможности. Однако эти возможности и потенции гложут и отмирают, если они не реализуются; лишь по мере того как личность предметно, объективно реализуется в продуктах своего труда, она через них растет и формируется.

Когда мы видим, как много самого себя вложил человек в то, что он сделал, мы чувствуем, что за делом стоит человек, личность которого представляет собой интерес. «В деятельности человека, в его делах практических и теоретических, — пишет С. Л. Рубинштейн, — психическое, духовное развитие человека не только проявляется, но и совершенствуется». В этом ключ к пониманию развития личности — того, как она формируется, совершая свой жизненный путь.

Первая и наиболее крупная по своему теоретическому потенциалу постановка проблемы жизненного пути была отмечена у

III. Бюлер, которая предприняла попытку интегрировать биологическое, психологическое и историческое время жизни в единой системе координат. Она наметила три аспекта изучения жизненного пути личности:

- биолого-биографический — исследование объективных условий, основных событий жизни и поведения в этих условиях;
- историко-психологический — изучение истории становления и изменения ценностей, переживаний, эволюции внутреннего мира человека;
- психолого-социальный — исследование истории творчества человека, продуктов и результатов его деятельности.

Движущей силой развития личности является, по мнению III. Бюлер, врожденное стремление к самоосуществлению, самоисполнению — реализация «самого себя». Понятие «самоосуществление» близко по смыслу к понятию «самореализация». Но самореализация является лишь началом самоосуществления.

Жизненный путь в концепции III. Бюлер рассматривается как процесс, состоящий из пяти жизненных циклов (фаз жизни). Каждая фаза жизни имеет в своей основе развитие определенных структур личности — самоопределение.

Первая фаза (от рождения до 16—20 лет) считается периодом, предшествующим самоопределению, и как бы вытекает за пределы жизненного пути.

Вторая фаза (от 16—20 до 25—30 лет) — период проб человека в разных видах деятельности, поиска им смысла жизни, т. е. его попытка самоопределиваться и прогнозировать свое будущее.

Третья фаза (от 25—30 до 45—50 лет) — период зрелости. В этот период его ожидания от жизни реальны, он трезво оценивает свои возможности, его самореализация отражает результаты жизненного пути как целого, первые итоги своей жизни и своих достижений.

Четвертая фаза (от 45—50 до 65—70 лет) — фаза стареющей организма. Завершается или близится к завершению профессиональная деятельность. Из семьи уходят взрослые дети, наступают биологическое увядание. Усиливается склонность к мечтам, воспоминаниям, исчезает постановка перспективных целей жизни.

Пятая фаза (65—70 лет до смерти) — старость. Большинство людей оставляют свою профессиональную деятельность, внутренний мир стариков обращен к прошлому, о будущем они думают с тревогой, предчувствуя близкий конец.

Все циклы жизненного пути взаимосвязаны. Факт начала деятельности имеет фундаментальное значение для жизненного пути личности. Как отмечает Б. Г. Ананьев, развитие человека от рождения до зрелости совпадает со сменой воспитания, образования и обучения формирующейся личности и перспективой ориентированно на подготовку человека к самостоятельной жизни. В генетическом отношении эта подготовительная фаза очень важна, так как воспитание есть основная форма социального управления процессом формирования личности, субъекта познания и поведения. «В этот период формируется готовность человека к самостоятельному труду, самоуправлению», — пишет Б. Г. Ананьев.

Наиболее признанной в психологии считается периодизация жизненных циклов, разработанная Э. Эриксеном. Он выделяет в жизненном пути личности восемь стадий. Каждая стадия сопровождается кризисом, который является поворотным моментом в жизни, вознижающим в результате достижения определенного уровня психического развития и изменения отношений с окружающими людьми и миром. Вследствие этого человек приобретает что-то новое, характерное для данного цикла развития его личности. Сами эти личностные новообразования возникают не из пустом месте, их появление подготовлено на предшествующих стадиях развития.

Формируясь, личность приобретает не только достоинства, но и недостатки. В своей концепции личностного развития Э. Эриксон описывает лишь крайние линии личностного развития: нормальную и аномальную. В чистом виде они встречаются редко, но зато вмещают возможные промежуточные варианты личностного развития человека.

