

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЧЕЛОВЕКА

Теперь, когда вы многое узнали о психологии, есть смысл обсудить само понятие «психологическая культура личности». Что это такое? Дело в том, что очень часто те или иные слова и словосочетания от повседневного использования как бы утрачивают свой первоначальный смысл. И у нас на слуху большое количество сочетаний со словом «культура». Мы говорим: «экологическая культура», «эстетическая культура», «этическая культура», даже, если хотите, «гастрономическая культура» и т. д. Вы легко можете продолжить этот список.

Словосочетание «психологическая культура» используется значительно реже. И ни в одном современном психологическом, да и во всяком другом словаре, нет этого понятия. И в то же время это реальность, в которой мы существуем. Некоторые намеки на психологическую культуру мы можем найти в различного рода общих определениях культуры, например: «культура» — от лат. «culture», что означает «возделывание», «воспитание», «образование», «развитие», «почитание» (энциклопедический словарь).

Наверное, дать содержательное, очень краткое определение психологической культуры пока не представляется возможным. Конечно, можно сказать, что психологическая культура — это *уровень самопознания человечества, сокровищница психологических знаний и тот уровень, который определяет отношение человека к окружающим людям, к самим себе, к природе*. Но мы поступим иначе: сделаем анализ структуры психологической культуры, и это будет полезнее, чем давать такое короткое определение. Прежде всего скажем, что психологическая культура включает в себя два основных компонента, два основных блока. Один блок назовем теоретическим, или теоретико-концептуальным, а второй — практическим (это — психологическая деятельность).

В первом блоке психологической культуры находятся результаты теоретической деятельности психологов, т. е. те классические

труды в области психологии, которые представляют собой результаты психологического самопознания.

Таким образом, теория познания человеком самого себя — часть психологической культуры.

В состав психологической культуры входит психологическая деятельность. Что это такое? Психологическая деятельность — это деятельность по психологическому самообслуживанию, т. е. та, которая обслуживает его внутренний мир. Не об этом ли писал замечательный поэт Николай Заболоцкий:

Не позволяй душе лениться,
Чтоб воду в ступе не толочь —
Душа обязана трудиться —
И день и ночь, и день и ночь.

Психологическая деятельность осуществляется в двух мирах нашего существования — во внутреннем пространстве (внутреннем мире собственной личности) и во внешнем пространстве (среди других людей). Это деятельность самопознания, связанная с формированием собственного внутреннего мира, со способностью преодолеть те или иные внутренние трудности, которые существуют у человека, и деятельность, вынесенная за пределы личности, межличностная деятельность, межличностное взаимодействие, которое тоже, как мы дальше увидим, определяется, опосредуется психологической культурой.

Надо сказать, что рассмотрение именно психологической работы человека над собой как деятельности очень выразительно определил психолог Ф. Е. Василюк в книге «О психологии переживания»:

«...Переживание понимается нами как особая деятельность, особая работа по перестройке психологического мира, направленная на становление смыслового соответствия между сознанием и бытием».

Как видите, это фактически та внутренняя работа, которой занимается человек в своем внутреннем мире.

Следовательно, чтобы овладеть психологической культурой, чтобы стать психологически компетентным человеком, надо не только



знать самого себя, но и *уметь* действовать во внутреннем мире своей личности и в межличностном пространстве. Итак, знать и уметь... Но есть еще один важный глагол — *хотеть*. Без желания, стремления, решимости невозможно узнать о себе как можно больше и научиться психологической культуре.

Л. Н. Толстой писал в дневнике: «Нам кажется, что настоящая работа — это работа над чем-нибудь внешним — производить. Собирают что-нибудь: имущество, дом, скот, плоды, а работать над своей душой это так, фантазия, а между тем всякая другая, кроме как работа над своей душой, усвоение привычек добра, всякая другая работа — пустяки».

Важно обсудить и то, как осуществляется эта работа во внутреннем мире личности. Может быть, всякий раз, когда надо «запустить» механизмы психологической деятельности, необходимо вспоминать какие-то теоретические психологические положения, культурно-психологические правила и предписания? Случается и такое. Но в большинстве случаев психологические знания и умения «срабатывают», так сказать, в автоматическом режиме. Примерно то же происходит и с использованием на практике других элементов культуры. Сначала, к примеру, надо выучить правила орфографии и пунктуации, а затем у грамотного человека они срабатывают автоматически: не надо заново вспоминать правила о безударных гласных или о непроизносимых согласных — рука «сама» напишет правильно. Примерно так же срабатывают и элементы психологической грамотности.

В жизни, в житейской психологии, о которой мы чуть дальше будем говорить, есть огромное количество слов и выражений, касающихся именно психологической деятельности. О работе человека над собой — «душа обязана трудиться и день и ночь, и день и ночь...» Мы говорим себе и другим: «сдерживайся», советуем: «не волнуйся», желаем: «радуйся». Обратим внимание на частицу «ся» — «сдерживай себя», «не волнуй себя», «радуй себя».

Для обозначения работы человека в собственном внутреннем мире есть прекрасная часть слова «само», которая означает направленность нашей психологической деятельности на самого себя, действие с самим собой. Проведем небольшое соревнование: кто назовет за три-четыре минуты больше слов, которые начинаются на «само»... В «Словаре русского языка» С. И. Ожегова приводятся такие примеры: «самовосхваление», «самозащита», «самообожание», «самонаблюдение» и даже... «самоснабжение».



