

**П. А. Ваиштейн
В. А. Поликарпов
М. А. Фурманов**

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

*Утверждено Министерством образования
Республики Беларусь в качестве учебника
для студентов высших учебных заведений
по психологическим специальностям*

**Минск
«Современная школа»
2009**

УДК 159.9(075.8)
ББК 88я73
В17.

Рецензенты: кафедра общей и дифференциальной психологии Белорусского государственного педагогического университета им. М. Танка; доктор психологических наук, профессор *В.А. Янчук*

Вайнштейн, Л. А.

В17 **Общая психология : учебник / Л.А. Вайнштейн, В.А. Поликарпов, И.А. Фурманов. — Минск : Современ. шк., 2009. — 512 с.**

ISBN 978-985-513-428-3.

Учебник написан в соответствии с Типовой учебной программой курса «Общая психология» для студентов психологических факультетов и психологических специальностей высших учебных заведений с учетом современных достижений психологической науки. Содержание учебника соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта по специальности 1-23 01 04 «Психология».

Для студентов университетов, обучающихся по специальности «Психология», аспирантов и преподавателей.

УДК 159.9(075.8)
ББК 88я73

Учебное издание

Вайнштейн Л.А.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Учебник

Редактор *О.В. Федькова*

Компьютерная верстка *О.Ю. Соловей*

Подписано в печать 28.11.2008 с диапозитивов заказчика. Формат 60×84/16.

Бумага офсетная. Гарнитура «Нimbus». Офсетная печать. Усл. печ. л. 29,76.

Печ. л. 32. Тираж 3050 экз. Заказ 3128.

ООО «Современная школа». ЛИ № 02330/0056728 от 30.12.2003.

Ул. П. Глебки, 11, 220104, Минск.

Республиканское унитарное предприятие «Издательство «Белорусский Дом печати»».

ЛП № 02330/0131528 от 30.04.2004. Пр. Независимости, 79, 220013, Минск.

ISBN 978-985-513-428-3

© Л.А. Вайнштейн, В.А. Поликарпов,
И.А. Фурманов, 2009

© Издательство «Современная школа», 2009

ПРЕДИСЛОВИЕ

За последние годы современная психология обогатилась познанием многих конкретных фактов из области человекознания и дала им научно обоснованное психологическое объяснение. Психологическая наука заняла достойное место среди других наук, необходимых для успешной работы в самых различных областях человеческой практики. Опираясь на все новые и новые достижения, психология наполнилась современным содержанием, отражающим различные научные и практические направления. Поэтому излагаемый учебный материал представляет собой симбиоз классических и современных представлений о функционировании человеческой психики.

Учебник написан в соответствии с Типовой учебной программой курса «Общая психология» и требованиями Государственного образовательного стандарта по специальности 1-23 01 04 «Психология». Авторы ставили перед собой задачу переоценки многих устаревших психологических взглядов, основывающихся на марксистской теории отражения, и ориентировались на наиболее полное, объективное, систематическое и максимально доступное изложение учебных вопросов с общепризнанных в мировой науке психологических позиций.

В учебнике нет единого методологического стержня. Авторы основывались на интегративно-эkleктическом подходе, в соответствии с которым каждая рассматриваемая тема может опираться на свою методологию, наиболее успешную для нее. Так, например, исследования бессознательного и исследования памяти могут опираться на психоанализ, но память все же лучше изучена в рамках когнитивистского подхода, тогда как при всех затраченных усилиях когнитивная психология не дала столь развернутого учения о бессознательном.

Основу учебника составили работы классиков советской и зарубежной психологии, а также белорусской психологической школы.

Учебник написан сотрудниками кафедры психологии Белорусского государственного университета, преподающими курс «Общая психология»: доктором психологических наук, профессором И.А. Фурмановым (главы 5, 12–18), кандидатом психологических наук, доцентом Л.А. Вайнштейном (главы 2–4, 9, 10), кандидатом психологических наук, доцентом В.А. Поликарповым (главы 1, 6–8, 11). Главы 12–18 написаны при участии кандидата психологических наук Е.А. Трухан.

