

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ПРОДОВОЛЬСТВИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И КАДРОВ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ  
СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»**

---

**В. В. Хитрюк**

# **ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

**Часть 2**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
ЗАКОНОМЕРНОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ  
И РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

**Курс лекций и тестовые задания  
для студентов всех факультетов**

**Горки 2004**

УДК 37.159.9  
ББК 74.58 = 88 Я 7  
Х 524

Одобрено научно-методическим советом БГСХА 29.04. 2003.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Тема 6. Личность как объект психолого-педагогического исследования.....	4
Тема 7. Индивидуально-типологические свойства личности.....	21
Тема 8. Чувства и эмоционально-волевая сфера личности.....	37
Тема 9. Психология конфликтов и стрессов.....	45
Тема 10. Девiantное поведение и его психолого-педагогическая профилактика.....	52
Литература.....	56
Контрольные вопросы.....	56
Тестовые задания.....	57

**Хитрюк В. В.**

Х 524 Основы психологии и педагогики: Курс лекций и тестовые задания. Часть 2. – Горки: Белорусская государственная сельскохозяйственная академия, 2004. 60 с.

Изложены ключевые положения курса «Основы психологии и педагогики», изучаемого в гуманитарных высших учебных заведениях, в том числе и аграрных, контрольные вопросы и тестовые задания

Для студентов всех факультетов

Библиогр 7

Рецензенты: канд. психол. наук Ж. А. БАРУКОВА, канд. пед. наук Л. Г. ЗАЙЦЕВА

УДК 37.159.9  
ББК 74.58 + 88 Я 7

© В. В. Хитрюк, 2004  
© Учреждение образования  
«Белорусская государственная  
сельскохозяйственная академия», 2004

## **ВВЕДЕНИЕ**

Содержание данной части курса лекций дает возможность студентам получить знания о закономерностях и формировании личности, ее психологической структуре, индивидуальных психологических особенностях и свойствах, становлении и проявлении эмоционально-волевой сферы, формах проявления девиантного поведения и путях его профилактики.

Предлагаемые контрольные вопросы и тестовые задания позволяют провести самоконтроль сформированных знаний.

Вторая часть курса лекций является одним из структурных компонентов общей работы, и поэтому нумерация тем начинается с темы 6.

## Тема 6. ЛИЧНОСТЬ КАК ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

### 6.1. Общее понятие личности: этапы, теории, направления изучения личности

В результате становления психологии как самостоятельной науки слово «личность» постепенно становится основным понятием.

Особенности подхода к личности в психологии. Человек-индивид-личность-индивидуальность. Важнейшая задача психологии – обнаружение тех психологических свойств, которые характеризуют индивида и личность. Человек уже рождается на свет человеком. Это зафиксировано в понятии «индивид» – принадлежность к роду «*homo sapiens*», отдельное живое существо, представитель биологического вида (младенец – индивид, а детеныш животного – особь). Любой человек является индивидом. Но, являясь на свет как индивид, человек приобретает особое социальное качество, становится личностью.

Личность – это человеческий индивид как субъект межличностных и социальных отношений и сознательной деятельности.

Понять, что такое личность, можно только через изучение реальных общественных связей и отношений, в которые вступает человек. Специфика общественных условий жизни и образа деятельности человека определяет особенности его индивидуальных качеств и свойств. Личностные особенности также не даны человеку от рождения. Все люди принимают определенные психические черты, взгляд, обычай и чувства, в том обществе, в котором живут.

Наряду с понятием «личность» нередко употребляют понятие «индивидуальность». Личность каждого человека наделена только ей присущим сочетанием черт и особенностей, образующих ее индивидуальность. Таким образом, индивидуальность – это сочетание психологических особенностей человека, которые оправдывают его уникальность, своеобразие, отличие от других людей.

Индивидуальность проявляется в тех или иных чертах характера, темперамента, привычках, преобладающих интересах, в качествах познавательных процессов, в способностях, в индивидуальном стиле деятельности.

Понятия «индивид», «личность» и «индивидуальность» образуют единство, но не являются тождественными.

Понятие “человек” включает в себя совокупность всех человеческих качеств, свойственных людям. Понятие “индивид” включает такие психологические и биологические свойства, которые присущи человеку. Индивидуальность – самое узкое по содержанию понятие.

Центральное место в психологической науке занимает проблема соотношения в развитии индивида биологического и социального.

Современная психология считает, что вся психическая деятельность личности определяется единством общих факторов, взаимодействующих и определяющих друг друга. Созревание и развитие организма человека протекает в социальных условиях, которые неизбежно накладывают отпечаток на эти процессы. Биологическое развитие человека является основанием, исходной предпосылкой его психического развития. Огромное влияние на личность оказывает социальная среда. Условиями развития личности в целом являются общение и деятельность.

Формирование и развитие личности можно рассматривать как усвоенные ею социальные программы, сложившиеся в данном обществе на данной исторической ступени.

**Основным направлением в изучении личности.**

1. **Социогенетическое** (Э. Трондайк, Б. Скиннер, К. Левин) – объясняет особенности личности, исходя из структуры общества, способов социализации, взаимоотношений с окружающими людьми. Социальное поведение раскрывается через замкнутые свойства среды, к которой человек вынужден приспосабливаться.

2. **Биогенетическое** (С. Холл, Э. Кречмер, З. Фрейд) – в основе развития личности лежат биологические процессы созревания организма. З. Фрейд считал, что поведение личности обусловлено физиологическими, бессознательными влечениями человека.

3. **Психогенетическое** (Э. Эриксон, Ж. Пиаже, Д. Келли, А. Маслоу) – не отрицает значения ни биологии, ни среды, но на первый план выдвигает развитие собственно-психических процессов.

**Индивидуальные особенности личности.** Особенности личности подразделяются на врожденные и приобретенные при жизни. К врожденным относятся физические особенности, с которыми ребенок рождается (типологические особенности нервной системы). Врожденные особенности в процессе воспитания и под влиянием условий жизни изменяются.

Среди приобретенных особенностей наиболее важными являются направленность личности, ее интересы, способности, идеалы и убеждения, черты характера.

Индивидуальные особенности под влиянием воспитания изменяются, но большинство из них имеет стойкий характер, и они влияют на деятельность и поведение личности.

## 6. 2. Основные теории развития и формирования личности в зарубежной и отечественной психологии

1. Теория К.Юнга (конец XIX – начало XX века): истолкование особенностей поведения людей на основе аналогии со сложившимися типами приспособления в природе.

Для одних людей наибольшее значение имеют внешние предметы и события. Они как бы обращены во вне, живут, как это соответствует объективно сложившимся обстоятельствам. Эти люди, как правило, открыты, обходительны, часто веселы, доступны для окружающих, контактны. Это экстраверты. Представители другой категории углублены в свою внутреннюю жизнь. Такого человека интересуют не столько внешние события, сколько собственные переживания, собственная личность. Эти люди часто замкнуты, их трудно понять окружающим. Это интроверты.

Экстра- и интроверсия очень ярко проявляются прежде всего в общении, поэтому здесь легче всего определить, к какому типу вы относитесь.

2. Концепция Э.Эриксона: теория психосоциального развития личности. По мнению автора, человек на протяжении жизни, представленной 8 стадиями развития, переживает 8 психосоциальных кризисов, специфических для каждого возраста. Благоприятный или неблагоприятный исход каждого кризиса определяет возможность последующего расцвета личности.

Стадия развития – раннее младенчество. Кризис доверия–недоверия (в течение первого года жизни) связан с удовлетворением основных физиологических потребностей. Главную роль в жизни ребенка играет мать: она кормит, ухаживает, дает ласку, заботу, в результате чего у ребенка формируется базовое доверие к жизни (ребенок не кричит, а как бы уверен, что мать придет и сделает все, что необходимо). Выраженный дефицит общения формирует недоверие.

**Стадия развития – позднее младенчество.** Кризис – автономия в противоположность сомнению и стыду (в возрасте 2–3 лет) – связан с первым опытом общения, особенно с формированием привычки чистоплотности.

**Стадия развития – раннее детство.** Кризис – появление инициативности в противовес чувству вины (3–6 лет). “Второе детство” – период самоутверждения ребенка. Планы, которые ребенок строит и которые ему позволяют осуществить, способствуют развитию чувства инициативы. Наоборот, повторяющееся переживание неудач и безответственности могут привести к возникновению чувства покорности и чувства вины.

**Стадия развития – среднее детство.** Кризис – трудолюбие в противоположность комплексу неполноценности (7–12 лет). Решающую роль играет атмосфера в школе и принятые методы воспитания.

**Стадия развития – половое созревание, юность.** Кризис – личностное самоопределение в противоположность индивидуальной серости и конформизму (12–18 лет). Период поиска образцов поведения. Этот процесс предполагает объединение прошлого опыта подростка с его потенциальными возможностями и выбором, который он должен сделать.

**Стадия развития – ранняя зрелость (20–45 лет).** Интимность и общительность в противовес многочисленной психологической изолированности (около 20 лет). Кризис связан с поиском близости с любимым человеком. Отсутствие подобного опыта приводит к изоляции человека и его замыканию на самом себе.

**Стадия развития – средняя зрелость (от 40–45 до 60 лет).** Занятость о воспитании нового поколения в противоположность “погружению в себя” (между 40 и 60 годами). Характеризуется развитием чувства сохранения рода, которое выражается в “интересе” к следующему поколению и его воспитанию. Этот период отличается высокой продуктивностью и созидательностью в самых разных областях.

**Стадия развития – поздняя зрелость (свыше 60 лет).** Удовлетворенность прожитой жизнью в противоположность отчаянию. Он знаменует окончание жизненного пути. Разрешение жизненного пути зависит от того, как он был пройден. Человек подводит итоги своей жизни и осознает ее как единое целое, в котором уже ничего нельзя изменить.

Формируясь и развиваясь как личность, человек приобретает не только положительные качества, но и недостатки. Э.Эрикссон изобра-

зил в своей концепции только две крайние линии межличностного развития: нормальную и аномальную. В чистом виде они в жизни почти не встречаются, но зато вмещают в себя всевозможные промежуточные варианты личностного развития человека.

3. Особую позицию по вопросу о личностном развитии занимает Э.Фромм. По его мнению, демократия – это система, которая не на словах, а на деле создает экономические, политические и культурные условия для полноценного развития индивида как личности. Развитие личности – это признание и реализация уникальных возможностей, имеющихся у каждого человека. Люди, считал Э.Фромм, рождаются равными, но разными. Уважение самобытности человека, культивирование его уникальности – важнейшая задача педагогики.

Личность должна развиваться своеобразно, и свобода ее развития на практике означает неподвластность любой высшей силе или цели, кроме самосовершенствования личности. Будущее демократии зависит от реализации индивида в том положительном его понимании, которое смыкается с понятием индивидуальности. Индивидом как личностью не должна манипулировать никакая внешняя сила, будь то государство или коллектив.

4. Системный подход А.Н.Леонтьева (конец 70-х годов): личность – это психологическое образование особого типа, порождаемое жизнью человека в обществе. Различные виды деятельности, выполняемой человеком, создают основу личности. Формирование личности проходит в процессе деятельности и общения. Охарактеризовать личность можно только рассмотрев ее в системе межличностных отношений, в совместной деятельности индивида с другими людьми.

Каждая личность формирует собственную стратегию жизни – устойчивую систему способов преобразования текущих ситуаций, которая соответствует иерархии ценностей личности. Стратегия жизни – это общее направление жизнеутверждения личности. При отсутствии стратегии жизни индивид подчиняется условиям текущей ситуации, снижается мотивация его жизнедеятельности, сужаются духовные запросы.

### 6.3. Психологическая структура личности

Структура личности – это отвлеченная от реально функционирующей личности абстрактная модель, характеризующая основные компоненты психики индивида.

Структура личности, по З.Фрейду, имеет три составляющие: “Оно”, “Я” и “сверх-Я”.

“Оно” – собственно бессознательное, бурлящий котел биологических врожденных инстинктов, глубинные влечения, мотивы и потребности. “Оно” насыщено сексуальной энергией – либидо, подчиняется принципу удовольствия, т.е. удовольствие и счастье – две главные цели в жизни человека.

“Я” – сознание, самосознание человека, восприятие и оценка им самим собственной личности и поведения.

“Сверх-Я” – это итог воздействия общества на сознание и подсознание человека, принятие им норм и ценностей общественной морали. Основные источники формирования “сверх-Я” – это родители, учителя, воспитатели, другие люди, с которыми человек вступал в длительное общение и личностные контакты на протяжении жизни, а также произведения литературы и искусства.

“Оно” постоянно требует удовлетворения и бессознательно направляет психическую активность человека, регулируя его психические процессы и состояния. Влечения, идущие от “Оно”, конфликтуют с тем, что содержится в “сверх-Я”. Между “Оно” и “сверх-Я” – постоянные противоречия. Они разрешаются с помощью “Я” – сознания, которое стремится примирить обе стороны таким образом, чтобы влечения “Оно” были в максимальной степени удовлетворены и при этом не были нарушены нормы морали.

К концу 70-х годов применяется системный подход к проблеме личности. Особый интерес представляют работы А.Н.Леонтьева. Так, по его мнению, личность – это психологическое образование особого типа, порождаемого жизнью человека в обществе. Различные виды деятельности создают основу личности. Только анализ отношений “индивид–общество” позволяет раскрыть основы свойств человека как личности.