Наш клуб «Три С» недаром заключает в себе приглашение к трем действиям: «Самопроверка, Самопознание, Самовоспитание». Если вы включились в соревнование, то уже стали членами этого замечательного клуба

Есть в языке, а это значит в народной, житейской психологии, и специальная приставка для обозначения межличностной деятельности, деятельности общения. Это приставка «со». Еще одно соревнование: назовите слова на «со» — как можно быстрее и больше. Начали: сотрудничество, со-ученик, со-товарищ, со-служивец, со-гласие, со-творчество и т. д. Продолжайте!

Вспоминается случай из преподавательской практики. Обсуждали мы с учениками, кстати, взрослыми, эту замечательную коммуникативную приставку, провели соревнование между рядами, а один слушатель сказал: «Я знаю слово на “со-”, но это не общение» «Какое?» «Собака!» Все заулыбались и возразили: со- здесь не приставка.

Итак, психологическая деятельность направлена на самопознание, самовоспитание, самоусовершенствование своей личности, на развитие процессов познания, саморегуляцию своей эмоциональной жизни, преодоление внутриличностных и межличностных конфликтов. Можно сказать, что *предметом* этой деятельности является внутренний мир личности; *средством* — самопознание и саморегуляция.

Цель психологической деятельности — достижение, развитие и сохранение *психологического здоровья человека*. Психологическое здоровье... Словосочетание, может быть, несколько неожиданное. Мы привыкли говорить о физическом здоровье как об отсутствии болезни, о психическом здоровье как об отсутствии психических заболеваний — психозов, неврозов и т. д.

Что же понимается под психологическим здоровьем? Как говорил известный психолог Б. С. Братусь, человек может быть «психически здоров, но личностно болен». Психологическое здоровье прежде всего проявляется в эмоциональном самочувствии человека, в его эмоциональном благополучии. У такого человека чаще всего хорошее настроение, он с удовольствием общается с другими людьми, у него хорошее чувство юмора, он не проявляет агрессивности. Психологическое здоровье помогает достигать хороших результатов в ученье и труде. Конечно, психологическое здоровье часто связано с телесным, физическим. Недаром еще древние римляне говорили: «В здоровом теле — здоровый дух».



Таким образом, в состав психологической культуры входят основные составляющие: блок теоретико-концептуальный и блок, связанный с психологической деятельностью.

Далее мы можем говорить о том, что психологическая культура имеет два основных уровня. Во-первых, уровень теоретический, это та психология, психотерапия и теория воздействия людей друг на друга, которую разработали специалисты и которая стала достоянием науки. Во-вторых, доконцептуальная, психологическая культура, можно сказать, житейская психологическая культура, т. е. культура, которую народ создает до психологов, без психологов и помимо психологов. Можно сказать, что в этом смысле каждый человек — психолог, и каждый сам себе — психологическая лаборатория.

Таким образом, формирование психологической культуры — это выстраивание мостиков между тем опытом человека, в котором он выработал свою психологическую культуру, и научным уровнем психологической культуры.

Для того чтобы было яснее, что мы имеем в виду, когда говорим о житейской психологической культуре и о культуре книжной, теоретической, проведем аналогию. Есть мировая музыкальная культура. Это произведения великих композиторов, музыковедов, историков музыки и т. д. Это то, чему учат в консерваториях. А есть огромный пласт музыкальной культуры народа, который проявляется в его песнях, частушках, во всем том, что составляет музыкальную стихию народа. И эти два пласта, конечно же, очень интенсивно взаимодействуют. Великий русский композитор М. И. Глинка говорил, что музыку создает народ, а мы, композиторы, ее только преобразуем, аранжируем.

Психологию создает народ, а психологи по мере своих сил и возможностей описывают, осмысливают, обобщают его психологический опыт и т. д. Мы вправе заявить: если какое-то психологическое явление не представлено, не отражено ни в народном творчестве, ни в произведениях великих поэтов и писателей, то его вообще не существует. Если то, что психолог формулирует в своих теориях, никак не представлено в реальной человеческой жизни, то тем хуже для психолога. Он придумал нечто несуществующее. Поэтому между житейской, доконцептуальной психологической культурой и психологической культурой книжной, теоретической, существует очень сложное и интересное взаимодействие.



Мы видим это взаимодействие на каждом шагу, когда из уровня концептуального некоторые понятия переходят на уровень повседневности, входят в будничную жизнь. В качестве примера такого движения возьмем различного рода понятия из учения о психоанализе З. Фрейда. Если вы смотрите американские фильмы по телевидению, то слышите там огромное количество различных высказываний, связанных именно с психоанализом. То упомянут эго или суперэго, то тебе говорят, что этот преступник потому совершил преступление, что у него была жестокая мама, или что он потому так сделал, что у него было трудное детство. Все время идет движение вниз, движение в детство. Или беспрерывно говорится, предположим, о различного рода комплексах. Кто-то говорит: «У меня нет комплекса неполноценности», а другой «У меня нет комплекса вины», а третий еще что-нибудь интересное скажет.