Выход в свет этого учебника был бы невозможен без помощи многих ученых. Авторы выражают искреннюю благодарность за содействие и поддержку в работе докторам психологических наук, профессору В.А. Янчуку, профессору Л. В. Марищук, кандидату психологических наук, доценту Т.В. Василец, взявшим на себя труд по оценке и рецензированию рукописи.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Глава 2. МЕТОДЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХИКИ

2.1. Методические основы психологического познания

Наука – это прежде всего исследование. Поэтому характеристика науки не исчерпывается только определением предмета науки, она предполагает и определение ее метода. Наука, включая психологию, не может развиваться, если не будет постоянно пополняться новыми фактами. Правильное и успешное ее развитие возможно только в том случае, когда она использует для накопления фактов научно обоснованные методы.

Метод – это путь научного исследования или способ познания какой-либо реальности. По своей структуре научный метод представляет собой совокупность приемов и операций, в нашем случае направленных на изучение психологических явлений.

Служа раскрытию закономерностей, методы сами опираются на основные закономерности предмета науки. Поэтому, например, метод психологии сознания был иной, чем метод психологии как науки о душе. Недаром первую обычно называют *эмпирической психологией*, а вторую – *рациональной психологией*, определяя таким образом предмет науки по тому методу, которым он познается. *Метод поведенческой психологии* также отличается от *метода психологии сознания*, которую часто по ее методу называют *интроспективной психологией*.

Осознает ли это исследователь или нет, его научная работа объективно в своей методике всегда реализует ту или иную методологию. При этом под *методологией* понимается учение о принципах построения, формах и методах научного познания и преобразования действительности. *Методика исследования* – сумма частных приемов, позволяющих применить тот или иной метод к данной специфической предметной области для накопления и систематизации эмпирического материала.

Важное требование, которое предъявляет современная психология к научному исследованию, заключается в обращении к *принципу генетического (исторического) изучения психических фактов*. Сущность генетического принципа состоит в том, что изучаемое психическое явление рассматривается как процесс, в котором исследователь стремится восстановить моменты его развития, стараясь увидеть и понять, как они сменяют друг друга, делает попытку представить изучаемый психический факт в его конкретной истории.

В отечественной психологии необходимость использования генетического принципа утвердилась благодаря трудам П.П. Блонского, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева и др.

Образцы применения генетического принципа в психологическом исследовании, например, содержатся в трудах Л.С. Выготского при изучении им так называемой эгоцентрической речи ребенка. *Эгоцентрическая речь* — это речь, обращенная к самому себе. С каждым годом развития ребенка эта речь становится все более непонятной окружающим, а ее удельный вес в речевых реакциях детей падает к началу школьного возраста до нуля. Но это не значит, что эгоцентрическая речь попросту отмирает, исчезает на пороге школьного возраста. Применяя генетический принцип, Л.С. Выготский выдвинул предположение, что эгоцентрическая речь не исчезает, а переходит во внутренний план, становится внутренней речью, которая играет важную роль в управлении поведением человека. Таким образом, важнейшие особенности внутренней речи (которую трудно изучать экспериментально) были поняты генетически посредством анализа развития и изменения эгоцентрической речи.

Методика исследования всегда отражает ту или иную методологию. Согласно С.Л. Рубинштейну и в соответствии с общими принципиальными установками отечественной психологии методика должна иметь следующие черты.

1. Психика, сознание изучаются нами в единстве внутренних и внешних проявлений. Взаимосвязь психики и поведения, сознания и деятельности в ее конкретных изменяющихся формах является не только объектом, но и средством психологического исследования, опорной базой всей методики.