Согласно теории Э. Эриксона, основы личностного развития закладываются на *первой стадии* (доверия — недоверия), которая длится от рождения до 18 месяцев. В этот период развивается социальное взаимодействие, положительным полюсом которого служит доверие, а отрицательным — недоверие. Степень доверия зависит от проявляемой к ребенку заботы, ласки, внимания к его потребностям и т. д. Отсутствие любовной заботы, должного внимания и ухода вырабатывает недоверие, боязливость и подозрительность. Доверие — недоверие ребенок несет с собой в другие стадии развития и на последующих стадиях он может преодолевать первоначальную недоверчивость, но может и потерять доверие к другим.

Вторая стадия (автономии — стыда) длится от полутора до трех-четырёх лет. В этот период на основе развития моторных и

психических способностей развивается самостоятельность ребенка. Он все стремится делать сам, проявляет активность. Главный позитивный результат развития на этой стадии — достижение чувства независимости. Но жизненная активность может быть и небезупречной, в результате чего ребенок сталкивается с неодобрением со стороны окружающих. Слишком строгий или непоследовательный внешний контроль заставляет ребенка усомниться в значимости своей личности, формирует застенчивость, сомнение в своих силах и чувство стыда.

Третья стадия (инициативы — вины) начинается примерно в четыре года и длится до шести лет. В этот период у ребенка появляются первые представления о том, каким он может стать человеком. Интенсивно развивается познавательная активность ребенка, любознательность. Планы, которые он постоянно строит и которые ему позволяют осуществлять, способствуют развитию инициативы. Но если родители показывают ребенку, что его инициатива, любознательность нежелательна и вредна, игры бесполовы, вопросы назойливы, он начинает чувствовать себя виноватым и уносит это чувство вины и покорность в следующие стадии.

Четвертая стадия (трудолюбие или чувство неполноценности) длится примерно с шести до одиннадцати лет. В этот период ребенок включается в систематическую организованную деятельность, которую осуществляет самостоятельно. На протяжении этого периода ребенок пытается завоевать признание, заслужить одобрение, осуществляя учебную, трудовую деятельность. У него развивается трудолюбие. Но если у ребенка оно не формируется, то уровень развития навыков учебной и трудовой деятельности ниже, чем у других. Низкий статус в ситуации совместной деятельности способствует развитию чувства неадекватности, некомпетентности и неполноценности.

Пятая стадия (идентификация личности или ролевая неопределенность). При переходе на пятую стадию (12—18 лет) подросток переживает физиологически и психически, у него формируются новые взгляды на мир, новый подход к жизни. Идет активный поиск себя, проигрывание различных ролей. В поисках личности и идентичности человек решает, что является для него важным, вырабатывает нормы для оценки своего поведения и поведения других людей. Этот процесс связан с осознанием собственной ценности и компетентности, развитием планов на будущее. Если человек успешно справляется с задачей психосоциальной идентификации, то у него появляется ощущение того, кто он есть, где

находится и куда идет. Неспособность к идентификации может привести к статусной неопределенности, путанице ролей, неуверенности в себе, проблемам в самоопределении.

Шестая стадия (близость — изоляция) начинается в 20 лет и завершается к 45 годам. Под близостью Э. Эрикссон понимает не только физическую близость, но и способность заботиться о другом человеке, устанавливать доверительные отношения, любить. Успех или провал на этой стадии зависит от того, насколько успешно человек прошел другие стадии. Социальные условия могут облегчить или затруднить достижение близости. Но если человек не достигает близости, у него становится одиночество — такое состояние человека, при котором ему не с кем разделить свою жизнь, не о ком заботиться.

Седьмая стадия (общечеловечность — самопоглощенность). Эта стадия охватывает период от 45 до 60 лет. Общечеловечностью Э. Эрикссон называет способность человека интересоваться другими людьми, задумываться над жизнью грядущих поколений. Человек испытывает гордость за своих детей, удовлетворенность многолетней и разнообразной жизнью, он творчески работает над собой. Этот период отличается высокой продуктивностью в самых разных областях. Тот же, у кого чувство сопричастности человечеству не выработалось, сосредоточивается на самом себе, главной его заботой становится удовлетворение своих потребностей, собственный комфорт.

Восьмая стадия (полнота жизни — отчаяние) переживается во время старения, после 60 лет. Это стадия достижения человеком цельности, ощущения им полноты и полезности прожитой жизни и осознание того, что жизнь прошла не зря. Смерть неизбежна, но не страшна. Если человек не удовлетворен прожитой жизнью, осознает бессмысленность своего существования, то он завершает свою жизнь в страхе перед смертью и отчаянии.