Я наблюдал и у нас такие «прогрессивные» тенденции. Я слышал, например, неологизмы, когда один человек о другом говорит: «Он вообще комплексуй, а она комплексунья (или комплексуха)». В Минске, в микрорайоне Серебрянка, одно время был мебельный магазин, который назывался «Зигмунд Фрейд». Может быть, там торговали кушетками, на которые психоаналитики, последователи З. Фрейда, укладывали пациента во время сеанса психоанализа? Из научных теорий некоторые понятия «идут вниз», в повседневную речь, и там они активно используются. И это очень важно. У нас этого, конечно, очень мало, потому что наша наука все еще несет на себе печать той прежней доперестроечной психологии, когда говорили, что у нас психология «ухо-горло-носа», а психология личности и социальная психология — это нам не очень-то интересно, потому что каждый человек «винтик», а какая там душа и все прочее у винтика...

Житейская психология существует в виде двух основных пластов — это житейские понятия и житейские способы личной саморегуляции и других форм психологической деятельности. Они обладают определенными свойствами, и в связи с тем, что их никто специально не вырабатывает, их усваивают стихийно в процессе непосредственного общения.

Я хотел бы сказать, что изучение житейской психологической мудрости или житейской психологической нравственности — это очень важная, интересная задача, которую мы с вами должны решать. Почему? Потому что мы общаемся с детьми, сверстниками,



с родителями, с такими «потребителями» психологии, которые никогда специально психологию не изучали. И мы должны знать, какая же у них «предобразованность» психологическая, что они знают о своем внутреннем мире. Как говорят по-белорусски: «Зерне падае не на каменне», т. е., иными словами, зерна нашей книжной психологической мудрости падают на уже засеянную почву. Чтобы эффективно взаимодействовать с окружающими людьми, мы должны понять, как эти две стихии — книжная, теоретическая и житейская, спонтанно-психологическая, у них будут сосуществовать.

Дело в том, что если человеку на его житейском уровне представляется, что он общается с другим человеком без, так сказать, посредников, непосредственно, лицом к лицу, то он ошибается. На самом деле это иллюзия: непосредственных межличностных контактов не существует. Все социальные контакты, кроме, может быть, самых примитивных, опосредованы тем слоем психологических знаний, психологических представлений, которые есть у личности. Значит, между мной и другим человеком стоят мой и его слои представлений о том, что такое человек: добр он или зол от природы, что можно себе позволить по отношению к этому человеку и т. д. Два этих слоя, две эти призмы определяют наше общение друг с другом. Психологическая культура существует в нескольких аспектах. Это *общая психологическая культура* с фоновыми знаниями в области психологии, которые есть у любого человека, и *профессионально-психологическая культура* педагога, врача, юриста, инженера. Все профессии имеют этот профессионально-психологический слой. Покажем это прежде всего на педагогической модели на подходах к воспитанию детей. Какие у человека взгляды на ребенка, каково содержание его отношения к ребенку, так он с ним и поступает.

В истории зафиксированы несколько типов детско-родительских отношений. Скажем, когда-то, в древности, был стиль отношения к ребенку, который позволял его убивать, в более поздние времена родители не занимались ребенком, отдавали его няньке, кормилице или в монастырь, а христианско-кальвинистская мораль учила, что ребенок — это продукт греха и он несет в себе греховное начало, поэтому воспитание должно выбить из него этот грех. Отсюда и жестокий стиль воспитания. В средневековом памятнике «Домострой» советовали: «Бей сына во младости, да утешит тебя во старости». Или, например, когда говорят, что душа ребенка *tabula rasa* — «чи-

стая доска», а воспитатель может написать на ней все что пожелает. Это совершенно другая стратегия воздействия на ребенка. Проповедник «свободного воспитания» Руссо, напротив, говорил, что все выходит совершенным из рук творца вещей и все портится в руках человека. Это тоже порождает совсем другое воспитание. Сегодня мы исповедуем гуманистическо-психологические взгляды, диктующие помогающий стиль. Иногда думают, что эти стили воспитания исторически сменяют друг друга. Ничего подобного, они сосуществуют у нас все вместе. Уголовная хроника фиксирует и убивающий стиль по отношению к ребенку, и бросающий, и жестокость и т. д. Дело в том, что все эти подходы к ребенку до сих пор живут, и нам надо понимать, что они есть, и на их место надо ставить наши прогрессивные, гуманистические подходы по отношению к ребенку.

Есть замечательная теория американских лингвистов Сепира и Уорфа, идущая от Гумбольдта, согласно которой человек, говорящий на определенном языке, и мир воспринимает так, как это задано в категориях данного языка. Вот что пишет об этом великий немецкий ученый В. Гумбольдт: «Так как восприятие и деятельность человека зависят от его представлений, то его отношение к предметам целиком обусловлено языком. Тем же самым актом, посредством которого он создает язык, человек отдает себя в его власть: каждый язык описывает вокруг народа, которому он принадлежит, круг, из пределов которого можно выйти только в том случае, если вступишь в другой круг».

Родной язык — это не просто техническое средство, это то, что определяет наше отношение к миру. Мы с вами должны понять, что существует культурно-психологическая относительность. Это те культурно-психологические понятия и представления, посредством которых личность общается и взаимодействует с другой личностью.