В силу единства сознания и деятельности различие в психологической природе акта деятельности сказывается и во внешнем его протекании. Поэтому существует некоторое соотно-

шение между внешним протеканием процесса и его внутренней природой, которое не всегда адекватно. Общая задача всех методов — объективно выявить это отношение и, таким образом, по внешнему протеканию акта определить его внутреннюю психологическую природу.

Поскольку каждый отдельный, изолированно взятый акт поведения допускает обычно различное психологическое истолкование, необходимо, чтобы внутреннее психологическое содержание действия раскрывалось не из взятого изолированно акта, а из системы деятельности.

2. Решение психофизической проблемы, из которого исходит отечественная психология, утверждает единство, но не тождество психического и физического. Поэтому психологическое исследование не растворяется в физиологическом и не сводится к нему. Однако оно предполагает и часто включает физиологический анализ различных психологических (психофизических) процессов. Вряд ли, например, возможно научное изучение эмоциональных процессов, не включающее физиологического анализа входящих в их состав физиологических компонентов. Психологическое исследование никак не может и в этом отношении замкнуться в чисто имманентном, феноменологическом, описании психических явлений, оторванном от изучения их психофизиологических механизмов.

В то же время, как отмечает С.Л. Рубинштейн, неправильно было бы недооценивать значение физиологических методик в психологическом исследовании.

3. Поскольку материальные основы психики не сводятся к ее органическим основам, образ мыслей людей определяется образом их жизни, а сознание — общественной практикой, методика психологического исследования, идущего к психологическому познанию человека, отправляясь от его деятельности и ее продуктов, должна опираться на социально-исторический анализ деятельности человека. Лишь правильно определив подлинное общественное содержание и значение тех или иных поступков человека и объективных результатов его деятельности, можно прийти к их правильному психологическому истолкованию. При этом психическое не должно социологизироваться, т. е. сводиться к социальному. Поэтому психологическое исследование должно сохранять свою специфичность, самостоятельность, не растворяясь, а лишь — где это потребуется — опираясь на предварительный социологический анализ челове-

ческой деятельности и ее продуктов в общественно-исторических закономерностях их развития.

4. Целью психологического исследования должно быть раскрытие специфических психологических закономерностей. Для этого надо не оперировать одними лишь статистическими средними, а анализировать конкретные индивидуальные случаи, потому что действительность конкретна и лишь конкретным анализом ее можно раскрыть реальные зависимости. *Принцип индивидуализации исследования* является самым существенным принципом нашей методики. Однако задача психологического исследования заключается не в жизнеописании отдельного индивида в его единичности, а в том, чтобы от единичного перейти к всеобщему, от случайного — к необходимому, от явлений — к существенному в них. Поэтому для теоретического психологического исследования изучение индивидуальных случаев не является особой областью или объектом, а служит средством познания. Через изучение индивидуальных случаев в их вариативности психологическое исследование должно идти к истинной своей цели — к установлению более общих и существенных закономерностей.

5. Психологические закономерности раскрываются в процессе развития. Изучение развития психики является не только специальной областью, но и специфическим методом психологического исследования. *Генетический принцип* — существенный принцип нашей методики. При этом суть дела заключается не в том, чтобы проводить статистические срезы на разных этапах развития и фиксировать различные уровни, а в том, чтобы сделать именно переход с одного уровня на другой предметом исследования и раскрыть таким образом динамику процессов и их движущие силы.

6. Поскольку продвижение детей с одного уровня или ступени психического развития на другой совершается в процессе обучения, генетический принцип в ранее раскрытом его понимании требует в качестве своего существенного развития и дополнения применительно к психологии ребенка, помимо индивидуализации, еще и «педагогизацию» психологического исследования. Надо изучать ребенка, обучая его. Таким образом, в самой методике, в «практике» исследования закладывается единство, связь между теорией и практикой, между научным познанием психических явлений и реальным практическим воздействием на них.