Общий подход к пониманию проблемы личности, обозначенный А.Н.Леонтьевым, нашел свое развитие в работах А.В.Петровского. Автор выделяет три уровня рассмотрения и проявления личности.

1. Внутриндивидуальный (интра-) – представлены качества личности, которые даны человеку от рождения (скорость реакции, темперамент, умственные способности, характер и т.п.);

2. Межиндивидуальный (интер-) – “пространство межличностных связей” (те качества личности, которые могут проявляться только при

взаимодействии человека с другими людьми: общительность, внушаемость, стремление к лидерству или подчинению и др.).

3. Межиндивидуальный (мета-) – воздействия, которые личность вольно или невольно оказывает своей деятельностью на других людей. Это “вклады в других людей”.

Таким образом, личность можно определять и со стороны тех изменений, которые человек производит в личностях других людей. В этом случае личность оказывается идеально представленной в других людях, персонализированной в них (интерес к учебным предметам зависит от личности педагога).

Каждая личность в той или иной степени ощущает потребность в персонализации – стремлении продолжать себя в других, желании “быть настоящей личностью”. Это может переживаться человеком субъективно, как потребность в славе, дружбе, уважении, лидерстве, внимании и т. п.

Человек персонализируется в конкретной деятельности и общении, когда демонстрирует другому различные стороны своей личности. В некоторых случаях у человека отсутствуют средства персонализации, т. е. у него нет оригинальных мыслей, остроумия, воли, доброты – того, что называют богатством души. Тогда некоторые используют кажущийся эффективным путь алкогольного опьянения. Не случайный главный вопрос алкоголика – “Ты меня уважаешь?” (это означает: “Есть ли что-нибудь от меня в тебе?”). Это эффект “квазиперсонализации”. Почему “квази”? Потому что никакого изменения в личности пьяница не производит, так как не располагает соответствующими средствами.

**Проблема устойчивости личности.** В специальных исследованиях, проведенных на одних и тех же людях в течение длительного времени с целью определить степень изменчивости или постоянства их личности, было установлено, что более половины личностных качеств, которыми обладает ребенок при поступлении в школу, сохраняются в течение всего периода обучения. Это свидетельствует о двух вещах: во-первых, многие личностные особенности, сформированные в дошкольном возрасте, сохраняют свое постоянство (стремление к успехам, настойчивость, уровень притязаний (особенно высокий), интеллектуальные интересы); во-вторых, обучение в школе мало сказывается на развитии собственно личностных свойств ребенка.

Зачастую не меньшую ценность и жизненную значимость, чем постоянство поведения человека, имеет его изменчивость, адаптивность.

Она свидетельствует о его умении менять себя как личность, если в этом есть необходимость.

#### **6. 4. Психолого-педагогические аспекты явлений индивидуализации и социализации личности**

Индивидуализация обозначает нашу потребность отличаться от других людей в оправданном отношении, чтобы не быть или не чувствовать себя в точности похожим на них. Несмотря на стремление в чем-то походить на других, большинство людей лелеет свое чувство индивидуальности; это отчасти объясняет наше необычное, а иногда и нелепое поведение. Люди также могут стремиться к индивидуальности из-за желания полнее распоряжаться своей жизнью. Жесткий конформизм (влияние большинства) по отношению к общественным нормам означает, что мы утрачиваем чувство личной свободы, а индивидуальные способы поведения и самосовершенствования поддерживают ощущение собственной значимости.

Процесс индивидуализации способствует формированию личностной автономии. В критических ситуациях такая личность сохраняет свою жизненную стратегию, остается верной своим позициям и ориентациям.

**Социализация** – процесс усвоения индивидом социального опыта, системы социальных связей и отношений. В процессе социализации человек приобретает убеждения, общественно одобренные формы поведения, необходимые ему для нормальной жизни в обществе.

Основными источниками социализации личности являются:

опыт раннего детства – формирование психических функций и элементарных форм поведения;

социальные институты: семья, дошкольные учреждения, школа, неформальные объединения, вуз и трудовой коллектив;

взаимное влияние людей в процессе общения и деятельности.

Существует несколько **социально-психологических механизмов социализации**:

1) идентификация – отождествление индивида с отдельными людьми или группами, позволяющее усваивать свойственные им разнообразные нормы, отношения и формы поведения;

2) подражание – сознательное или бессознательное воспроизведение индивидом модели поведения и опыта других людей (манер, движения, поступков и др.);

3) внушение – неосознанное воспроизведение индивидом внутреннего опыта, мыслей, чувств и психических состояний тех людей, с которыми он взаимодействует.

4) социальная фасилитация – стимулирующее влияние поведения одних людей на деятельность других, в результате которого их деятельность протекает интенсивнее;

5) конформность – податливость влиянию группы, проявляющаяся в изменении поведения и установок индивида.

Процесс социализации личности – это двусторонний процесс, человек не просто усваивает социальный опыт, но и преобразовывает его в собственные ценности, установки, ориентации. Это предполагает активность в применении такого преобразованного опыта.

**Содержание процесса социализации.** В среднем выделяют три сферы, в которых осуществляется становление личности: **деятельность, общение, самосознание.**

**Деятельность.** В процессе социализации личность усваивает все новые и новые виды деятельности.

**Общение.** С точки зрения социализации рассматривается со стороны его расширения и углубления.

**Самосознание.** Процесс социализации означает становление в человеке его собственного Я. Образ "Я" не возникает у человека сразу, а складывается на протяжении жизни под воздействием многочисленных факторов.

**Стадии социализации.**

**Стадия адаптации** – от рождения до подросткового возраста – ребенок усваивает социальный опыт: адаптируется, приспосабливается, подражает.

**Стадия индивидуализации** (подростковый – ранний юношеский возраст) – проявляется в желании выделить себя среди других, вырабатываются устойчивые свойства личности.

**Стадия интеграции** – желание "вписаться" в общество. Эта стадия проходит благополучно, если свойства человека принимаются группой, обществом.

Все эти стадии могут быть объединены в **дотрудовую** стадию социализации.

**Трудовая стадия** – охватывает весь период зрелости человека, его трудовую деятельность.

**Послетрудовая стадия** – пожилой возраст.

**Ресоциализация** – это усвоение новых ценностей, ролей, навыков вместо прежних, недостаточно усвоенных или устаревших. Ресоциализация охватывает многие виды деятельности – от исправления навыков чтения до профессиональной переподготовки рабочих.

### **6. 5. Психологическая характеристика деятельности как условия развития личности**

Всем живым существам от природы свойственна активность, благодаря которой обеспечиваются необходимые жизненно важные связи со средой. Источником любого вида активности живых существ являются потребности, которые вызывают соответствующие реакции и действия. Однако активность животных и деятельность человека существенно отличаются своими психологическими аспектами.

Активность животных – поведение, повадки. Она ограничивается инстинктивными и условно-рефлекторными действиями, направленными на приспособление к условиям жизни и удовлетворение биологических потребностей в пище, размножении, защите.

Человеческая деятельность по своему содержанию является социальной. Она формировалась исторически, в процессе труда. Человек не только приспособлялся к условиям жизни, но и активно изменял их в соответствии со своими человеческими потребностями. Деятельность человека характеризуется сознанием и целенаправленностью.

**Деятельность** – специфически человеческая форма отношения к окружающему миру, содержанием которой являются целесообразные изменения и преобразования предметов и явлений в интересах людей.

Деятельность включает в себя цель, средства, результат и сам процесс (действия и операции, которые соотносятся с потребностями, мотивами и целями).

Отправным пунктом любого вида человеческой деятельности выступает потребность.

**Потребность** – это нужда в чем-либо, состояние живого существа, в котором проявляется зависимость от конкретных условий существования. Личность как субъект деятельности, удовлетворяя свои потребности, взаимодействует со средой, ставит перед собой определенную цель, мотивирует ее, подбирает способы ее осуществления, проявляет физическую и умственную активность.

Сознательный характер человеческой деятельности проявляется в планировании, предвидении результатов, регуляции действий, стремлении к ее усовершенствованию.

**Деятельность человека** – сознательная активность, которая проявляется в системе действий, направленных на достижение поставленной цели.

**Психологическая функция деятельности** – удовлетворение потребностей.

**Основные характеристики деятельности:**

регулируемость сознательной целью,

общественная природа,

направленность на преобразование жизненной среды.

**Структура деятельности:** мотивы, цели, действия, средства.

**Цель** – это то, к чему стремится человек, для чего он работает, за что борется, чего хочет достичь в своей деятельности. Без цели сознательная деятельность невозможна.

**Мотив** – это внутренняя движущая сила, которая понуждает человека к деятельности. Мотивы деятельности и поведения человека связаны с потребностями.

Цели и мотивы деятельности человека определяются условиями жизни, производственными, учебными, игровыми отношениями. Однако следует помнить, что цели и мотивы могут не совпадать. То, почему человек действует определенным образом, часто не совпадает с тем, для чего он действует. Когда мы имеем дело с активностью, в которой отсутствует осознаваемая цель, то здесь нет и деятельности в человеческом смысле слова, а имеет место импульсивное поведение, которое управляется непосредственно потребностями и эмоциями.

**Действие** – это относительно завершенный элемент деятельности, направленный на достижение определенной промежуточной осознаваемой цели. Действие может быть как внешним (выполняется в развернутой форме с участием двигательного аппарата и органов чувств), так и внутренним (выполняется в уме).

Способы исполнения, контроля и регулирования действий, которыми пользуется человек в процессе деятельности, называются приемами этой деятельности.

**Поступок** – действие, выполняя которое человек осознает его значение для других людей, т.е. его социальный смысл.

Всякая деятельность включает в себя и внутренний и внешний компоненты. Процесс переноса внешнего действия вовнутрь совершается поэтапно.

Успешное выполнение любой деятельности требует от человека овладения необходимыми для ее осуществления способами, т.е. выработкой у человека умений и привычек, пользоваться ими для достижения поставленной цели.

**Умения и навыки.** Успех любой деятельности зависит от умения ее выполнять. Умение нельзя сводить к знанию какого-либо дела (человек может знать правила вождения автомобиля, но не уметь это делать).

**Умение** – это основанная на знаниях и навыках готовность человека успешно выполнять определенную деятельность.

На начальном этапе умение соотносится с уровнем освоенного знания (правило, определение), которое может быть произвольно воспроизведено. В процессе использования это знание выступает в форме правильно выполняемого действия, регулируемого этим правилом.

Повторно осуществляя то или иное действие, человек упражняется в его выполнении, которое с каждым разом совершенствуется. Со временем действие осуществляется быстрее, легче и свободнее, требуется меньше напряжения, усилий и волевого контроля, количество ошибочных действий уменьшается. Умение превращается в навык.

**Навык** – это усовершенствованный путем многократных упражнений компонент умений, которые проявляются в автоматизированном выполнении действий.

Навыки и умения как способы действий всегда включены в конкретные виды деятельности. Они могут быть разделены на учебные, спортивные, производственные, гигиенические и др.

Особую группу составляют **речевые умения и навыки**. Они являются составным элементом речи человека и включают навыки как устной, так и письменной речи.

Привычки – это компонент действия, в основе которого лежит потребность. Они могут в известной степени сознательно контролироваться, но далеко не всегда бывают разумными и полезными.

**Пути формирования привычек:**

через подражание;

в результате многократного повторения действия;

через сознательные целенаправленные усилия, например, путем положительного подкрепления желаемого поведения.

### **Виды деятельности.**

Человеческая деятельность многогранна и разнообразна. В зависимости от цели, содержания и форм различают три вида деятельности: **игра, учение и труд.**

Человеку, независимо от возраста, свойственны все три разновидности деятельности, а в разные периоды жизни они имеют разные цели, содержание, форму и значение. Таким образом, для каждого возрастного периода характерна та или иная **ведущая деятельность.**

В дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игра, в школьном – учение, а в зрелом возрасте главной деятельностью человека является труд.

**Игра** в дошкольном возрасте – главный способ познания внешнего мира. Игра – непродуктивная деятельность (важен процесс, а не результат).

Научные исследования свидетельствуют, что у детей, не умеющих играть, отсутствует желание участвовать в совместных играх, они отстают от сверстников в умственном и психомоторном развитии.

**Учение** – это активная, сознательная и целенаправленная деятельность, заключающаяся в освоении знаний с целью подготовки к самостоятельной трудовой деятельности.

В процессе обучения цели усложняются и дифференцируются.

**Труд** – это целесообразная деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности для удовлетворения своих потребностей, создание материальных и духовных ценностей.

Труд требует соответствующей подготовки. В труде проявляются его внимательность, наблюдательность, воображение и мышление. Труд является источником разнообразных эмоций. В процессе труда человек переживает успехи и неудачи. Успешность работы зависит от ясности цели, зрелости мотивов, соответствия способностей, общей и специальной подготовки требованиям работы.

Структура труда может быть представлена следующими элементами: цель, средство, результат.

Главными компонентами труда являются:

- человек как субъект труда;
- процесс труда;
- предмет труда;
- средства – способности человека, соединенные с машинами и технологиями труда;
- продукты труда.

## 6.6. Направленность личности.

### Потребности и мотивация – источники развития личности

Направленность личности – ценностно-ориентированная система личности, иерархия ее базовых потребностей, устойчивых мотивов поведения.