Для того чтобы по-настоящему понять друг друга, нужна общая психологическая культура, которая создает общую платформу межличностного взаимодействия.

Психология — это наука на всю жизнь.

Итак, мы освоили основы психологической культуры. Мы вместе это сделали. Мы стали психологически более грамотными и здоровыми людьми.



33 Самопроверка • Самопознание • Самовоспитание

Заседание тринадцатое



Вопросы и задания

1. Начнем с конкурса: кто подберет больше пословиц и поговорок на психологические темы.
2. Докажите правильность утверждения Е. Баратынского:

Старательно мы наблюдаем свет,
Старательно людей мы наблюдаем
И чудеса постигнуть уповаем:
Какой же плод науки долгих лет?
Что, наконец, подсмотрят очи зорки?
Что, наконец, поймет надменный ум
На высоте всех опытов и дум,
Что? Точный смысл народной поговорки.

Почему психологию мы называем «знакомая незнакомка»?

3. Определите уровень своей житейской психологической культуры, или Что я знаю о своей психологии.

В тетради для самостоятельной работы постарайтесь дополнить следующие предложения:

Психология — это...

Психика — это...

Самонаблюдение — это...

Тест — это...

Инстинкт — это...

Сознание — это...

Ощущение — это...

Восприятие — это...

Внимание — это...

Память — это...

Представление — это...

Фантазия — это...

Мышление — это...

Общение — это...

Отношение — это... (к человеку)

Личность — это...

Характер — это...

Способности — это...

Темперамент — это...

Эмоции — это...

Воля — это...

Склонности — это...

Проведите этот опыт с теми, кто никогда психологию не изучал. Сравните ответы.

После выполнения этого задания сравните ваши личные определения с определениями, содержащимися в книге или любом психологическом словаре. В чем неточность вашего определения?



Самопознание

1. Для определения способов вашей психологической деятельности дополните предложение: «Когда мне трудно, я поступаю так...»
2. Чтобы учитель психологии мог учесть ваши интересы в этой области, постарайтесь откровенно и обстоятельно дополнить следующее предложение: «Если бы к нам пришел профессор психологии, я бы у него спросил...» (Постарайтесь задать не менее пяти вопросов. Можете показать свои результаты учителю.)



Полезное упражнение

- A. Постарайтесь дополнить список слов, которые начинаются с «само». Обсудите с товарищами их значение. Определите, какие состояния характерны для вас. Чего, как вам кажется, вам недостает?

Самопознание, самокритика, самоанализ, самооценка, самоотвержение, самопожертвование, самовнушение, самоубеждение, саморегуляция, самоактивизация, самовоздержание, самопроверка, самоодобрение, самообразование, самонаказание, самоприказ, самообман, самообольщение, самоопределение, самоотречение, самоуважение, самоупокоение.

Б. Составьте самостоятельно список слов, которые начинаются на «со». Задание то же.

3. На письменном столе одной старшеклассницы мы увидели следующую записку: «Я сегодня должна написать весь доклад по литературе. P. S. Ни при каких обстоятельствах не откладывать на завтра». А через некоторое время еще одну на большом листе бумаги большими буквами: «Сегодня я, кроме мороженого, ничего есть не буду (подпись). P.S. Это не обсуждается!» Какие черты характера она проявила?

Среди слов на «само» из приведенного списка найдите те, которым соответствуют эти высказывания. Вспомните похожие эпизоды из своей жизни

Психолог из Санкт-Петербурга В. А. Ананьев предложил короткий, но очень содержательный метод самооценки важной характеристики своего психологического здоровья.

Тест «Ориентировочная оценка эмоционального благополучия»

№	Утверждение	Оценка		
		Согласен	Согласен до некоторой степени	Не согласен совершенно
1	У меня много друзей	2	1	0
2	Похоже, я нравлюсь людям	2	1	0
3	Я горжусь тем, как прожил свою жизнь до сих пор	2	1	0
4	Мне просто приспособиться к внезапным изменениям ситуации	2	1	0
5	Я знаю, что я сам отвечаю за свою жизнь	2	1	0
6	Мне легко любить других людей	2	1	0
7	Мне нравится моя учеба	2	1	0
8	Мне просто выражать свои чувства	2	1	0
9	Обычно я счастлив	2	1	0
10	Мне нравится большинство людей, с которыми я знаком	2	1	0
11	Я знаю, что отношусь к тем, с кем люди хотели бы общаться	2	1	0
12	Мне бы не хотелось многое менять в себе	2	1	0
	Общее количество баллов:			

Обведите кружком цифры, соответствующие тем ответам, которые вам больше всего подходят, и подсчитайте общее количество баллов.

22–24 балла. Вы достигли эмоционального благополучия. Вы уважаете себя, ощущаете свою индивидуальность и умеете радоваться жизни.

18–24 балла. Вас, вероятно, в какой-то степени можно назвать счастливым, но, по-видимому, вы не совсем довольны собой и недооцениваете себя как личность.

17 баллов и менее. Вы могли бы получать от жизни намного больше радости, чем теперь.



Тема для дискуссии

«Всегда ли в здоровом теле здоровый дух?»



Самовоспитание

Десять полезных заповедей самовнушения от Дэйла Карнеги.