7. В рамках общей концепции новый смысл и характер приобретает использование в методике психологического исследования продуктов деятельности, поскольку в них материализуется сознательная деятельность человека, например изучение продуктов умственной деятельности и творчества в исследовании мышления, воображения. Психологическое исследование никак не должно при этом основываться на механической регистрации голый результативности деятельности и пытаться устанавливать и навсегда фиксировать в ней стандартные показатели психического состояния. Поэтому раскрытие психологического содержания результатов каждого объективного исследования, исходящего из внешних данных, его расшифровка и правильная интерпретация требуют обязательного учета, а значит, и изучения конкретной личности в конкретной ситуации.

Как и каждая наука, психология имеет свой предмет и определенные методы, которые позволяют познать закономерности изучаемых ею явлений. Для психологии характерным является *системный подход* к рассмотрению изучаемых процессов и явлений. Многомерный и многоуровневый характер психических процессов обуславливает применение различных методов для возможно полного изучения психики человека и его деятельности.

Методы психического исследования должны отвечать следующим требованиям:

- быть объективными;
- отличаться валидностью и надежностью.

Объективность метода предполагает объединение внешних и внутренних проявлений психики исходя из объективной природы психического.

Под *валидностью* имеется в виду такое качество метода, которое выражается в соответствии с тем, для изучения и оценки чего он предназначен. Иначе говоря, валидность — это мера соответствия результатов исследования объективным внешним критериям.

Под *надежностью* понимается качество метода исследования, позволяющее получить одни и те же результаты при многократном использовании данного метода.

Явления, изучаемые психологией, настолько сложны и многообразны, что на протяжении всего развития психологической науки ее успехи непосредственно зависели от системы совершенства применяемых методов исследования. Так как пси-

хология выделилась в самостоятельную науку лишь в середине XIX в., она часто опирается на методы других, более «старых» наук — философии, математики, физики, физиологии, медицины, биологии и истории. Кроме того, психология использует методы и современных наук, таких, как информатика, кибернетика, и др.

В то же время психология, будучи самостоятельной наукой, имеет свои методы.

В психологии в связи с неоднозначной трактовкой термина «метод» известны различные классификации методов исследования.

С.Л. Рубинштейн выделял два основных метода исследования: наблюдение и эксперимент, а также промежуточные и вспомогательные методики: изучение продуктов деятельности, беседу, анкету, тест, генетический метод, использование данных патологии.

А.Р. Лурия, используя другие основания, классифицировал три основных метода психологического исследования: метод структурного анализа, экспериментально-генетический и экспериментально-патологический. Кроме того, им выделены методы количественной и качественной оценки психических процессов и измерения уровня их развития (тесты).

Большая работа по научной систематизации методов психологии была проведена Б.Г. Ананьевым. Он предложил развернутую и многоплановую классификацию с выделением четырех групп методов в зависимости от степени их использования на различных этапах психологического исследования: организационные, эмпирические, обработки данных и интерпретационные методы.

В.Н. Дружинин по аналогии с другими науками выделяет в психологии три класса методов: эмпирические, теоретические и интерпретационные.

Все методы, применяемые в психологии, имеют своей целью раскрытие закономерностей психики и поведения человека. При этом каждый метод осуществляет это соответственно с присущими ему особенностями.

В современной психологии различают методы:

- основные;
- вспомогательные;
- дополнительные;
- обработки и интерпретации.

К *основным методам* относятся: метод наблюдения и метод эксперимента; к *вспомогательным* — все остальные методы: метод экспертных оценок, различные методы опроса, метод самонаблюдения, метод тестов, анализ результатов деятельности и т. д.

Наряду с этим в настоящее время в психологии применяются и *дополнительные методы*, заимствованные из других наук, например из физиологии (ЭЭГ, ЭМГ, КГР, ЭОГ и др.) и математики (моделирование). Каждый из этих методов научного исследования выступает в психологии в различных и более или менее специфических формах.