Б. Г. Аваньев отмечал, что стремление выразить вехи жизненного пути личности в хронологических датах оправдано. Каждая веха жизненного пути — подготовительная, старт, кульминация, финиш — характеризует изменение субъекта деятельности, личности. Однако условность средних величин кульминации не требует доказательств. Снижение продуктивности деятельности ученого, художника, инженера, писателя и т. д. может быть временным, и после снижения или творческого упадка наступает новый подъем, новая кульминация. Кроме того, существует определенная зависимость кульминации от старта, а старта от воспитания

личности. В такой же мере можно предположить наличие связи между кульминацией и финишем.

Жизненная периодизация и жизненные структуры личности зависимы от нее самой, ее возможностей и смысла жизни. Смысл жизни — это обобщение личностью своих задач, возможностей и места в жизни, т. е. концепция жизни человека.

Осуществление личностью своих жизненных планов, задач называется *самоактуализацией личности*. А. Маслоу отмечает, что самоактуализация — это «полное использование талантов, способностей, возможностей и т. д.». Он писал: «Я представляю себе самоактуализировавшегося человека не как обычного человека, которому что-то добавлено, а как обычного человека, у которого ничего не отнято». Ученый называет характеристики самоактуализировавшейся личности:

- более эффективное восприятие реальности и более комфортабельные отношения к ней;
- принятие себя, других, природы;
- спонтанность, простота, естественность;
- центрированность на задаче (в отличие от центрированности на себе);
- автономия, независимость от культуры и среды;
- постоянная свежесть оценки;
- чувство сопричастности, единения с другими;
- более глубокие межличностные отношения;
- различие средств и целей, добра и зла;
- философское, невраждебное чувство к морали;
- демократическая структура характера.

Самоактуализация, как утверждает А. Маслоу, — это не отсутствие проблем, а движение от преобладающих и нереальных проблем к реальным. Она играет важнейшую роль на всем жизненном пути личности и вместе с тем определяет ее.

Самоактуализирующаяся личность — это человек, имеющий свободу творить себя и свою жизнь, превращая в праздник и увлекательную игру самую рутинную деятельность. Э. Фромм определил свободу как способность совершать сознательный выбор. Одним из шагов к свободе является умение любить. Многие люди не знают и не понимают, что мы не можем любить других, пока не полюбили себя. А полюбить себя — это принять себя со всеми слабостями и недостатками. Такое же отношение должно быть и к другим людям. Мы же подвержены иллюзиям, что любить можно только за совершенство, поэтому любовь заменяется властью над человеком, стремлением исправлять других.

Таким образом, позитивный жизненный путь имеет стремление к самоактуализации личности, для которой характерны вера в себя, в свое «Я», адекватная самооценка своих качеств, высокий уровень самоуправления своими действиями и поступками. Началом пути к самоактуализации является развитие способности к самопознанию, самоуважению и уверенности в себе.

2.4. ПОДСТРУКТУРА НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

Ядром личности считается направленность. К направленности личности относятся потребности, мотивы, интересы, ценностные ориентации.

2.4.1. ПОТРЕБНОСТИ

В психологии принято считать, что в основе любого человеческого поведения лежат потребности. Исходя из принципов самоуправления, саморазвития и самореализации личности, потребность следует рассматривать как состояние известной нехватки чего-либо, которое человек старается восполнить, а также внутреннее напряжение организма, мотивирующее активность и определяющее характер и направленность всех действий и поступков. И чем сильнее потребность, чем больше это напряжение, тем с большим рвением человек стремится достичь тех условий существования и развития, которые ему необходимы. По меткому замечанию профессора психологии академика Б. Ф. Ломова, потребности людей диктуют их поведение с такой же властью, как сила тяготения — движение физических тел.

Потребностями называются внутренние (психические) состояния, переживаемые человеком, когда он испытывает настоятельную нужду в чем-либо.

Процесс образования и развития потребностей очень сложен и многогранен. Во-первых, он может быть связан с изменением положения человека в жизни, в системе его взаимоотношений с окружающими людьми. В каждый возрастной период согласно требованиям социального окружения человек занимает различные позиции и исполняет различные социальные роли. Человек только тогда испытывает удовольствие, ощущает себя комфортно и бывает удовлетворен собой, когда он способен соответствовать предъявляемым к нему требованиям.