«ИМЕННО СЕГОДНЯ...»

1. Именно сегодня меня постигнет счастье. Счастье заключено внутри нас; оно не является результатом внешних обстоятельств. Поэтому человек счастлив настолько, насколько он полон решимости быть счастливым.
2. Именно сегодня я постараюсь приспособиться к этой жизни, которая окружает меня, и не буду пытаться приспособить все к своим желаниям; я приму мою семью, мою работу, обстоятельства моей жизни такими, как они есть, и постараюсь полностью соответствовать им.
3. Именно сегодня я позабочусь о своем организме. Я сделаю зарядку, буду ухаживать за своим телом, избегать вредных для здоровья воздействий и мыслей. Мой организм охотно выполняет все мои требования.
4. Именно сегодня я постараюсь уделить внимание развитию своего ума. Я изучу что-нибудь полезное. У меня нет лениности к умственной работе. Я читаю с интересом то, что требует усилия, размышления, сосредоточенности.
5. Именно сегодня я займусь нравственным самосовершенствованием. Для этого я сделаю кому-нибудь что-то хорошее, полезное и выполню два дела, которые мне не хочется делать.



6. Именно сегодня я буду ко всем доброжелателен. Я постараюсь выглядеть как можно лучше, буду любезным и щедрым на похвалы, не буду придираюсь к людям и не буду пытаться их исправить.
7. Именно сегодня я постараюсь жить только нынешним днем, не стремясь решить проблему всей моей жизни сразу. Я легко выполняю любую, даже рутинную работу.
8. Именно сегодня я намечу программу своих дел, я запишу, что я собираюсь делать каждый час. Эта программа избавит меня от спешки и нерешительности даже в том случае, если я не смогу ее точно выполнить.
9. Именно сегодня я проведу полчаса в покое и одиночестве и постараюсь расслабиться.
10. Именно сегодня я не буду бояться жизни и собственного счастья. Я буду любить и верить, что те, кого я люблю, любят меня.



Советы, как выполнять заповеди и следовать этим советам...

Советую написать эти заповеди на отдельном листе бумаги и повесить его в своей спальне.

Советую читать заповеди по утрам сразу же после пробуждения, громко, внятно и неторопливо.

Советую вечером перед сном читать заповеди про себя и отмечать в специальной тетради или в дневнике те пункты, которым сегодня удалось следовать особенно успешно.

Советую поделиться содержанием заповедей и советов с близкими друзьями и обсудить с ними, как лучше научиться им следовать.

Советую обдумать и серьезно обсудить совет Козьмы Пруткова: «Если хочешь быть счастливым, будь им!»

В заключение — молитва Дюрера:

Господи! Дай мне силы изменить то, что я могу изменить.

Господи! Дай мне мужества вынести то, что я не в силах изменить.

Господи! Дай мне мудрости не перепутать первое со вторым.

ЗНАКОМСТВО СОСТОЯЛОСЬ... ЧТО ДАЛЬШЕ?

Первая глава этой книги называлась «Знакомая незнакомка»...

Встреча произошла — вы познакомились с научной психологией. Надеюсь, вы согласитесь со словами великого итальянского кинорежиссера и тонкого психолога Федерико Феллини: «...Из всех приключений, уготованных нам жизнью, самое важное и интересное — отправиться в путешествие внутрь самого себя, исследовать неведомую часть себя самого».

Наше путешествие только началось. Психология — это очень своеобразная наука. Ее нельзя выучить раз навсегда, как закон Архимеда или теорему Пифагора. Изучая психологию, человек меняется, повышается его психологическая культура. Он грамотно и более успешно действует в двух мирах своего существования: во внутреннем мире своей личности и межличностном пространстве своих взаимоотношений и общения с другими людьми. И, конечно, совершенно по-новому прочитывает, воспринимает, усваивает учебные и популярные книги по психологии. Вы изменились сами, и изменилось, обострилось, углубилось и ваше отношение к тому, о чем повествуется в этих книгах. Психологические книги можно (и нужно!) перечитывать заново: всякий раз вас ждут новые открытия. Изучение психологии человека — это движение по спирали человеческой жизни, по спирали развития вашего ума, ваших чувств, вашей личности — вашей души. И оно никогда не кончается...

Я надеюсь, что эта книга помогла вам пройти первый этап сознательного углубления в собственный внутренний мир, что вы стали более зоркими и внимательными к самим себе и другим людям.

В главе «Эмоциональный мир личности» есть эпитафия из стихов Бориса Пастернака, которые начинаются словами: «Во всем мне хочется дойти до самой сути...»

Завершить наш разговор о психологии мне хочется строками из этого же стихотворения и пожелать вам, дорогие читатели:

Все время схватывая нить
Судеб, событий,
Жить, думать, чувствовать, любить,
Свершать открытия.



Я думаю, что вы вполне можете считать себя начинающими психологами и с полным правом можете исполнять Гимн психологов на музыку хита всех времен, который прекрасно пел Леонид Утесов — «Как много девушек хороших».

Есть много терминов хороших,
Есть очень много важных тем,
Но интереснее, чем личность,
Вы не найдете, между тем,
Среди проблем.