2.2. Основные методы психологии

Наблюдение. Метод наблюдения в психологии исторически является одним из самых старых научных методов и на первый взгляд наиболее простых. *Наблюдение — это преднамеренное, систематизированное и целенаправленное восприятие внешнего поведения человека с целью его последующего анализа и объяснения без какого-либо преднамеренного вмешательства со стороны наблюдателя.*

Наблюдение является методом, которым пользуются все люди. Однако научное наблюдение и наблюдение, которым пользуется большинство людей в повседневной жизни (житейское наблюдение), имеют ряд существенных различий.

Научное наблюдение характеризуется систематичностью и проводится на основе определенного плана с целью получения объективной картины. Научное наблюдение также отличается организованностью, предполагает четкий порядок проведения и регистрацию результатов в специальном дневнике.

Наблюдение в психологии предполагает не только полное и точное описание наблюдаемых явлений, но и их психологическое толкование. Именно в этом заключается главная цель психологического наблюдения: оно должно, исходя из фактов, раскрыть их психологическое содержание. Следовательно, научное наблюдение требует специальной подготовки, в ходе которой приобретаются специальные знания и содействующие объективности психологической интерпретации качества.

Житейское наблюдение ограничивается регистрацией фактов, носит случайный, неорганизованный характер. В результате житейских наблюдений формируются житейские понятия. Это те понятия, которыми пользуются люди в повседневной

жизни и в обыденном общении. От научных понятий житейские понятия отличаются меньшей определенностью и точностью, большей изменчивостью формулировок и слабой операциональностью.

Наблюдение в психологии выступает в двух основных формах: как самонаблюдение, или интроспекция, и как внешнее, или так называемое объективное, наблюдение.

В современной психологии мы исходим из единства внешнего и внутреннего. Поэтому речь здесь идет не о совместном применении наблюдения как двух разнородных, внешне друг друга дополняющих методов, а об их единстве и взаимном переходе друг в друга.

С помощью наблюдения изучают психологические явления в различных условиях без вмешательства в их течение. *Предметом наблюдения* являются действия и поступки человека, его высказывания и сопровождающие их мимика и жесты.

Психолога как исследователя интересует не любое проявление поведения, а лишь такое, которое связано с конкретной исследовательской задачей. Поэтому наблюдающий должен выжидать нужные ему проявления свойств личности или психических состояний. Восприятие внешнего поведения человека носит субъективный характер, поэтому не следует спешить с выводами, необходимо многократно проверять результаты, сравнивать их с данными других исследований. Кроме того, наблюдения и фиксации единичных проявлений психических свойств недостаточно. Исследователь должен убедиться в характерности, типичности того или иного свойства. Большое значение при наблюдении принадлежит анализу ошибочных действий человека. Анализ характера ошибок, причин их возникновения позволяет наметить реальные пути их устранения.

Основным условием научности наблюдения является его объективность, которая обеспечивается контролем либо повторным наблюдением, либо применением других методов исследования (например, эксперимента). Для повышения объективности наблюдения часто используют дополнительно различные технические средства регистрации: фото-, кино-, видеосъемку, аудиозаписи.

Основное достоинство метода состоит в том, что наблюдения проводят в естественной ситуации; оно не изменяет обычного поведения наблюдаемых лиц. Наблюдение можно вести как за одним человеком или за отдельным работником, так и за

группой лиц. Этот метод удобен для изучения в различных условиях, например в трудовом коллективе, группе детского сада или в школьном классе.

Обладая несомненными достоинствами, метод наблюдения имеет и существенные недостатки. Так, наблюдение не вносит изменений в изучаемую деятельность, поэтому в ходе его не всегда могут возникнуть именно те ситуации, которые наиболее интересуют исследователя. Другим недостатком метода наблюдения является его значительная трудоемкость.