**Потребности** – это испытываемая личностью нужда в чем-либо.

В отличие от потребностей животных потребности человека все время множатся и изменяются в течение его жизни: человеческое общество создает для своих членов все новые и новые потребности, которые отсутствовали у предыдущих поколений.

Отличительной особенностью потребностей является их ненасыщаемость: даже если потребность через какое-то время возникает вновь, она опять требует удовлетворения.

Все потребности обладают направленностью, напряженностью, цикличностью.

**Физиологическим механизмом** потребности является образование доминанты – устойчивого возбуждения определенных участков головного мозга, которые организуют и регулируют определенные поведенческие акты.

Потребности закрепляются в процессе их удовлетворения. Удовлетворенная потребность сначала угасает, но затем возникает с большей интенсивностью. Слабые потребности в процессе их многократного удовлетворения становятся более стойкими.

История развития человека связана с историей развития его потребностей. Потребности индивида заставляют его действовать.

По мнению известного психолога А. Маслоу, потребности человека образуют пирамиду:



Первичные: 1, 2, 3; вторичные: 4, 5.

Между потребностями существует иерархическая зависимость. Вышележащие потребности начинают управлять поведением человека только после того, как будут удовлетворены потребности более низкого уровня.

К психологическим особенностям самоактуализирующейся личности относятся:

активное восприятие действительности и способность хорошо ориентироваться в ней;

принятие себя и других людей такими, какие они есть;

непосредственность в поступках и спонтанность в выражении своих мыслей и чувств;

обладание чувством юмора;

развитые творческие способности;

озабоченность благополучием других людей, а не обеспеченностью только собственного счастья;

способность к глубокому пониманию жизни;

способность объективно оценивать жизнь;

предпочтение в жизни новых, непроторенных путей;

умение полагаться на свой опыт, а не на мнение других людей, традиции или условности, позиции авторитетов;

открытое и честное поведение во всех ситуациях;

готовность стать непопулярным, подвергнуться осуждениям со стороны большинства окружающих людей за нетрадиционные взгляды;

способность брать на себя ответственность;

приложение максимума усилий для достижения поставленных целей.

Согласно другой теории (Мак-Клелланд), людям присущи три типа потребностей: **власти, успеха и причастности**.

**Потребность власти** выражается в желании воздействовать на других людей. Чаще всего люди с этой потребностью опровержены и энергичны, не боятся конфликтов и стремятся отстаивать первоначальные позиции. Это хорошие организаторы.

**Потребность успеха** удовлетворяется доведением работы до удачного завершения. Люди с этой потребностью рискуют умеренно, любят ситуации, которые позволяют им брать на себя личную ответст-

венность за поиск решения проблемы. Они хотят, чтобы достигнутые результаты поощрялись вполне конкретно.

**Потребность в причастности.** Люди заинтересованы в компании знакомых, в оказании помощи другим и налаживании дружеских отношений. Такого человека привлекает работа, которая содержит широкие возможности для социального общения.

Возникшие потребности заставляют активно искать способы их удовлетворения, становятся внутренними побудителями деятельности личности или мотивациями.

**Мотив** (от лат. *movere* – приводить в движение, толкать) – это то, что движет живым существом, ради чего оно тратит свою жизненную энергию.

Мотив не может быть объяснен сам по себе. Он может быть понят в системе факторов, составляющих общий строй психической жизни.

Мотивы многообразны. Но обычно их подразделяют на:

низшие (биологические) – влечения, желания, хотения человека, отражающие его физиологические потребности;

высшие (социальные) – это интересы, идеалы, убеждения личности, которые играют более значительную роль в ее жизни.

Понятие "мотивация" более широкое, чем понятие "мотив". Понятие "мотивация" употребляется как совокупность причин психологического характера, объясняющих поведение человека, т.е. это специфический вид психической регуляции поведения и деятельности.

К мотивационным состояниям человека относят интересы, желания, стремления, намерения, влечения, установки.

**Интерес** – это эмоционально насыщенная направленность на объекты, связанные со стабильными потребностями человека (от лат. – *interest* – имеет значение).

Интерес проявляется в повышенном внимании к объекту, влияет на психические процессы, активизирует их.

**Желание** – мотивационное состояние, при котором потребности соотносены с конкретным предметом их удовлетворения.

Еще Эпикур подразделил все человеческие желания на три группы:

естественные и необходимые (еда, сон, отдых и т.п.);

естественные, но не необходимые (сексуальные желания);

желания ни естественные, ни необходимые (честолюбие, жажда власти, лидерства, первенства, превосходства над другими).

**Стремление** – это повышенное эмоциональное тяготение к объекту желания.

**Влечение** - состояние навязчивого тяготения к определенной группе объектов.

Мотивация человека может быть сознательной и подсознательной. Сознательная мотивация связана с намерением – сознательно принимаемым решением достичь определенной цели с отчетливым представлением средств и способов действия.

В намерении объединяются побуждение к действию и его сознательное планирование. Намерения организуют поведение человека, обеспечивают произвольность его действий, выступают как сознательный акт поведения.

**Установка** – состояние готовности к определенному способу поведения в определенных ситуациях.

Установка – наиболее устойчивая основа поведения человека, она обеспечивает последовательность и целостность поведения человека.

Установка – готовность, предрасположенность определенным образом воспринять, понять, осмыслить объекты или действовать в соответствии с прошлым опытом.

Причиной возникновения установок может быть предвзятость, которая предполагает суждение в терминах "хорошо" или "плохо".

Установка может образоваться в результате поспешных и недостаточно обоснованных выводов из некоторых фактов личного опыта (в детстве укусила собака – всю жизнь нелюбовь к этим животным).

Близким к установке является предрассудок – заведомое суждение человека или группы.

Мотивационные явления, неоднократно повторяясь, со временем становятся чертами личности человека. К таким чертам прежде всего можно отнести:

мотив достижения успеха – стремление человека добиваться успехов в различных видах деятельности и общения;

мотив избегания неудачи – относительно устойчивое стремление человека избегать неудач в жизненных ситуациях, связанных с оценкой другими людьми результатов его деятельности и общения;

локус контроля - характер причин для объяснения собственного поведения (интернальный – внутренний локус контроля – поиск причин поведения и ответственности в самом себе; экстернальный – внешний локус контроля – локализация причин поведения и ответственности в окружающей среде, судьбе);

мотив отвергания – боязнь быть отвергнутым;

альтруизм – стремление бескорыстно оказывать помощь людям;

эгоизм – стремление удовлетворять собственные потребности безотносительно интересам других.

## Т е м а 7. ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ

### 7.1. «Я - образ», самооценка и уровень притязаний

“Я – образ” – это то, каким человек представляет сам себя. Образ “Я” для нас – субъективная реальность, через призму которой мы видим, оцениваем и ощущаем мир. Каждый из нас имеет тенденцию не воспринимать, отрицать или исказить информацию, не соответствующую полностью образу “Я”. Причем иногда для сохранения “Я - образа” человеком принимается даже ложная информация. Когда мы воспринимаем информацию, которая отличается от того или не совпадает с тем, как мы видим себя или окружающий мир, мы часто чувствуем дискомфорт.

Что же делает человека несимпатичным?

**Никому не нравится тот, кто:**

ко всем и вся придирается, ворчит, брюзжит,  
постоянно рассказывает о своих болезнях,  
сплетничает, плохо отзываясь об отсутствующих;  
во всем находит недостатки;  
не умеет радоваться;  
не умеет даже от души посмеяться;  
не может терпеть самого себя;  
вечно накликает беду;  
редко или никогда не говорит “спасибо”;  
не вымолвит и доброго слова о другом человеке.

**Симпатичные люди ведут себя совершенно иначе:**

они любят самих себя;  
они мирятся с маленькими слабостями, как своими, так и окружающих людей;  
у них здоровое чувство собственного достоинства;  
они порядочные и всегда готовы прийти на помощь;  
они испытывают чувство благодарности.  
Вы сами должны выработать свою концепцию, объективно учитывая всю вашу достоинства и недостатки.

Самооценка – один из важнейших структурных компонентов «Я-образа» личности. Самооценка определяется как оценочная шкала, которую формирует сам человек для определения своих качеств и построения отношений с другими людьми.

Самооценка выполняет защитную и регуляторную функции, влияя на поведение, деятельность и развитие личности: стремление изменить себя и обеспечение относительной стабильности и автономности личности.

Самооценка постоянно изменяется, совершенствуется.

Условия формирования самооценки:

сопоставление реального и идеального «Я-образа» (чем меньше разрыв, тем выше самооценка);

оценка других людей (человек склонен оценивать себя так, как его оценивают другие люди);

реальные достижения личности в различных видах деятельности.

Виды самооценки: адекватная (отражает реальный взгляд личности на саму себя) и неадекватная – завышенная или заниженная (мнение о себе резко расходится с тем, каким его считают другие).

Самооценка тесно связана с **уровнем притязаний**, т.е. уровнем трудностей целей, которые человек ставит перед собой и определяющих, какие достижения он будет воспринимать как неудачу, а какие – как успех. Уровень притязаний основывается на самооценке.

Для нормального развития личности очень важно, чтобы уровень притязаний был несколько выше самооценки, несколько опережал ее, создавая возможности роста.

Уровень притязаний зависит от уровня достижений личности в деятельности.

## 7. 2. Темперамент

**Темперамент** – это психическое свойство личности, характеризующееся динамикой протекания психических процессов.

Темперамент не следует путать с характером. Выделяли четыре соотношения, отражающие преобладание той или иной жидкости:

кровь («сангвис») – сангвинический;

лимфа («флегма» – слизь) – флегматичность – флегматический;

желтая желчь («холъ» – желчь) – холерический;

черная желчь («мелайна холъ») – меланхолический.

Исследования И.П.Павлова обнаружили существенные различия животных по многим параметрам в выработке условных рефлексов. И.П.Павлов установил, что в основе индивидуальных различий лежат такие физиологические свойства НС, как:

- сила возбуждения и торможения;
- уравновешенность между возбуждением и торможением;
- их подвижность, т.е. способность быстро сменять друг друга.

Соответствие типа ВНД и темперамента выглядит следующим образом:

- 1) сильный, уравновешенный быстрый – сангвиник,
- 2) сильный уравновешенный медленный – флегматик,
- 3) сильный неуравновешенный – холерик,
- 4) слабый – меланхолик.

**Сангвиник.** И.П.Павлов: «Сангвиник – горячий, очень продуктивный деятель, но лишь тогда, когда у него есть много интересного дела, т.е. постоянное возбуждение. Когда же такого дела нет, он становится скучным, вялым».

Отличается легкой приспособляемостью к изменяющимся условиям жизни, повышенной контактностью с окружающими людьми, общительностью. Чувства сангвиника легко возникают и быстро сменяются, стереотипы достаточно подвижны, условные рефлексы быстро закрепляются. В новой обстановке он не чувствует скованности, способен к быстрому переключению внимания и деятельности, эмоционально устойчив. Людям сангвинического темперамента более всего подходит деятельность, которая требует быстрых реакций, значительных усилий, распределенности внимания.

**Холерик.** И.П.Павлов: «Это явно боевой тип, задорный, легко и скоро раздражающийся. Увлечшись каким-нибудь делом, чересчур налегает на свои средства и силы и в конце концов до того рвется, истощается больше, чем следует, он дорабатывается до того, что ему все невмоготу».

Для холерика характерны повышенная эмоциональная реактивность, быстрый темп и резкость в движениях. Повышенная возбудимость при неблагоприятных условиях может стать основой вспыльчивости и даже агрессивности.

При соответствующей мотивации холерик способен преодолевать значительные трудности, отдаваясь делу с большой страстью. Для него характерна резкая смена настроений. Наибольшей результативности

холерик достигает в деятельности, требующей повышенной реактивности и значительного единовременного напряжения сил.

**Флегматик.** И.П.Павлов: «Спокойный, всегда ровный, настойчивый и упорный труженик жизни».

Реакции флегматика несколько замедленны, настроенные устойчиво. Эмоциональная сфера внешне мало выражена. В сложных жизненных ситуациях остается всегда спокойным и выдержанным, он не допускает импульсивных порывистых движений. Правильно рассчитывая свои силы, флегматик проявляет большую настойчивость в доведении дела до конца. Переключение внимания и деятельности у него замедленно. Его стереотипы малоподвижны и поведение в ряде случаев недостаточно гибко. Наиболее успешен в тех видах деятельности, которые требуют равномерного напряжения сил, усидчивости, устойчивости внимания и большого терпения.

**Меланхолик.** И.П.Павлов: «Явно тормозной тип нервной системы. Для меланхолика, очевидно, каждое явление жизни становится тормозящим его агентом, раз он не во что не верит, ни на что не надеется, во всем видит и ожидает плохое, опасное».

Отличается повышенной ранимостью, склонностью к глубоким переживаниям (иногда даже по незначительным поводам). Его чувства легко возникают, плохо сдерживаются, внешне отчетливо выражены. Сильные внешние воздействия затрудняют его деятельность. Он занят своими переживаниями, замкнут, воздерживается от контактов с незнакомыми людьми, избегает новой обстановки. При определенных условиях жизни у него легко формируется застенчивость, робость, нерешительность и даже трусость. В благоприятной стабильной обстановке меланхолик может достичь значительных успехов в таких видах деятельности, которые требуют повышенной чувствительности, наблюдательности, быстрой обучаемости.

Долгое время психологи считали, что темперамент неизменен в течение жизни. Последние исследования показали, что он может меняться, хотя и медленно.