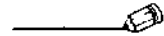
Личность — ты иерархия мотивов,
Личность — ты субъективный образ Я,
Личность — ты порождение коллектива,
А может, личность — ты просто высший судья!

Единство рода ты и вида,
Ты целое, а также часть.
Не совпадаешь с индивидом.
Но и не дашь ему пропасть.
Что за напасть!

Личность — быть может, ты продукт общенья,
Личность — быть может, деятельность ты,
Личность — ты совокупность отношений,
А может, личность — ты гений чистой красоты!

Быть может, время не пробило
Тебя на части разложить.
Единство рода ты и вида,
Но до тебя нам не дожить.
Не дослужить!

Личность — скажите, что это такое?
Личность — ты мировым проблемам мать.
Личность — ты никому не дашь покоя.
Откройся, личность, скажи нам, как тобою стать.



Ответы и решения

Заседание первое

Среди приведенных утверждений идеалистическим является А; остальные — материалистические.

Заседание второе

1. В примерах А, Б, Г описаны проявления бессознательной деятельности, в остальных — сознательной.
2. Первое суждение правильное, а второе ложное. Психолог-идеалист игнорировал объективный метод познания психических явлений.
3. В суждениях А, В, Е описаны признаки метода наблюдения, в остальных — эксперимента.

Заседание пятое

1. Раздражение не достигает пороговой величины.
2. Заметят: освещенность изменится на величину, превышающую порог различения.
3. Для того, чтобы различие в силе звука достигало пороговой величины, должно остановиться не менее шести станков.
4. Заметит: различие в весе превысит порог различения.
5. Летчика «ослепляет» чрезмерно сильный свет.
6. Да. Здесь описано явление синестезии.

Заседание восьмое

2. Наиболее правильно раскрывают понятие «характер» определения Д, Ж, З.

Заседание одиннадцатое

1. Определения А, В, Е характеризуют ощущения и восприятия; Б — память; Г — воображение; Д, Ж — мышление.
- VIII. Кто слесарь?



Допустим, что первое сообщение правильно. Тогда окажется, что мы имеем двух столяров — Токарева и Кузнецова, что не соответствует условию задачи.

Пусть верно второе сообщение. Тогда Слесарев — токарь, Кузнецов — столяр, Столяров — кузнец, а Токарев — слесарь.

Допустим, что верно третье сообщение. Тогда Столяров — кузнец, а Токарев не токарь, не кузнец и не столяр. Следовательно, он должен быть слесарем.

Если верно четвертое сообщение, тогда Кузнецов — столяр, а Слесарев не столяр, не токарь, не слесарь. Тогда он — кузнец, а Токарев — слесарь.

Мы не можем с уверенностью назвать профессии всех четырех рабочих, зато мы теперь знаем, что Токарев — слесарь.

X. Предложения должны быть такими:

1. Телевизор «Электроника» весит не более трех килограммов.
2. Частота периодического процесса обратно пропорциональна периоду.
3. Не найдется, пожалуй, человека, который не восхищался бы изумительной формой снежинок.
4. В двоичной системе всего две цифры — нуль и единица.
5. Загрязнение рек и морей делает их непригодными для жизни рыб и растений.

Заседание двенадцатое

2. Условия Б, Д необходимы для поддержания непроизвольного внимания; остальные — для произвольного.

5. Наблюдательность, связанная с хорошей распределяемостью внимания.

В задаче речь шла о разных свойствах внимания: у первого — концентрированное внимание; у второго — распределенное; у третьего — значительный объем внимания.

Великие психологи

ВИЛЬГЕЛЬМ ВУНДТ (1832–1920). «Отец психологии», как называли его многочисленные ученики и последователи. В 1879 г. организовал в Лейпциге первую в мире экспериментальную психологическую лабораторию, затем преобразованную в Институт экс-

периментальной психологии. Создал десяти-томную «Психологию народов». Считал, что «индивидуальная психология, только взятая вместе с коллективной, образует целое психологии». Во многом благодаря Вундту психология превратилась в самостоятельную науку, которая все более строгими методами начала устанавливать новые факты и вскрывать новые закономерности.

ВЛАДИМИР МИХАЙЛОВИЧ БЕХТЕРЕВ (1857–1927). Выдающийся клиницист, психиатр, невропатолог и психолог. Основал первую в России лабораторию экспериментальной психологии (Казань, 1885) и ряд других научных учреждений — Психоневрологический институт (Петербург, 1908), Экспериментально-клинический институт по изучению алкоголизма (Петербург, 1912), Институт по изучению мозга и психической деятельности (Петроград, 1918). Автор книг «Объективная психология», «Общие основания рефлексологии», «Коллективная рефлексология». Утверждая принцип объективности в исследовании психики индивида, Бехтерев распространил его и на область социально-психологических явлений.

ЛЕВ СЕМЕНОВИЧ ВЫГОТСКИЙ (1896–1934). «Моцарт психологии», как назвал Выготского американский науковед С. Толмен, родился в г. Орше. Когда ему было около года, семья переехала в Гомель, где прошли детские и школьные годы будущего ученого.