Наблюдения бывают нескольких видов:

- стандартизированное (проведенное строго в соответствии с намеченной программой);
- свободное (не имеющее заранее установленных рамок);
- включенное (исследователь становится непосредственным участником того процесса, за которым ведет наблюдение);
- невключенное (исследователь наблюдает за деятельностью, которую он изучает);
- внешнее (наблюдение за человеком со стороны);
- скрытое (примером может служить телепередача «Скрытая камера»);
- внутреннее (самонаблюдение, интроспекция — наблюдение за своими мыслями и чувствами).

Дадим характеристику указанным видам наблюдения. Рассмотрим вначале стандартизированное и свободное наблюдения.

Стандартизированное наблюдение заключается в последовательном и целенаправленном восприятии и предполагает следующие необходимые условия: четкий план наблюдения, фиксацию результатов наблюдения, построение гипотезы, объясняющей наблюдаемые явления, и проверку гипотезы в последующих наблюдениях.

Свободное наблюдение не имеет заранее установленных рамок, но всегда предполагает наличие замысла, системы методологических приемов контроля и осмысления результатов. Чаще всего свободное наблюдение применяется на начальной стадии исследования для определения проблемной ситуации, получения более конкретных знаний об объекте исследования.

Включенное наблюдение, при котором исследователь является непосредственным участником тех событий и процессов, за которыми ведет наблюдение используется тогда, когда, например, требуется изучить психологию поведения и взаимоотношения людей в особых условиях, не допускающих наблюдения извне,

со стороны замкнутых преступных групп, религиозных сект и других закрытых объединений людей. Сам психолог на время становится активным участником того процесса, за которым ему нужно вести наблюдение, и фиксирует его как бы изнутри.

Однако если под влиянием личного участия психолога его восприятие и понимание события может быть искажено, то лучше использовать другие виды наблюдения, например невключенное.

Во включенном наблюдении можно выделить наблюдение *полное включенное* и *простое включенное*.

При полном включении наблюдение проводится скрыто, изнутри, а истинные цели и участие психолога неизвестны наблюдаемому. Он вступает в коллектив или группу и принимает участие в его деятельности наравне с другими.

При простом включенном наблюдении исследователь выбирает для себя нейтральную позицию. Не принимая активного участия в групповой деятельности, психологу следует помнить, что любое новое лицо своим присутствием вносит в его деятельность определенные нарушения, которые могут исказить картину его повседневной деятельности. Поэтому иногда рекомендуется на несколько дней приостановить наблюдение, чтобы, вернувшись к нему, увидеть обстановку другими глазами. Степень участия включенного наблюдателя в исследуемой ситуации во многом определяется характером самого психологического исследования и его задачами.

Внешнее наблюдение используется в психологии чаще всего. Для психолога внешнее наблюдение — это один из основных методов изучения не только поведения человека, но и его характера, а также психических особенностей. По внешним проявлениям психолог судит о внутренних причинах поведения, эмоциональном состоянии, затруднениях при восприятии учебного материала, об отношениях со сверстниками, взрослыми и т. д. Однако психолога интересует не любое проявление поведения, а лишь такое, которое связано с конкретной исследовательской задачей.

В ряде случаев используется *скрытое наблюдение*, при котором наблюдаемый не знает и не подозревает о том, что за ним ведется наблюдение. Метод скрытого наблюдения применяется тогда, когда характер наблюдаемого процесса или явления может внезапно и существенно измениться, если испытуемый знает, что за ним наблюдают. К примеру, если человек знает,

что за ним наблюдают, то он будет вести себя иначе, чем в том случае, когда ему известно, что его никто не видит. Для скрытого наблюдения могут использоваться магнитофон, видеокамера, а также зеркало Гезелла, прозрачное с одной стороны (со стороны наблюдателя), но отражающее лучи с другой стороны (со стороны того, за кем наблюдают). Методом скрытого наблюдения нередко изучают поведение и взаимоотношения детей, их индивидуальные и совместные игры.