**Профессиональные требования и темперамент.** Некоторые профессии предъявляют требования к динамическим свойствам (летчики, циркачи – подвижный сильный тип). Но в большинстве профессий недостатки темперамента могут компенсироваться увлеченностью, подготовкой, волевыми усилиями.

Темперамент выступает в качестве общей основы многих личностных свойств, прежде всего характера. От темперамента зависят такие

свойства личности, как впечатлительность, эмоциональность, импульсивность и тревожность.

### 7.3. Характер

**Характер – это психическое свойство личности, определяющее линию поведения человека и выражающееся в его отношениях к окружающему миру, деятельности, другим людям, самому себе.**

Характер представляет собой сочетание наиболее устойчивых, существенных особенностей личности (с греческого – "чеканка", "примета"). Личность человека характеризуется тем, что он делает и как он это делает.

Индивидуальные особенности, образующие характер, относятся в первую очередь к воле (решительность, неуверенность, боязливость), чувствам (жизнерадостность, угнетенность) и к уму (легкомыслие, вдумчивость).

Характер зависит от общественных отношений. Становление характера проходит в условиях включения личности в различные социальные группы.

Структура характера представлена чертами характера и для каждого человека индивидуальна. Различные черты, входящие в характер, связаны друг с другом и создают целостную его структуру.

**Структура характера определяется чертами, качествами, типами и акцентуациями характера.**

Знать характер человека – значит знать те существенные его черты, которые с определенной логикой и внутренней последовательностью проявляются в поступках человека.

**Выделяют следующие черты характера:**

#### **1. Обусловленные отношением**

к другим людям (тактичность, вежливость, чуткость, нравственность);

к себе (самокритичность, гордость, самолюбие);

к деятельности (инициативность, трудолюбие, работоспособность);

к вещам (аккуратность, бережливость, щедрость, скупость).

#### **2. Волевые: целенаправленность, самостоятельность, решительность, настойчивость, дисциплинированность.**

Слабоволие формирует внушаемость, нерешительность, недоброжелательность, несдержанность, упрямство, безответственность.

3. **Эмоциональные:** экспрессивность, пониженная эмоциональность, эмоциональная неустойчивость, импульсивность.

4. **Интеллектуальные:** теоретический или практический склад ума, гибкость и глубина интеллекта, устойчивая направленность, любознательность, рассудительность и др.

**Качества характера:**

**цельность** – это устойчивость позиций и взглядов в различных ситуациях, согласованность слов и поступков;

**сила** – энергичность человека, способность к длительному напряжению, преодолению трудностей в сложных ситуациях;

**твердость** – сила характера в сочетании с личной принципиальностью;

**уравновешенность** – ровность, сдержанность поведения, эмоционально-волевая устойчивость личности.

**Тип характера** – это общий способ адаптации личности к социальной среде.

Выделяют следующие типы характера:

1. **Гармонически целостный тип** – отличается устойчивостью отношений и высокой приспособленностью к окружающей среде. Отсутствуют внутренние конфликты. Это общительный, волевой, принципиальный человек. Его желания совпадают с тем, что он делает. Девиз: «Не приспособленчество, а изменение реальности сообразно своим идеалам».

2. **Тип внутренне конфликтный, но внешне гармонически согласованный со средой** – отличается противоречивостью между внутренними побуждениями и внешним поведением.

Люди этого типа склонны к импульсивным действиям, однако они постоянно сдерживаются волевыми усилиями. Система их отношений устойчива, но коммуникативные свойства недостаточно развиты.

Разлад с внешним миром они преодолевают путем внутренних тактических перестроек, психологической защиты, обесценивая текущие события, не вписывающиеся в их ценностную систему, сохраняя базовые ценности, но не стремясь активно изменить внешние обстоятельства.

3. **Конфликтный тип с пониженной адаптацией** – отличается конфликтностью между эмоциональными побуждениями и социальными обязанностями, импульсивностью, преобладанием отрицательных эмоций, неразвитостью коммуникативных свойств. Жизнь таких людей проходит по упрощенной схеме: их изменчивые потребности

должны, по их собственному мнению, немедленно удовлетворяться без особых усилий. Их не заботит будущее. В детстве они, как правило, были окружены чрезмерной заботой окружающих людей. Они отличаются инфантильностью, неприспособленностью к преодолению жизненных трудностей. Основным механизмом их жизнедеятельности – удовольствие. Все трудные ситуации они воспринимают как остро-конфликтные и прибегают к бессознательной психологической псевдозащите – искаженному отражению действительности (капризы, упрямство, уход в мир грез и бесплодных мечтаний).

**4. Вариативный тип** – внешне приспособляющийся к среде в результате неустойчивости позиций, беспринципности; свидетельствует о низком уровне развития личности, об отсутствии у нее устойчивого общего способа поведения. Бесхарактерность, постоянное приспособленчество – суррогат пластичности поведения; ее не следует путать с подлинной пластичностью поведения, со способностью учитывать обстоятельства для достижения основных целей, не отступая при этом от социальных норм и требований.

Люди этого типа отличаются упрощенностью внутреннего мира, они не имеют особых внутренних ограничений. Действительность озадачивает вопросы «технического» характера – как добиться, как достичь возможно большего количества сиюминутных благ.

**Структура и содержание характера каждого человека определяются**

а) динамикой воли (от того, насколько способен человек осуществлять свои цели, т.е. слаба или сильна его воля);

б) спецификой проявления эмоций человека и эмоционального фона (например, конфликтного), который сопровождает те или иные его поступки;

в) интеллектуальными особенностями человека;

г) взаимосвязью всех этих компонентов (для структуры характера важно то, насколько они слиты воедино, гармоничны между собой, или же, наоборот, находятся в конфликте, противоречат друг другу).

**Выразительные признаки характера:**

**поступки и действия;**

**особенности речи** (громкая или тихая, быстрый или замедленный темп, многословие или замкнутость, эмоциональность или сухость);

**внешний облик** (улыбающееся или хмурое лицо, выражение глаз, походка);

Чтобы изучить характер, необходимы длительные наблюдения в различных ситуациях жизни, сопоставление слов и дел человека.

**Характер и темперамент.** Характер, как и темперамент, зависит от физиологических особенностей – от типа нервной системы.

Сплав типа темперамента и характера обуславливают интегральную характеристику индивидуальности.

**Природный и социальный компоненты в характере:** характер – прижизненное приобретение личности, которая включается в систему общественных отношений, в соответствующую деятельность и общение с другими людьми, и тем самым приобретает свою индивидуальность.

Особенности темперамента определяют в характере такие черты, как уравновешенность или неуравновешенность, подвижность или инертность, общительность или замкнутость, тонус чувств, речь, внешняя выраженность движений. Страстная, порывистая настойчивость быстрее и легче формируется у человека с неуравновешенной нервной системой, а спокойная, медлительная манера поведения – на базе уравновешенной. Но тип высшей нервной деятельности не предопределяет содержательной стороны личности в целом. Например, такие черты характера, как принципиальность, честность, вежливость можно выработать на базе любого темперамента.

Темперамент по-своему окрашивает черты характера, придавая им своеобразие (доброта холерика и меланхолика проявляется по-разному). С другой стороны, характер может глубоко воздействовать на темперамент, подчиня эмоциональную возбудимость содержательной стороне, ее направленности и воле.

Особенности темперамента накладывают свой отпечаток на характер и социальное поведение человека. Какая из сторон темперамента (положительная или отрицательная) станет чертой характера, зависит от условий его формирования.

Характер тесно взаимосвязан с направленностью личности. Однако два человека, у которых в направленности личности обнаруживается много общего и цели которых совпадают, могут существенно различаться по используемым ими способам достижения этих целей. Эти различия лежат в особенностях характера.

Характер рассматривается как "программа поведения человека".

**Акцентуация черт характера – усиление отдельных черт.**

При этом наблюдается повышенная уязвимость к одним стрессогенным факторам при устойчивости по отношению к другим. Акцентуации могут привести к патологическим изменениям.

**Классификация типов акцентуации характеров:**

**интровертный тип** – замкнутость, затрудненность в общении и налаживании контактов, уход в себя;

**экстравертный тип** – эмоциональная взвинченность, жажда общения и деятельности, говорливость, непостоянство увлечений, иногда хвастливость, поверхностьность;

**неуправляемый тип** – импульсивность, конфликтность, нетерпимость к выражениям;

**неврастенический** – преобладающее дурное самочувствие, раздражительность, повышенная утомляемость, мнительность;

**сензитивный** – пугливость, замкнутость, застенчивость.

**демонстративный** – эгоцентризм, потребность в постоянном внимании к своей особе, восхищении, сочувствии. Общаясь с людьми этого типа нужно очень рационально фильтровать получаемую от него информацию, так как вся она пронизана субъективными представлениями, искажена эмоциями. Демонстративные люди легко завоевывают сначала внимание собеседника, а затем чувства, иногда и разум.

При правильно поставленной воспитательной работе возможно блокирование проявлений акцентуации характера.

**Формирование характера.** Каждый тип характера – это неслучайный конгломерат свойств, в их сочетаниях проступает определенная закономерность или "логика"

Сензитивным периодом жизни для становления характера можно считать возраст от 2–3 до 9–10 лет: дети много и активно общаются с окружающими взрослыми людьми и сверстниками, открыты для воздействий со стороны, с готовностью их принимают, подражая всем и во всем. Взрослые люди в это время пользуются безграничным доверием ребенка, имеют возможность воздействовать на него словом, поступком и действием, что создает благоприятные условия для подкрепления нужных форм поведения.

Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им качества: эгоистичность, черствость, безразличие к людям.

Трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость и другие "деловые" качества формируются и закрепляются

ся в играх детей и доступных формах домашнего труда. Сильное влияние оказывают стимулы со стороны взрослых.

В начальных классах формируются черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми. Если новый опыт общения со сверстниками, взрослыми, учителями не подтверждает как правильные те характерные формы поведения, которые ребенок приобрел дома, то начинается постепенная ломка характера, которая обычно сопровождается выраженными внутренними и внешними конфликтами.

В подростковом возрасте активно развиваются и закрепляются волевые черты характера, а в ранней юности закладываются базовые нравственные, мировоззренческие основы его.

К окончанию школы характер человека можно считать в основном сложившимся.

**Личность и характер человека.** В общей структуре личности характер занимает центральное место, объединяя все другие свойства и особенности поведения. Характер человека влияет на его познавательные процессы через волевые черты. Эмоциональная жизнь человека находится под прямым влиянием характера. То же самое можно сказать о мотивации и о самой воле. Характер определяет индивидуальность и своеобразие личности.

Характер человека связан с его интересами, потребностями и более всего проявляется в том, что для человека значимо. Поэтому правильно судить о характере человека можно, внимательно наблюдая за тем, как он себя ведет в значимых жизненных ситуациях, которые позволяют ему удовлетворять наиболее сильные и актуальные потребности.

В психологии рассматривается проблема "нормального характера", заключающаяся в ответе на вопрос: существует ли нормальный характер и если да, то как он проявляется.

Формальный ответ очевиден: это характер без отклонений.

Однако отсутствие "острых углов", проступающих в поведении человека, свидетельствует о том, что нет и характера — "бесхарактерный" человек. Следовательно, "нормального" характера не бывает.

**Возрастные особенности характера.** Характер людей может наиболее оптимально проявляться в разном возрасте. Одни люди особенно привлекательны в юности. Другие — деятельны, продуктивны и красивы в зрелом возрасте. Некоторые особенно привлекательны в старости, когда они становятся предельно задушевными, доброжелательными, уступчивыми и полезными своей мудростью и бескорыстной гуманно-

стью. Вероятно, в характере имеется то, что предназначено для наиболее полного проявления в определенном возрасте.

Возраст 36–40 лет считается жизненным водоразделом.

Многое меняется в психике человека на протяжении всей его жизни – меняется объем его знаний, образ мыслей, поведенческие навыки, отношение к различным явлениям действительности. Но очень устойчивым, стабильным психическим образованием остается его «Я-концепция», его жизненное самоощущение. Эта стабильность, очевидно, и породила понятие души.

#### 7. 4. Способности

Способности – это свойства личности, индивидуально-психологические особенности человека, проявляющиеся в деятельности и являющиеся условием успешности ее выполнения.

Структура способностей индивидуальна и обусловлена деятельностью человека.

Один из наиболее сложных и волнующих вопросов – вопрос о происхождении способностей, т.е. являются способности врожденными или формируются прижизненно.

Ответы на поставленный вопрос противоречивы: с одной стороны, “музыкантом надо родиться”, с другой – “талант – это 1% способностей и 99 % пота”.

Доводы следующие:

##### 1. Доказательства наследственности:

а) раннее проявление способностей: у Моцарта музыкальные способности проявились в 3 года, у Гайдна – в 4, Рафаэль проявил себя как художник в 7 лет;

б) повторение способностей у потомков знаменитых людей (династия Бахов, Дарвинов);

в) данные специальных исследований: определение музыкальности детей, у которых либо оба родителя музыкальны, либо музыкант один родитель, либо оба родителя немусикальны.