За свою короткую жизнь — он прожил всего 37 лет — Выготский создал фундаментальные труды по психологии: «История развития высших психических функций», «Мышление и речь», «Психология подростка» и др. Его научное наследие включает свыше 200 произведений. В его исследованиях получили развитие коренные теоретические проблемы психологии, историческое развитие психологического знания, закономерности раз-



вития высших познавательных процессов, их формирование в детстве — как в нормальном, так и аномальном, социальной психологии, психологии искусств. Он оставил яркий след и в таких областях знания, как педагогика, психиатрия, дефектология, история культуры, лингвистика. Огромной заслугой Л. С. Выготского является создание замечательной научной школы, к которой принадлежали такие крупные психологи, как А. Н. Леонтьев, А. Р. Лурия, Л. И. Божович, Д. Э. Эльконин и многие другие.



ЗИГМУНД ФРЕЙД (1856–1939). Среди психологов XX в. особое место принадлежит Зигмунду Фрейду. Его имя прочно ассоциируется с самыми смелыми исканиями в области познания природы человеческой психики. Главный труд Фрейда «Толкование сновидений» увидел свет в 1900 г. До сих пор ни один ученый не вызывает такого негаснущего интереса, как Фрейд. Его работы изменили облик психологии. Недаром психоанализ стал модным увлечением во всем мире. Фрейд повально осветил коренные вопросы устройства

внутреннего мира личности, ее побуждений, стремлений и переживаний, внутренних конфликтов, душевных надломов и кризисов. Учение Фрейда оказало и оказывает огромное влияние на смежные с психологией науки о человеке, на художественную литературу, киноматограф, живопись. Многие положения Фрейда подвергались и подвергаются острой и порой справедливой критике. Появился неофрейдизм, постфрейдизм, «аналитическая психология» К. Юнга и «индивидуальная психология» А. Адлера. Но и сегодня нельзя стать психологом, не изучив З. Фрейда.



АЛЕКСАНДР РОМАНОВИЧ ЛУРИЯ (1902–1977). Крупнейший психолог, доктор психологических наук, доктор медицинских наук, действительный член Академии педагогических наук СССР, основоположник нового направления в советской психологии — нейропсихологии. Член Национальной Академии наук США, Американской Академии наук и искусств, Американской Академии педагоги-

ки, почетный член ряда зарубежных психологических обществ (французского, британского, швейцарского, испанского и др.), почетный доктор наук ряда университетов (Лейстера, Брюсселя, Упсолы, Люблина, Неймегена и др.).

А. Р. Лурия — автор более 300 работ и 30 монографий, многие из которых переведены на различные иностранные языки и выдержали несколько изданий. Его перу принадлежат такие известные монографии, как «Высшие корковые функции человека и их нарушения при локальных поражениях мозга», «Мозг и психические процессы», «Основы нейропсихологии».

На протяжении многих лет А. Р. Лурия разрабатывал проблемы речи и ее мозговых механизмов. В монографиях «Травматическая афазия», «Основные проблемы нейролингвистики» и других А. Р. Лурия анализировал процессы кодирования и декодирования речевых сообщений и их нарушения с позиций современной лингвистики.

ЖАН ПИАЖЕ (1896–1980). Швейцарский психолог, крупный специалист в области теории познания, психологии развития, психологии образования, экспериментальной и теоретической психологии. Он был руководителем научных исследований Института Жан-Жака Руссо (Женева), профессором Женевского университета, президентом Швейцарской комиссии ЮНЕСКО, состоял в 20 научных обществах, почетным доктором многих университетов. В своих работах он детально проанализировал качественные особенности детского мышления. Широко использовал метод клинической беседы. Исследования развития интеллекта Ж. Пиаже дополнил изучением эмоциональных процессов, памяти, воображения, восприятия, которые, с его точки зрения, полностью подчинены интеллекту.



В русском переводе изданы его труды: «Проблемы генетической психологии», «Преподавание математики», «Генезис элементарных логических структур» (в соавт.), «Избранные психологические труды», «Экспериментальная психология» том 1–6 (в соавторстве с П. Фрессом).



3С Самопроверка • Самопознание • Самовоспитание

О них говорилось в книге

Анохин Петр Кузьмич (1898–1974), российский биолог, лауреат государственной премии.

Блонский Павел Петрович (1884–1941), российский психолог. Автор работ по психологии познавательных процессов и детской психологии.

Божович Лидия Ильинична (1908–1981), российский психолог. Вела исследования в области детской и педагогической психологии, психологии личности.

Бойко Евгений Иванович (1909–1972), российский психолог. Вел исследования в области психофизиологии.

Брем Альфред (1829–1884), немецкий естествоиспытатель и путешественник. Автор книги «Жизнь животных».

Войтонис Николай Юрьевич (1887–1946), российский ученый, изучал поведение обезьян. Автор книги «Предыстория интеллекта».

Выготский Лев Семенович (1896–1934), выдающийся психолог, автор многочисленных работ по общей, детской и педагогической психологии.

Гальперин Петр Яковлевич (1902–1988), российский психолог. Вел исследования в области общей, детской и педагогической психологии.

Гальтон Френсис (1822–1911), английский ученый. Работал в области антропологии, психологии, а также географии и метеорологии.

Грегори Ричард Лэнгтон (р. 1923), английский ученый, специалист по психологии зрения.

Гумбольдт Вильгельм фон (1767–1835), немецкий философ, языковед и политический деятель.

Давыдов Василий Васильевич (1930–1998), российский психолог. Вел исследования в области возрастной и педагогической психологии.

Дарвин Чарльз Роберт (1809–1882), английский естествоиспытатель, творец эволюционного учения, основоположник научной эволюционной биологии.



Декарт Рене (1596–1650), французский философ и математик.
Жане Пьер (1859–1947), французский психолог и психиатр. Вел исследования в области психологии познавательных и эмоциональных процессов, истории психологии и социальной психологии.

Зейгарник Блюма Вульфовна (1900–1988), российский психолог. Вела исследования в области патопсихологии.

Кант Иммануил (1724–1804), немецкий философ, основоположник философии классического немецкого идеализма, разрабатывал также проблемы этики и естествознания.

Кёлер Вольфганг (1887–1967), немецкий психолог. Вел исследования в области психологии человекообразных обезьян.

Кювье Жорж (1769–1832), французский естествоиспытатель, известный своими трудами в области сравнительной анатомии, палеонтологии и систематики животных.

Ладыгина-Котс Надежда Николаевна (1889–1963), российский психолог. Вела исследования поведения высших животных, а также в области детской психологии. Автор книги «Дитя человека и дитя шимпанзе».

Лазурский Александр Федорович (1874–1917), русский психолог, разработал метод естественного эксперимента.

Левин Курт (1890–1947), немецкий психолог. После установления в Германии фашистского режима эмигрировал в США. Вел исследования в области психологии личности и социальной психологии.

Лейтес Натан Семенович (р. 1918), российский психолог. Ведет исследования в области психологии индивидуальных различий и детской психологии.

Леонтьев Алексей Николаевич (1903–1979), российский психолог, лауреат государственной премии за книгу «Проблемы развития психики» (1959). Вел исследования в области общей и возрастной психологии.

Ломов Борис Федорович (1927–1989), российский психолог. Вел исследования в области общей и инженерной психологии.

Лоренц Конрад (1903–1989), австрийский ученый, один из создателей этологии, науки о поведении животных. На русский язык переведены его книга «Кольцо царя Соломона», «Человек находит друга».

Лурия Александр Романович (1902–1977), российский психолог. Вел исследования в области нейропсихологии.



Макаренко Антон Семенович (1888—1939), педагог, психолог и писатель. Автор книг «Педагогическая поэма», «Флаги на башнях», «Книга для родителей» и др.

Менчинская Наталья Александровна (1905—1984), российский психолог. Вела исследования в области педагогической и возрастной психологии.

Мерлин Вольф Соломонович (1898—1982), российский психолог. Вел исследования в области психологии индивидуальных различий и психологии личности.

Павлов Иван Петрович (1849—1936), русский ученый-физиолог, создатель материалистического учения о высшей нервной деятельности человека и животных.

Петровский Артур Владимирович (1924—2007), российский психолог. Вел исследования в области истории психологии, социальной психологии и психологии личности.

Пиаже Жан (1896—1980), швейцарский психолог. Вел исследования в области общей психологии, психологии мышления и детской психологии.

Платонов Константин Константинович (1906—1984). Вел исследования в области психологии личности, социальной и авиационной психологии.

Рибо Теодюль Арман (1839—1916), французский психолог. Разрабатывал проблемы психологии (памяти, внимания, мысли, чувств), познавательных процессов, творчества, а также психологии личности и истории психологии.

Рубинштейн Сергей Леонидович (1889—1960), российский психолог. Вел исследования в области общей психологии.

Руссо Жан-Жак (1712—1778), французский мыслитель, писатель и теоретик воспитания.

Сеченов Иван Михайлович (1829—1905), русский естествоиспытатель, основоположник отечественной физиологии, создатель естественнонаучного направления в психологии.

Скороходова Ольга Ивановна (1911—1982), российский психолог. Человек необычайной судьбы. Несмотря на слепоглухоноту, получила среднее и высшее образование. Автор книг «Как я воспринимаю окружающий мир» (1947), «Как я воспринимаю и представляю окружающий мир» (1954), «Как я воспринимаю, представляю и понимаю окружающий мир» (1972).



Смирнов Анатолий Александрович (1894—1980), российский психолог. Вел исследования в области психологии памяти и истории психологии.

Теплов Борис Михайлович (1896—1965), российский психолог. Вел исследования в области психологии индивидуальных различий и общей психологии.

Тих Нина Александровна (1905—1983), российский ученый, вела исследования в области сравнительной психологии, изучала развитие психики животных.

Ухтомский Алексей Алексеевич (1875—1942), российский ученый. Вел исследования в области физиологии нервной деятельности.

Ушинский Константин Дмитриевич (1824—1870), русский педагог и психолог, один из основоположников педагогической и психологической науки в России.

Фабр Жан-Анри-Казимир (1823—1915), французский ученый-энтомолог, автор книг о жизни насекомых.

Фрейд Зигмунд (1856—1939), австрийский врач-психиатр и психолог.

Эббингауз Герман (1850—1909), немецкий психолог, положил начало экспериментальному исследованию памяти.

Эльконин Даниил Борисович (1904—1984), российский психолог. Вел исследования в области детской и педагогической психологии.

Юнг Карл Густав (1875—1961), швейцарский психолог и психиатр.