Родители / Дети	Ярко выраженная музыкальность	Отсутствие музыкальности
Оба музыкальны	85 %	7 %
Оба немусикальны	25 %	58 %

Однако подобные доводы не позволяют четко разграничить действие наследственности и среды: в семьях музыкальных родителей с большой вероятностью создаются благоприятные, а иногда и уникальные условия для развития тех же способностей для детей (музыкальные праздники в семье Бахов);

г) исследования на животных с применением метода искусственной селекции: крысы обучались находить путь в лабиринте. Отбирались успешные ("умные") и неуспешные ("неумные") животные. В каждой из выделяемых групп проводилось скрещивание. Процедура повторялась в шести поколениях (и обучение, и скрещивание в соответствии с успешностью).

Результаты свидетельствуют о возможности накопления генетической предрасположенности к успешному обучению.

## 2. Действие внешних условий:

а) результаты деятельности выдающихся педагогов;

б) массовое развитие некоторых специальных способностей в условиях определенных культур (вьетнамский язык – тональный: вьетнамцы, овладевая в раннем детстве родной речью, одновременно развивают музыкальный слух);

в) экспериментальные исследования на животных с помощью метода искусственной селекции: предварительно отобранное поколение "умных" крыс выращивалось в условиях обедненной среды (были лишены впечатлений и возможности действовать). Оказалось, что такие крысы при обучении в лабиринте действовали на уровне "глупых" животных, воспитанных в естественных условиях.

Очевидным является вывод: факторы среды обладают весом, соизмеримым с факторами наследственности, и могут иногда полностью компенсировать или, наоборот, нивелировать действие последнего.

## Классификация способностей по горизонтали.

1. Природные – общие с животными (биологически обусловленные: восприятие, память и т.д.).

## 2. Специфические человеческие:

общие, которыми определяются успехи человека в самых различных видах деятельности (развитая память, совершенная речь, находчивость, сообразительность и т.п.);

специальные (профессиональные) – определяют успехи человека в специфических видах деятельности (музыкальные, математические, литературные, технические и др.).

Общие и специальные способности сосуществуют взаимно дополняя друг друга.

Насколько правомерно считать, что человек рождается с определенными способностями? Что такое задатки? Какая связь существует между задатками людей и их индивидуальными различиями?

**Задатки** – это врожденные анатомо-физиологические особенности организма, которые облегчают развитие способностей.

Задатки многозначны, на основе одного задатка могут формироваться различные способности. Характерным для задатков является то, что они сами по себе еще ни на что не направлены. Любые задатки, прежде чем превратиться в способности, должны пройти большой путь развития.

**Способности** – такие психологические особенности человека, от которых зависит успешность приобретения знаний, умений, навыков, но которые сами к наличию этих знаний, умений и навыков не сводятся.

По отношению к навыкам, умениям и знаниям способности человека выступают как некоторая возможность.

Способности – это возможность, а необходимый уровень мастерства в том или ином деле – это действительность.

Психология, отрицая тождество способностей и знаний, умений и навыков, подчеркивает их единство. Способности обнаруживаются только в деятельности, и притом только в такой деятельности, которая не может осуществляться без наличия этих способностей.

Способности проявляются не в знаниях, умениях и навыках, как таковых, а в динамике их приобретения. Для способностей характерны взаимозаменяемость, большие компенсаторные возможности.

**Классификация способностей по вертикали.**

Сочетание различных высокоразвитых способностей, свойственных конкретному человеку, составляет **одаренность**.

Одаренность обуславливает особенно успешную деятельность человека в определенной области и выделяет его среди других лиц.

Высокая степень одаренности, реализованная человеком в определенной области, называется **талантом**.

Высокая степень одаренности, выражающаяся в результатах, достигнутых одновременно в ряде областей деятельности, называется **гениальностью**.

Творчество гениального человека имеет для общества историческое и обязательно положительное значение. Отличие гения от таланта не

столько в степени одаренности, сколько в том, что гений создает эпоху в области своей деятельности.

#### **Условия и предпосылки развития способностей:**

наличие общества, социально-культурной среды, созданной трудом многих поколений людей;

отсутствии природных задатков к пользованию соответствующими предметами и необходимость обучения этому с детства;

необходимость участия в различных сложных видах человеческой деятельности;

наличие с рождения вокруг человека образованных людей, которые уже обладают необходимыми ему способностями и в состоянии передать ему нужные знания, умения и навыки, располагая при этом соответствующими средствами обучения и воспитания;

отсутствии с рождения у человека жестких, запрограммированных структур поведения типа врожденных инстинктов, незрелость соответствующих мозговых структур, обеспечивающих функционирование психики, и возможность их формирования под влиянием обучения и воспитания.

Перед психологией очень остро стоит проблема выявления механизмов формирования и развития способностей. Тонкие механизмы этого процесса еще неизвестны. Однако некоторые сведения могут быть интересными. Прежде всего, это данные о сензитивных периодах в формировании функций. Это периоды развития, в которые развивающийся организм бывает особенно чувствителен к определенному рода влияниям окружающей действительности. Это периоды оптимальных сроков развития определенных сторон психики (2–3 года – развивается речь, 5–7 – лучший период для формирования навыка гения).

Немаловажное значение оказывают “толчки” в развитии способностей, которые связаны с яркими эмоциональными переживаниями (история раскрытия галанта Ч. Чаплина).

Наконец, неотъемлемым компонентом способностей является повышенная мотивация. Она обеспечивает интенсивную деятельность, необходимую для развития способностей.

### **7. 5. Половые различия**

Психологические различия между мужчинами и женщинами издавна являются объектом как обыденного, так и научного интереса.

Вопрос о влиянии половой дифференциации на психику (О.Вейнингер «Пол и характер») – это давний спор. Анализируя психологический аспект проблемы, необходимо прежде всего ответить на три основных вопроса:

1. Какие психологические различия между полами установлены строго научно?

2. Какова степень этих различий?

3. Какова природа этих различий?

Действительно, обнаружены некоторые различия в строении мозга у мужчин и женщин. Так, женский мозг в некоторых участках мозолистого тела (отвечает за межполушарные связи) имеет больше нервных клеток. Это дает основание полагать, что у женщин лучше происходит синтез информации. Это в какой-то степени объясняет наличие загадочной «женской интуиции». Кроме того, большая относительная активность левого полушария мозга проявляется в более высоких показателях у женщин, связанных с вербальными функциями, аналитическими способностями и тонкими ручными манипулированием.

В зрительном восприятии деталей женщины превосходят мужчин. Недостатки, связанные со зрительной системой, встречаются чаще у мужчин.

В уровне развития памяти женщины незначительно превосходят мужчин. Больше фактов выявленных различий в интеллекте и способностях мужчин и женщин. Так, в математике, способности к пространственным представлениям мужчины превосходят женщин. А женщины превосходят мужчин в вербальных (речевых) способностях (беглость речи, понимание письменного текста, сохранность речи в старости).

Половые различия интеллектуальных характеристик рассматриваются в связи с исследованиями мотивации, интереса и других психических феноменов.

Женщины более успешны в выполнении заданий на координацию движений рук, в операциях, требующих быстрой и ловкости.

Мужчины, как правило, демонстрируют более высокий уровень притязаний, при этом отмечается большее соответствие уровня притязаний реальным возможностям у женщин.

У мужчин оказываются более развитыми творческие художественные способности, умение ориентироваться в пространстве. Это может свидетельствовать о преимуществах в развитии правого полушария.

Женское начало, призванное обеспечить продолжение рода, имеет большую психологическую устойчивость.

Мужское начало связано с необходимостью адаптации к совершенно новым, неведомым условиям, что и объясняет большую психологическую индивидуализированность личности.

Женщины в целом более социально зависимы (большая межличностная направленность: более нуждаются в защите, более внушаемы), чем мужчины.

Мужчины ведут себя более агрессивно, чем женщины (кроме вербальной агрессии: потребность поучать, читать нотации).

Критерием выбора работы у мужчин является ее содержание, а для женщин – взаимоотношения в коллективе. Критерий взрослости для юношей – степень профессионального самоопределения, для девушек – устройство личной жизни (И.С.Кон).

Более заметно полоролевые различия характера проявляются в психофизиологической сфере – характеристиках сенсомоторных реакций, особенностях эмоциональных и волевых проявлений.

Таким образом, особенности как женской, так и мужской психики определяются эволюционно-генетической целесообразностью.

В связи с эмансипацией женщин все более расширяются сферы совместной деятельности мужчин и женщин. Это ведет к уменьшению психических различий между ними.

## 7.6. Фазы жизненного пути личности

III Бюлер установила закономерности в смене фаз жизни, в изменении объема жизненной активности в зависимости от возраста.

Первая фаза (до 16–20 лет) характеризуется отсутствием собственной семьи и профессиональной деятельности.

Вторая фаза (с 16–20 до 25–35 лет) – период проб. Человек пробует себя в различных видах деятельности, ищет спутника жизни. Особенностью этого периода являются прогнозы возможных путей в дальнейшей жизни.

Третья фаза (от 25–35 до 45–50 лет) – пора зрелости. Человек находит свое профессиональное призвание и создает семью.

В этот период человеку свойственны:

реальные ожидания от жизни;

трезвая оценка возможностей;

субъективное переживание этого возраста как вершины жизни.

Четвертая фаза (от 45–50 до 65–70 лет) фаза стареющего человека. Завершается профессиональная деятельность, взрослые дети уходят из семьи. Усиливается склонность к мечтам, одиночеству, воспоминаниям, исчезает постановка перспективных целей.

Пятая фаза (от 65–70 лет до смерти) – старость. Профессиональную деятельность заменяет хобби.

Однако не следует забывать, что жизненный путь состоит из возрастных и индивидуальных фаз, которые определяются по многим параметрам.

## **Тема 8. ЧУВСТВА И ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ**

### **8.1. Эмоции и чувства**

Еще со времен Платона психическая жизнь представляется в виде трех относительно самостоятельных сущностей: ум, воля и чувства (или эмоции).

Ум и воля в определенной степени подвластны нам, а эмоции возникают и действуют помимо нашей воли и желания.

Чувства – это переживание человеком своего отношения ко всему тому, что он познает и делает, к тому, что его окружает.

Эмоции – это непосредственная форма переживания, связанная с удовлетворением или неудовлетворением потребностей.

**Эмоции** (от лат. *emoveo* – потрясаю, волную) – это реакции человека и животных на воздействия внешних и внутренних раздражителей, имеющих ярко выраженную субъективную окраску.

В эмоциях человек представляет свое отношение к содержанию познавательного в виде удовольствия или неудовольствия, радости, грусти, страха, восторга и т.д. Эмоции могут колебаться от бурных взрывов страсти до тонких оттенков настроения.

**Функции эмоций.** У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настраиваться на совместную деятельность и общение.

Кроме того, эмоции выполняют следующие функции.

**сигнальную** – переживания возникают и меняются в связи с изменениями, происходящими в окружающей среде или в организме чело-

века. Особенно велико сигнальное значение отрицательных эмоций, так как они как бы предупреждают человека о возможной опасности,

**регулирующую** – наше поведение во многом направляется нашими переживаниями. Человек предпочитает испытывать удовольствие и избегать страданий. Однако постоянное удовольствие приводит к пресыщению и скуке, а последняя вызывает страдание.

Жизнь без эмоций так же невозможна, как и без ощущений. Чем более сложно организовано живое существо, тем богаче гамма возможных эмоциональных состояний, которые оно способно переживать.

Эмоции и чувства имеют такое специфическое качество, как двойственность, или амбивалентность: человек в одно и то же время может испытывать противоположные чувства: любовь и ненависть, радость и грусть, обожание и отвращение,

**коммуникативную** – через выразительность речи, интонаций, жестов, мимики человек проявляет свое эмоциональное отношение к другим людям (Л.Н.Толстой в романе “Война и мир”, раскрывая эмоциональные состояния своих героев, описал 85 оттенков выражения глаз и 97 оттенков улыбки).

**Виды эмоций.** К классу эмоций относятся настроения, аффекты, страсти, стрессы, фрустрация.

Самая старая по происхождению, простейшая и наиболее распространенная среди живых существ форма эмоциональных переживаний – это **удовольствие**, получаемое от удовлетворения органических потребностей, и **неудовольствие**, связанное с невозможностью это сделать при обострении соответствующей потребности.

**Настроения** – это слабо выраженные эмоциональные переживания, которые отличаются продолжительностью, слабым осознанием причин и факторов их вызывающих.

**Аффекты** – наступают в результате каких-либо потрясений. Это переживания большой силы, с коротким периодом протекания. Они характеризуются значительными изменениями в сознании, нарушениями волевого контроля. Аффекты, как правило, препятствуют нормальной организации поведения, его разумности.

Одним из наиболее распространенных видов аффектов является **стресс**. Это неспецифическая реакция организма на неожиданную и напряженную обстановку (термин ввел Ганс Селье – автор теории стресса). Стресс представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у чело-

века, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку. Стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения. Изменяется режим работы многих органов и систем организма: учащается ритм сердца, повышается свертываемость крови, частота пульса.

Разные люди по-разному реагируют на стрессовые нагрузки: у некоторых эффективность деятельности продолжает расти до некоторого предела – “стресс льва”, а у других реакция пассивная, эффективность деятельности падает – “стресс кролика”.

**Фрустрация** (обман, тщетное ожидание) – тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности.

Фрустрация создает защитную мотивацию, направленную на преодоление возникшего препятствия. Эта мотивация реализуется в эмоциональных реакциях. Самой распространенной эмоциональной реакцией на фрустрацию является возникновение агрессивности, направленной чаще всего на препятствие. Адекватная реакция на препятствие состоит в том, чтобы преодолеть или обойти его; агрессивность проявляется в бурных и неадекватных реакциях: оскорбление, физические нападки на человека или объект.

**Страсть** – сильные, глубокие, длительные и устойчивые эмоциональные переживания с ярко выраженной направленностью на достижение цели. Страсть представляет собой сплав эмоций, мотивов и определенного вида деятельности или предмета.

**Эмпатия** – обозначает наше осознание эмоционального состояния другого человека и способность разделить его. Сопереживание другому человеку означает нечто большее, чем жалость к нему.

**Теория эмпатического альтруизма:** мы помогаем нуждающимся людям, чтобы избавиться от собственных страданий, вызванных сопереживанием.

**Классификация чувств.**

**Интеллектуальные** – связаны с познавательной деятельностью и возникают в процессе учебной, научной работы, в творческой деятельности.

**Нравственные** – отражает отношение человека к требованиям морали. Они связаны с мировоззренческими мыслями, идеями человека, принципами и традициями.

**Эстетические** – возникают в связи с удовольствием или неудовольствием эстетических потребностей человека (чувства прекрасного и безобразного, возвышенного и низменного).

Все чувства могут как активизировать деятельность человека, так и вызывать пассивность.

#### **Эмоциональные качества личности.**

1. Эмоциональные люди – легко возбудимы, эмоционально впечатлительны, импульсивны. Глубоко переживают свои поступки, часто раскаиваются. Но в будущем вновь допускают импульсивные срывы.

2. Сентиментальные люди – склонны к самосозерцанию, чувствительно пассивные типы. Они могут грешить, проливая слезы. Их чувства направлены на самих себя. Им присуще самолюбование своими чувствами.

3. Страстные натуры – эмоционально стремительны, высокодействительны, упорны в достижении целей. Живут напряженной, эмоционально насыщенной жизнью, у них постоянно имеется предмет страсти. Бурную энергию они тратят в полной мере.

4. Эмоционально-фригидные люди – люди холодного рассудка. Их эмоциональные проявления минимальны, они не способны проникаться эмоциональным состоянием других людей, лишены чувства сострадания.

## **8. 2. Волевая регуляция поведения**

В XVIII–XIX вв. проблема воли была одной из центральных в психологических исследованиях.

**Воля** – это способность человека сознательно управлять своим поведением, мобилизовать все свои силы на достижение поставленных целей.

Воля человека проявляется в действиях (поступках), которые выполняются с заранее поставленной целью.

#### **Функции воли:**

регуляция действий и поступков, руководство потребностями, желаниями, мотивами человека;

побудительная – обеспечивается активностью человека (произвольность);

тормозная – сдерживание нежелательных проявлений активности.

**Формирование воли** – это переход внешнего социального контроля к внутреннему самоконтролю личности.

Волевая регуляция поведения тесно связана с мотивацией поведения и поступков человека. Если мотив не очень сильный, то достижение цели требует выраженного волевого усилия.

Функцией волевой регуляции является повышение эффективности любой деятельности. На личностном уровне воля проявляется в таких свойствах, как сила воли, энергичность, настойчивость, выдержка и др. Это базовые волевые качества личности.

Волевого человека отличают решительность, смелость, самообладание, уверенность в себе. Эти качества развиваются позже, чем базовые, и в жизни проявляются в единстве с характером, поэтому они являются не только волевым, но и характерологическим. Это вторичные волевые качества.

Есть еще одна группа качеств, которые, отражая волю человека, связаны с его морально-ценностными ориентациями: эмоциональная ответственность, дисциплинированность, принципиальность, обязательность, деловитость, инициативность. Такие качества формируются только к подростковому возрасту.

Воля проявляется в действиях и поступках. Но не каждое действие является волевым. Волевым действием всегда связано с осознанием цели деятельности, ее значимости, с подчинением этой цели выполняемых действий. **Волевым действием имеет следующие ступени:**

1. Постановка цели.
2. Мысленное планирование (с помощью каких средств можно добиться цели. Экзамен: 1) выучить; 2) шпаргалка; 3) списать у сокурсника).
3. Совершение (исполнение) действия.

Энергия и источник волевых действий всегда так или иначе связаны с актуальными потребностями человека.

Отдельные волевые качества и волевая активность оцениваются по следующим параметрам: сила, устойчивость, широта, направленность.

**Основные волевые качества личности:**

целеустремленность – умение подчинить действия поставленной цели;

настойчивость – умение мобилизовать все возможности для длительной борьбы с трудностями;

выдержка – умение затормозить действия, чувства, мысли, мешающие осуществлению принятого решения;

решительность – умение принимать и претворять в жизнь быстрые, обоснованные и твердые решения;

инициативность – умение работать творчески;  
самостоятельность – умение действовать на основе своих взглядов и убеждений;

организованность – разумное планирование и упорядоченная организация своей деятельности.

Основу воспитания человека составляет воспитание его волевых качеств, которые в первую очередь приобретаются самовоспитанием.

**Безволие** – свойственно конформным людям, избегающим принятия самостоятельных решений и в то же время склонным пассивно принимать взгляды других, приспосабливаться к готовым стандартам поведения. Состояние болезненного безволия – «абулия».

### 8. 3. Психические состояния

Различные формы поведения и деятельности человека протекают на фоне определенных состояний, которые могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на адекватность и успешность поведения и деятельности в целом.

**Психические состояния** – это определенный уровень работоспособности и качества функционирования психики человека, характерный для него в каждый данный момент времени, это **временное своеобразие психической деятельности личности, обусловленное содержанием и условиями его деятельности, личностным отношением к этой деятельности.**

Психические состояния человека характеризуются:

целостностью (характеризуют в определенный промежуток времени всю психическую деятельность в целом);

подвижностью (изменчивость, наличие стадий протекания: начало, определенная динамика, конец);

относительной устойчивостью (динамика менее выражена, чем у психических процессов);

крайним многообразием и полярностью (каждому психическому состоянию человека соответствует противоположное состояние: активность – пассивность, уверенность – неуверенность);

индивидуальным своеобразием и типичностью;

взаимосвязью с психическими процессами и свойствами личности.

Психические состояния подразделяются на:

ситуативные (психическое напряжение, конфликтные психические состояния);

личностные (пограничные состояния: психопатии, неврозы, умственная отсталость, состояния нарушенного сознания).

К психическим состояниям можно отнести: активность и пассивность человека: бодрствование, усталость и апатию; эйфорию, душевный подъем.

Наиболее актуальными являются состояния бодрствования, утомления, монотонии и психической напряженности как наиболее часто встречающиеся в жизни человека.

**Бодрствование** – состояние активного психического взаимодействия индивида со средой.

Уровень бодрствования обусловлен содержанием деятельности человека, его отношением к этой деятельности, интересами, увлеченностью.

**Утомление** – временное снижение работоспособности, под влиянием длительных нагрузок. Замедляется темп работы, нарушаются точность, ритмичность и координированность движений. Появляются чувство неуверенности в правильности действий, расстройства внимания, нарушение двигательных функций, нарушение мышления, ослабление воли, сонливость.

Состояние утомления развивается постепенно. Скорость развития утомления зависит от ряда субъективных причин: возраста, пола, физического развития, состояния здоровья, волевых качеств.

**Монотония** – результат однообразия деятельности. Монотония стимулирует утомление, наблюдаются скачкообразные колебания работоспособности.

#### **Приемы предупреждения монотонии:**

повышение заинтересованности в выполнении однообразных действий, осознание необходимости;

периодическая смена приемов и ритма выполнения действий;

использование посторонних раздражителей;

разнообразие внешних условий деятельности.

Состояние **психической напряженности** возникает в усложненных условиях деятельности (ограничение времени на выполнение работы, ситуации повышенной ответственности – соревнования, экзамены) и влияет на эффективность деятельности.

**Основные способы профилактики повышенной психической напряженности:**

воспитание эмоциональных и волевых качеств личности;

создание благоприятного психологического климата и оптимальных условий деятельности.

**Кризисные состояния личности.** Если личность оказывается высокочувствительной к ущемлению чести и достоинства, несправедливости, нечестности, ситуативные конфликты могут перерасти в глубокие кризисные состояния личности:

**состояние негативизма** – превалирование отрицательных реакций, утрата положительных социальных контактов;

**ситуационная оппозиция личности** – резкая отрицательная оценка отдельных лиц, их поведения и деятельности, агрессивность по отношению к ним;

**социальная отчужденность (аутизм)** – устойчивая самозащита личности в результате конфликтных взаимодействий с социальным окружением. Проявляется в устойчивом чувстве одиночества, отверженности, иногда в озлобленности;

**депрессия** – отрицательное эмоциональное состояние, сопровождающееся болезненной пассивностью.

**Пограничные психические состояния** – состояния, смежные между нормой и патологией.

При пограничных состояниях интеллект человека в основном сохраняется, но нарушается психическая саморегуляция. Эти нарушения сводятся к следующим особенностям:

частая и быстрая смена настроений, повышенная психическая истощаемость;

уход от контактов с людьми, гипертрофия одиночества, отверженности, противопоставление окружающей социальной среде;

повышенная возбудимость, импульсивность, обидчивость, жестокость, склонность к конфликтным взаимодействиям, завышенность самооценок, эгоистичность;

повышенная conformity, слабыхарактерность, интеллектуальная ограниченность, неэмпатичность.

К психическим аномалиям следует также отнести и повышенную агрессивность.

**Агрессивность** – устойчивое стремление индивида нанести другому человеку физический или психотравмирующий вред, ущерб.

Агрессивность связана со слабостью у человека антистрессовой защиты, импульсивностью, повышенным уровнем тревожности. Агрессивность может развиваться как противодействие авторитарной власти в семье или группе.

## Тема 9. ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТОВ И СТРЕССОВ

### 9.1. Общее понятие конфликта.

#### Причины возникновения конфликтов

Конфликт – это противоречие, возникающее между людьми в связи с решением тех или иных вопросов социальной и личной жизни.

В конфликте одна из сторон требует, ждет изменения поведения, мыслей, чувств партнера. Однако не всякое противоречие можно назвать конфликтом: люди могут иметь различные взгляды, суждения о какой-либо проблеме, и это не мешает их сплоченной работе. Но противоречия, затрагивающие интересы, статус, моральное достоинство личности или группы, ведут к возникновению конфликта.

Конфликты создают напряженные отношения в коллективе, переключают внимание сотрудников с непосредственных забот производства на «выяснение отношений», тяжело сказываются на их нервно-психическом состоянии. И все же конфликты могут обладать и созидательной силой, когда их разрешение ведет к улучшению условий труда, технологий, управленческих отношений.

Если конфликты способствуют принятию обоснованных решений и развитию взаимоотношений, то их называют **конструктивными** (функциональными). Конфликты, препятствующие эффективному взаимодействию и принятию решений, называют **деструктивными** (дисфункциональными).

Причины возникновения конфликтов можно объединить в пять групп в соответствии с обуславливающими их факторами: информацией, структурой, ценностями, отношениями, поведением.

В основе многих конфликтов лежат **информация**, приемлемая для одной стороны и неприемлемая для другой (неполные и неточные факты, слухи, подозрения в умышленном сокрытии информации или ее обнародование, сомнение в надежности и ценности источников информации).

**Структурные** факторы связаны с формальной и неформальной организацией социальной группы.

**Ценностные** факторы – это те принципы, которые мы провозглашаем или отвергаем.

Факторы отношений связаны с чувством удовлетворения от взаимодействия или его отсутствия. При этом важно учитывать основу отношений (добровольные или принудительные), их сущность (независимые, зависимые, взаимозависимые), баланс силы, длительность отношений, различия в образовательном уровне, жизненном и профессиональном опыте.

Некоторые авторы в этой связи в отдельную группу выделяют различия в психологических особенностях. Не следует считать ее основной и главной, но игнорировать роль психологических особенностей тоже нельзя. Порой психологические различия участников совместной деятельности столь велики, что мешают ее осуществлению, повышая вероятность возникновения всех типов и видов конфликтов. Это психологическая несовместимость.

Требуются определенные различия характеров, их несходство, что делает возможным их «взаимозаменяемость».

**Психологическая совместимость.** В общем для обеспечения совместимости с другими людьми требуется три основных качества характера:

- 1) способность критически относиться к себе;
- 2) терпимость к другим;
- 3) доверие к другим.

Если эти качества полностью отсутствуют у человека, то он психологически несовместим.

**Поведенческие факторы** ведут к конфликтам, если ущемляются интересы, подрывается самооценка, возникает угроза безопасности (физической, финансовой, эмоциональной, социальной), создаются условия, вызывающие негативные эмоциональные состояния, в поведении людей проявляется эгоизм, безответственность.

**Характерные черты конфликта:**

- 1) неопределенность исхода, т.е. ни один из участников не знает решений, которые принимает другой;
- 2) различие целей;
- 3) образ действий каждой из сторон.

Любой конфликт имеет в своей основе противоречие, столкновение позиций, за которыми стоят различия интересов, ценностных представлений сторон. Чем более значимы для человека ценности затрагивает конфликт, тем менее вероятны уступки и компромиссы. Чем более эмоционально вовлечены участники конфликта в ситуацию, тем острее конфликт.

Большинство конфликтов (80 %) возникает помимо желания их участников, и главную роль в возникновении таких конфликтов играют так называемые конфликтогены – слова, действия (или бездействия), могущие привести к конфликту. Причем разжиганию конфликтов способствует такая закономерность, как эскалация конфликтогенов, т.е. на конфликтоген мы стараемся ответить более сильным конфликтогеном, часто максимально сильным из всех возможных, испытываем желание «проучить обидчика» как можно сильнее, больнее, обиднее.

Первый конфликтоген часто бывает непреднамеренным, ситуативным или случайным, а отсюда следует действие эскалации конфликтогенов.

#### Пути предотвращения конфликтов:

- 1) не употребляйте конфликтогенов, не говорите и не делайте того, что может задеть, обидеть собеседника;
- 2) не отвечайте конфликтогенами на чужой конфликтоген – если не остановить сразу, то позднее сделать это будет практически невозможно – так стремительно нарастает сила конфликтогенов;
- 3) проявляйте эмпатию к собеседнику, поймите его состояние;
- 4) делайте как можно больше благожелательных обращений к собеседнику (дружеская улыбка, поддержка, уважительное отношение, похвала, сочувствие и т.д.).

#### Типы конфликтогенов:

- 1) стремление к превосходству (приказы, угроза, критика, навязывание своих советов, попытка обмана и т.д.);
- 2) проявление агрессивности (следствие плохого настроения, фрустрация и т.д.);
- 3) проявление эгоизма.

Однако во многих ситуациях человек будет реагировать так, чтобы не дать другому добиться желаемой цели. Настоящий конфликт часто проявляется при попытке убедить другую сторону или нейтрального посредника: «Почему он не соглашается? Моя-то точка зрения правильная». Человек может попытаться убедить других принять его точку зрения или заблокировать чужую с помощью таких средств, как принуждение, вознаграждение, обращение к традициям, экспертные оценки и т.д.

## 9.2. Классификация конфликтов.

### Типы поведения людей в конфликтной ситуации

1. По объему в социальной психологии и психологии управления конфликты классифицируются по следующим критериям:

- а) внутрличностные – требования не согласуются с личными потребностями или ценностями человека;
- б) межличностные – из-за притязаний на ограниченные ресурсы (премия), вакантную должность, из-за несходства характеров;
- в) конфликт между личностью и группой – противоречие между ожиданиями или требованиями определенной личности и сложившимися в группе нормами поведения и труда;
- г) межгрупповые конфликты – конфликты внутри формальных групп коллектива (администрация и профсоюзы), внутри неформальных групп, а также между формальными и неформальными группами.

2. По длительности протекания:

- а) кратковременные – следствие взаимного непонимания или ошибок, которые быстро осознаются;
- б) затяжные – связаны с глубокими нравственно-психологическими травмами или объективными трудностями.

Длительность конфликта зависит как от предмета противоречия, так и от черт характеров столкнувшихся людей.

3. По степени влияния конфликтов на жизнь коллектива:

- а) выходящие – мелкие столкновения, связанные главным образом с психологической несовместимостью лиц;
- б) разрушительные – глубокие расхождения во мнениях членов коллектива;
- в) конфликты, дающие осложнения (послеконфликт);
- г) конфликты, не имеющие последствий.

Послеконфликт проявляется в негативном поведении или чувстве неудовлетворенности после того, как конфликт считается разрешенным. Это значит, что конфликт не был разрешен или был разрешен несправедливо, либо методами, задевавшими личное достоинство партнера. Возникновению послеконфликта могут способствовать преждевременное или неполное урегулирование конфликта, неудовлетворенность интересов и др.

Очень существенны также психологические и поведенческие факторы:

стремление найти виновного, с себя снять вину;  
расчет на одностороннюю выгоду;  
недостаточные возможности «сохранить лицо»  
ощущение давления и принуждения;  
изменение баланса сил между участниками.

#### 4. По источнику возникновения

а) объективно обусловленные – возникновение конфликта в сложной противоречивой ситуации (плохие условия труда, нечеткое разделение функций и ответственности). Устранить конфликты, вызванные такими причинами, можно только изменив объективную ситуацию.

В этих случаях конфликт выполняет сигнальную функцию, указывая на неблагополучие в жизнедеятельности коллектива;

б) субъективно обусловленные – в связи с личностными особенностями конфликтующих.

Люди неодинаково ведут себя в конфликте: одни чаще уступают, отказываясь от своих желаний и мнений, другие – жестко отстаивают свою точку зрения.

Доктор психологических наук Н.Обозов выделяет три типа поведения в конфликте: поведение «практика», поведение «собеседника», поведение «мыслителя».

В зависимости от типов личностей, включенных в конфликт, он может протекать по-разному.

«Практику» («Лучшая защита – нападение»). Самое важное для него – преобразование среды и завершение всяких действий. «Действенность» людей практического типа способствует увеличению длительности конфликта. Его неуемная потребность в преобразовании внешнего окружения, в том числе в изменении позиций других людей, может приводить к разнообразным столкновениям, напряженности в отношениях.

«Собеседник» («Лучше плохой мир, чем хорошая война»). Главное – общение с людьми. Они более поверхностны в отношениях, круг знакомства и друзей у них достаточно велик, и близкие отношения у них этим компенсируются. «Собеседники» не способны на длительное противостояние в конфликте. Они умеют так разрешить конфликт, чтобы как можно менее затронуть глубинные чувства. Этот тип чувствителен к изменению настроения партнера и стремится сгладить возникающее противоречие в самом его начале. «Собеседники» более открыты для принятия мнения другого и не очень стремятся изменить это мнение, изначально предпочитая сотрудничество.

«Мыслитель» («Пускай думает, что он победил»). Ориентирован на познание себя и окружающего мира. В конфликте он выстраивает сложную систему доказательств своей правоты и неправоты своего оппонента. «Мыслитель» хорошо продумывает логику своего поведения, более осторожен в действиях, хотя и менее чувствителен, чем «собеседник». В общении «мыслители» предпочитают дистанцию. Реже попадают в конфликт, но уязвимы в близких личных отношениях, где и степень включенности в конфликт будет очень высокой.

Некоторые специалисты считают, что в каждом коллективе есть свой «склочник» и «антисклочник». «Склочник» – универсально конфликтный тип личности, для которого состояние конфронтации также естественно, как для «антисклочника» сотрудничество. «Склочник» раздувает конфликт, а «антисклочник» любыми путями пытается потушить его.

**Конфликтные личности.** В каждом коллективе есть своя «баба-яга», но нужно не давать расцвести пышным цветом ее злему началу. Различают пять типов конфликтных личностей:

1. Демонстративный – чаще всего это холерики, которым присуща бурная деятельность в самых разнообразных направлениях, для них конфликт, как для рыбы вода – это жизнь, среда существования. Они любят быть все время на виду, имеют завышенную самооценку, даже при отсутствии каких-либо оснований могут пойти на конфликт, чтобы хоть таким способом быть на виду.

2. Ригидный (косный) – не умеют перестраиваться, т.е. учитывать в своем поведении изменения ситуации и обстоятельств, честолюбивы, проявляют болезненную обидчивость, подозрительность. Отличаются завышенной самооценкой, нежеланием и неумением считаться с мнением окружающих.

3. Педант – личность «сверхточного» типа, которая всегда пунктуальна, придирчива, занудна, отталкивает от себя людей. Характеризуется повышенной тревожностью, проявляющейся в подозрительности. Отличается повышенной чувствительностью к оценкам со стороны окружающих, особенно руководителей.

4. Бесконфликтный (безвольный) – личность сознательно уходящая от конфликта, перекладывает ответственность на других, беспринципна.

5. «Рационалисты» – расчетливые люди, готовые к конфликту в любой момент, когда есть реальная возможность достичь через конфликт личных целей.

### 9. 3. Методы разрешения конфликтов

Избегать конфликтов невозможно, но есть способ избавиться от разрушительного влияния на взаимоотношения людей – научиться выбирать эффективные стратегии разрешения конфликтных ситуаций.

Необходимо знать, в чем суть конфликта, кто является участником конфликта, каковы позиции и интересы участников конфликта, каковы отношения участников конфликта и их эмоциональные установки по отношению друг к другу.

#### Межличностные методы.

**1. Уклонение** – это реакция на конфликт, выражающаяся в игнорировании и практическом отрицании конфликта. Девиз такого поведения: «Не стоит делать из мухи слона».

**2. Сглаживание** – удовлетворение интересов другой стороны через «приспособления», чаще всего оно предполагает незначительное удовлетворение собственных интересов. Девиз: «Чтобы ты выиграл, я должен проиграть». Причиной такого поведения может быть стремление сделать «жест доброй воли», завоевать расположение партнера.

**3. Компромисс** – открытое обсуждение мнений и концепций, направленное на поиск решения, наиболее удобного и приемлемого для обеих сторон. Преимущество такого исхода – взаимная уравниловка прав и обязанностей и легализация претензий. Конфликт снимает напряженность, помогает найти оптимальное решение. Партнеры сходятся из того, что совместный выигрыш выгоден, что плохое решение лучше, чем его отсутствие.

**4. Конкуренция** – может привести к доминированию и в конечном итоге уничтожению одного партнера другим. «Чтобы я победил, ты должен проиграть». Это неблагоприятный и малопродуктивный исход конфликта, хотя следует признать, что конкуренция может стимулировать способности и талант.

**5. Сотрудничество** – это форма разрешения конфликта, при которой удовлетворение интересов обеих сторон более важно, чем решение вопроса. Сотрудничество подразумевает, что интересы одной стороны не будут удовлетворены, если не будут удовлетворены интересы и другой, по крайней мере частично. Ни одна из сторон не стремится добиться цели за счет другой.

Когда важна цель, а взаимоотношения имеют меньшее значение, наилучшим выходом из конфликта может оказаться доминирование. Вместе с тем, когда отношения намного важнее, чем цель, разумнее прибегнуть к тактике «сглаживания». Это ситуация, о которой говорят:

«Стоит ли ссориться из-за пустяков?». Но, когда важны и цель, и отношения с оппонентами, без сотрудничества в том или ином виде не обойтись.

Если вы решились на сотрудничество, то первое, что нужно сделать— это отказаться от тактики самообороны, ведущей к неравенству и изоляции сторон. Отношения с партнерами должны быть позитивными, с акцентированием того, что объединяет, а не разъединяет.

Существуют различные модели поведения в условиях конфликтных ситуаций. Одна из них – модель Д.Джонсона, суть которой заключается в том, что в конструктивном разрешении конфликтов играют роль определенные факторы:

**1. Адекватность отражения конфликта:** ошибка людей состоит в том, что часто неправильно воспринимаются позиции оппонента. Типичные искажения восприятия:

«иллюзия собственного благородства» – каждая сторона уверена в своей правоте и считает себя жертвой противника,

«поиск соломинки в глазу другого» - каждый четко видит недостатки другой стороны и не осознает своих собственных,

«двойная этика» - противники осознают, что совершают одинаковые поступки по отношению к друг другу. Однако свои действия расцениваются каждой стороной как допустимые и законные, а действия противника – как нечестные и недопустимые.

**2. Определение существа конфликта.**

**3. Откровенность и эффективность общения конфликтующих сторон.**

**4. Создание климата взаимного доверия и сотрудничества** – стремление к согласию и взаимопониманию, нежелание использовать слабые и уязвимые стороны противника.

## **Тема 10. ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ И ЕГО ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА**

### **10.1. Общая сравнительная характеристика здоровой и девиантной личности**

**Девиантное поведение можно определить как отдельные поступки или их совокупность, входящие в противоречие с принятыми в**

обществе юридическими, моральными и социальными нормами.

Девiantное поведение предполагает наличие по меньшей мере трех основных компонентов:

человека, которому свойственен этот тип поведения;

нормы или ожидания общества (группы), являющихся критериями оценки поведения с точки зрения девиации;

некого органа, учреждения или личности, реагирующих на данное поведение и принимающих решение (нормально или девиантно то или иное поведение) и определяющих санкции.

Здоровая личность характеризуется рядом признаков:

интерес к внешнему миру;

наличие смысла жизни;

существование иерархии ценностей;

способность юмористически окрашивать действительность;

целостность личности и адекватность ее реакций на изменения обстоятельств;

эмоциональная уравновешенность;

способность к установлению душевных контактов с окружающими;

соответствие поведения человека нормам и традициям, установленным в обществе;

выбор законных средств для достижения целей и др.

## 10.2. Алкоголизм

Алкоголизм – это форма девиантного поведения, характеризующаяся развитием патологического влечения к алкоголю, психологической и физиологической зависимостью от него.

По данным Всемирной организации здравоохранения показатель распространенности алкоголизма в высокоразвитых странах колеблется в пределах от 11 до 44 случаев на 1000 человек. Подавляющее большинство – мужчины. Однако соотношение женщин и мужчин, страдающих алкоголизмом, изменилось и составляет 1: 6. Увеличивается количество случаев детского алкоголизма.

Э.А.Бабаян (1981) в зависимости от отношения населения к спиртным напиткам выделил следующие группы:

1) самая многочисленная и неоднородная по составу – лица, совершенно не употребляющие спиртные напитки (женщины; больные, которые по состоянию здоровья не могут употреблять алкоголь; дети и небольшая часть мужчин);

2) группа «экспериментаторов» – лица, принимающие алкоголь в порядке дегустации или для сравнения свойств отдельных напитков;

3) группа «потребителей» – лица, принимающие алкоголь в связи с какими-либо событиями, эпизодически и регулярно;

4) лица, злоупотребляющие алкогольными напитками;

5) больные хроническим алкоголизмом. Эта группа формируется из лиц четвертой группы.

#### **Виды алкоголизма:**

**бытовой** – имеет место привыкание к алкоголю, но пьющий человек способен контролировать количество напитка и даже временно прекратить его употребление в неподходящих для выпивки ситуациях;

**хронический** – изменяется устойчивость к алкоголю (опьянение возникает от сравнительно небольшого количества алкоголя).

#### **Причины алкоголизма:**

предрасполагающие особенности личности (конформные, незрелые, зависимые, внушаемые, склонные к подражанию);

обычай употреблять алкоголь в определенном обществе, группе, среде и главным образом – в семье.

Различают простое алкогольное опьянение и хронический алкоголизм. Простое алкогольное опьянение условно разделяют на три степени: легкую, среднюю и тяжелую.

**Легкая степень** – ощущение комфорта, повышенного настроения, самоуверенности, ложного оптимизма, хвастливости. Опьяненный человек весел, активен. Поет песни, танцует, громко говорит, переходит с одной темы на другую. Суждения становятся неточными, неконкретными, критика к оценке своего состояния снижается.

**Средняя** – наблюдается эйфория, усиливается двигательное возбуждение, которое сопровождается раздражительностью, иногда подавленным настроением, конфликтностью. Нарушается координация, возможны импульсивные поступки, смазанная, неустойчивость походки, фрагментарные пробелы памяти на время опьянения.

**Тяжелая** – сопровождается оглушенным расстройством сознания. Поведение может выйти из-под контроля, возможны неадекватные поступки, преобладает злобный аффект. Движения совершенно не координированы, речь отрывиста, невнятна. Абсолютно не помнят, какие поступки совершали в состоянии опьянения.

Хронический алкоголизм наступает в результате принятия алкоголя длительное время, обычно в течение нескольких лет, и сопровождается клеточными и структурными изменениями в ряде органов и систем организма (головной мозг, пищеварительная система, печень, поджелудочная железа). В головном мозге под влиянием алкоголя происходят необратимые изменения.

Абстинентный синдром (синдром похмелья) развивается обычно через 2–10 лет после начала злоупотребления алкоголем. После протрезвления наблюдается головная боль, головокружение, тахикардия, тремор конечностей.

Постепенно происходит алкогольная деградация личности со снижением памяти и интеллектуальной деятельности. Человек становится грубым, эгоистичным, эмоционально неустойчивым, раздражительным с антисоциальными поступками.

### 10.3. Наркомания и токсикомания

Наркомания – это патологическое влечение к употреблению ряда наркотических средств (опий, гашиш, марихуана и др.).

Токсикомания – патологическое влечение к систематическому употреблению препаратов, не включенных в список наркотиков, но вызывающих изменения сознания.

Это сильная физиологическая и психологическая зависимость от наркотических или токсических веществ.

Общие признаки наркомании и токсикомании:

болезненное влечение к употреблению средства;

наличие состояния наркотического (токсикологического опьянения);

абстинентный синдром (дискомфорт организма: повышенная раздражительность, бессонница, тремор конечностей и т.п.);

толерантность организма к принимаемому препарату, вследствие чего необходимо постоянное увеличение дозы, чтобы достичь эйфории.

Состояние наркотического опьянения характеризуется следующими проявлениями:

беспричинная веселость;

ускоренная речь;

желание сделать что-нибудь приятное окружающим, помочь нуждающимся;

излишняя откровенность;  
тяга к занятиям творческой деятельностью (писать стихи, рисо-  
вать).

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Еникеев М. И. Общая и социальная психология. М.: НОРМА – ИНФРА, 1999
2. Дубровина И. В. Психология. М.: Академия, 1999.
3. Общая психология: Учебник / Под общ. ред. проф. А. В. Кирпова. М.: Гардарики, 2002.
4. Психология и педагогика: Учеб. пособие / Под ред. В. М. Николаенко. М.: ИНФРА – М., Новосибирск: НГАЭиУ, 1999.
5. Самыгин С. И., Столяренко Л. Д. Психология управления. Ростов н/Д, 1998
6. Столяренко Л. Д. Основы психологии. Ростов н/Д, 1997.
7. Шейнов В. П. Конфликты в нашей жизни и их разрешение. Мн.: Амафед, 1997.

#### КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Какую «иерархию» потребностей разработал А. Маслоу?
2. Какими особенностями отличается гармонически целостный тип характера?
3. Что такое акцентуация характера?
4. Какими чертами согласно сенсорной типологии характеризуется ауднальный тип личности?
5. Какие личностные особенности характерны для меланхолика?
6. Что такое стресс?
7. Что означает явление ресоциализации?
8. Чем характеризуется поведение «мыслителей» в конфликте?
9. Как называется способность человека к сопереживанию и сочувствию другим?
10. Какие из данных свойств человека обусловлены главным образом социальными факторами?

Авторитет, речь, темперамент, мировоззрение, инстинкты, воля, убеждения, знания, задатки, идеалы, возрастные особенности чувств, тип нервной системы, способности, характер, зрительные свойства, механическая память, логическая память, эмоции, мышление, внимание, ум, язык, музыкальный слух, творческое отношение к делу, равнодушие, меланхолия, агрессивность, гуманность.

11. Как называется относительно долговременная эмоция (эмоциональное состояние) человека, влияющая на эффективность его деятельности, на межличностные отношения?

12. Какими чертами отличается внутренне конфликтный, но внешне гармонически согласованный со средой тип характера?

13. Что такое талант?

14. Какими чертами согласно сенсорной типологии характеризуется кинестетический тип личности?

15. Что такое фрустрация?

16. Какие из данных свойств человека обусловлены главным образом биологическими факторами?

Авторитет, речь, темперамент, мировоззрение, инстинкты, воля, убеждения, знания, задатки, идеалы, возрастные особенности чувств, тип нервной системы, способности, характер, зрительные свойства, механическая память, логическая память, эмоции, мышление, внимание, ум, язык, музыкальный слух, творческое отношение к делу, равнодушие, меланхолия, агрессивность, гуманность.

17. Какие черты характеризуют холерика?

18. Какие особенности отличают конфликтный тип характера с пониженной адаптацией?

19. Что такое задатки?

20. Что отражает направленность личности?

21. Какие стадии проходит личность в своей социализации?

22. В чем состоит эскалация конфликтогенов?

23. Какими особенностями характеризуется поведение "собеседников" в конфликте?

24. Какие качества личности в целом обеспечивают психологическую совместимость с другими людьми?

25. Какие типы поведения людей в конфликтной ситуации выделил Н.Обозов?

26. Какими компонентами согласно теории З.Фрейда представлена структура личности человека?

27. Какими чертами согласно сенсорной типологии характеризуется визуальный тип личности?

28. Что такое самооценка и уровень притязаний личности?

## ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Из данных понятий построить ряд так, чтобы каждое предыду-

щее понятие было более общим по отношению к последующему.

Сознание, личность, направленность, человек, мировоззрение.

2. Назовите тип темперамента, характеризующийся высокой работоспособностью, быстрым темпом деятельности, резкостью, раздражительностью, вспыльчивостью.

3. Тип темперамента зависит от соотношения таких свойств процессов возбуждения и торможения, как:

- а) сила, импульсивность, эмоциональность;
- б) подвижность, локализованность, угасание;
- в) уравновешенность, сила, подвижность.

4. Определите тип темперамента:

а) характеризуется легкой ранимостью, способностью глубоко переживать даже незначительные неудачи, склонностью к мнительности и подозрительности;

б) подвижен, но без резких движений, склонен к частой смене настроения, экстраверт.

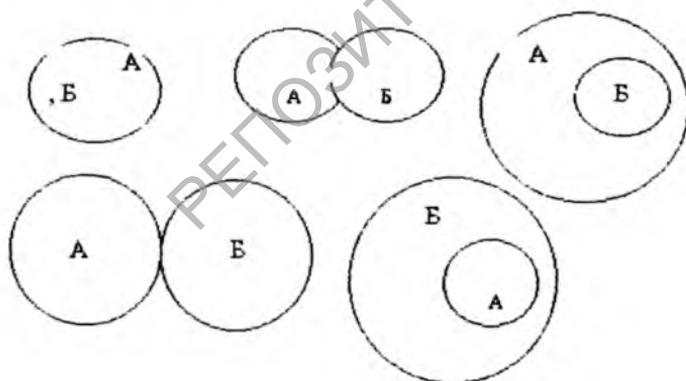
5. В каком из следующих отношений находятся понятия:

“индивид” (А) – “индивидуальность” (Б);

“личность” (А) – “индивид” (Б);

“способности” (А) – “личность” (Б);

“общество” (А) – “личность” (Б).



6. Самым эффективным методом разрешения конфликтов является:

- а) уклонение; б) компромисс; в) конкуренция; г) сотрудничество; д) сглаживание.

7. Определите методы разрешения конфликтов по описанию: вы активно участвуете в разрешении конфликта и отстаиваете свои интересы, но стараетесь при этом сотрудничать с другим человеком.

8. Сделайте выбор оптимального метода разрешения конфликта в ситуации: решение надо принять быстро, исход очень важен для вас, и вы делаете большую ставку на свое решение возникшей проблемы: уклонение, сотрудничество, конкуренция.

9. Назовите тип темперамента, характеризующийся низким уровнем поведенческой активности, медлительностью, невыразительностью мимики, высокой устойчивостью, стабильностью привычек и поведения.

10. Определите тип темперамента:

а) медлителен, устойчив, эмоциональные состояния выражены внешне слабо;

б) характеризуется неуравновешенностью, общей подвижностью, резкой сменой настроения, активной моторикой;

11. Если вы решились на сотрудничество, то первое, что нужно сделать:

а) твердо отстаивать свою позицию, если вы считаете ее верной;

б) отказаться от тактики самообороны, ведущей к неравенству и изоляции сторон.

12. Сделайте выбор оптимального метода разрешения конфликта в ситуации: обе стороны обладают одинаковой властью и имеют взаимоисключающие интересы: приспособление, компромисс, уклонение.

13. Определите методы разрешения конфликтов по описанию: вы активно участвуете в разрешении конфликта и отстаиваете свои интересы, но стараетесь при этом сотрудничать с другим человеком.

14. Назовите тип темперамента, характеризующийся высокой психической активностью, доминирующими положительными эмоциями, общительностью, относительной легкостью в переживании неудач.

15. Способности можно классифицировать на:

а) умственные, физические, духовные;

б) природные и специфические человеческие;

в) творческие, теоретические, учебные.

16. Все черты характера можно подразделить на четыре основные группы:

а) познавательные, практические, эмоциональные, волевые;

б) обусловленные отношением к себе, другим людям, деятельности, вещам; эмоциональные, интеллектуальные, волевые;

в) волевые, эмоциональные, прикладные, деятельностные.

17. Определите тип темперамента:

а) эмоционален, деловит, желчен, склонен порой переоценивать себя, экстраверт;

б) застенчив, стеснителен, не уверен в себе, довольно легко переносит одиночество.

18. Определите методы разрешения конфликтов по описанию: вы стараетесь в первую очередь удовлетворить собственные интересы в ущерб интересам других, вынуждая их принимать ваше решение проблемы. Для достижения цели вы используете свои волевые качества.

19. Сделайте выбор оптимального метода разрешения конфликта в ситуации: вы чувствуете, что важнее сохранить с кем-то хорошие отношения, чем отстаивать свои интересы: сотрудничество, конкуренция, приспособление (сглаживание).

20. Определите тип темперамента:

а) неусидчив, активен в общении, легко и быстро сходится с людьми, часто является душой компании, может быть поверхностным в делах;

б) имеет замедленный темп реакции, ригиден, малоподвижен, интроверт.

21. Основные эмоциональные состояния, которые испытывает человек, – это:

а) усталость, переутомление, удовольствие;

б) эмоции, чувства, аффекты;

в) темперамент, характер, способности.

22. Определите методы разрешения конфликтов по описанию: реализуется тогда, когда вы не отстаиваете свои права, не сотрудничаете ни с кем для выработки решения проблемы или просто уклоняетесь от разрешения конфликта.

23. Сделайте выбор оптимального метода разрешения конфликта в ситуации: обе вовлеченные в конфликт стороны обладают равной властью или игнорируют разницу в положении для того, чтобы на равных искать решение проблемы: уклонение, сотрудничество, компромисс.

Учебное издание

**Вера Валерьевна Хитряк**

**ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

Часть 2

**Психолого-педагогические закономерности  
формирования и развития личности**

**Курс лекций и тестовые задания**

**Редактор О.Г. Толмачёва**

**Техн. редактор Н.К. Шапрунова**

**Корректор Л.А. Милеванкина**

ЛВ № 490 от 17.04.2001. Подписано в печать 26.03.2004.

Формат 60x84<sup>1/4</sup>. Бумага для множительных аппаратов.

Печать ризографическая. Гарнитура «Таймс».

Усл. печ. л. 3,49. Уч.-изд. л. 3,35.

Тираж 150 экз. Заказ 130. Цена 5315 руб.

---

Редакционно-издательский отдел БГСХА

213410, г. Горки Могилевской обл., ул. Студенческая, 2

Отпечатано на ризографе копировально-множительного бюро БГСХА,

г. Горки, ул. Мичурина, 5