С наблюдением связан и *метод самонаблюдения*, который является одним из специфических методов, применяемых только в психологии. Метод самонаблюдения можно использовать как дополнительный и как самостоятельный, хотя и не основной метод психологического исследования. Так, сведения о качественной стороне психических явлений даются только самонаблюдением. Что значит различать тон, видеть зеленый, желтый и другие цвета, думать, гневаться, стыдиться или желать и хотеть — все это превосходно известно нам из самонаблюдения. Кому какое-либо душевное состояние не дано в нем самом, тот ни из каких других источников не пополнит своего знания. Слепорожденный и глухонемой не могут на основе внутреннего опыта познать цвета и звуки.

Знание всего этого образовалось вследствие долгого наблюдения над самим собой, наблюдением того, какие душевные состояния и как выражались в слове.

Особенно полезным метод самонаблюдения может быть при изучении психологических состояний: настроения бодрости, раздражительности, работоспособности, профессиональной продуктивности. Сталкиваясь на практике с поведением других людей, психолог стремится понять его психологическое содержание. При этом в большинстве случаев он обращается к своему поведению, в том числе и к анализу своих переживаний. Поэтому психолог, для того чтобы успешно работать, должен научиться объективно оценивать свое состояние и свои переживания.

В процессе наблюдения важным профессиональным качеством психолога является его наблюдательность. Так, некоторые специалисты ведут дневники наблюдения. К примеру, на основе своих дневников А.С. Макаренко написал «Педагогическую поэму».

Следует отметить, что метод самонаблюдения, помимо преимуществ, обладает рядом недостатков. Во-первых, наблю-

дать свои переживания очень трудно. Они или изменяются под влиянием наблюдения, или совсем прекращаются. Во-вторых, при самонаблюдении очень трудно избежать субъективизма, поскольку наше восприятие происходящего имеет субъективную окраску. В-третьих, при самонаблюдении трудно выразить некоторые оттенки наших переживаний.

Эксперимент. Одним из основных методов научного познания вообще и психологического в частности является эксперимент.

Эксперимент — метод, предполагающий активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания наилучших условий для изучения конкретных психологических явлений.

Эксперимент основан на создании искусственной ситуации, в которой изучаемое свойство выделяется, проявляется и оценивается лучше всего. Главным достоинством эксперимента является то, что он позволяет надежнее других психологических методов делать выводы о причинно-следственных связях исследуемого феномена, научно объяснить происходящее явление и его развитие.

Основные особенности эксперимента заключаются в следующем:

1) в эксперименте исследователь сам вызывает изучаемое им явление вместо того, чтобы ждать, как при объективном наблюдении, пока случайный поток явлений доставит ему возможность наблюдать его;

2) имея возможность вызывать изучаемое явление, экспериментатор может варьировать, изменять условия, при которых протекает явление, вместо того, чтобы, как при простом наблюдении, брать их такими, какими ему их доставляет случай;

3) изолируя отдельные условия и изменяя одно из них при сохранении неизменными остальных, экспериментатор тем самым выявляет значение отдельных условий и устанавливает закономерные связи, определяющие изучаемый им процесс. Эксперимент, таким образом, очень мощное методическое средство для выявления закономерностей;

4) выявляя закономерности связи между явлениями, экспериментатор может варьировать не только сами условия (их наличие или отсутствие), но и их количественные соотношения. В результате эксперимента устанавливаются допускающие математическую формулировку количественные закономерности.

В основном именно благодаря эксперименту естествознание пришло к открытию законов природы.

Основная задача психологического эксперимента заключается в том, чтобы сделать доступными для *объективного внешнего наблюдения* существенные особенности *внутреннего психического процесса*. Для этого нужно, варьируя условия протекания внешней деятельности, найти ситуацию, при которой внешнее протекание акта адекватно отражало бы его внутреннее психологическое содержание.

За последние годы эксперимент приобрел многообразные формы и получил широкое применение в самых различных областях психологии. При этом некоторые из новейших экспериментов отличаются большой строгостью методики и по простоте, изяществу и точности результатов они иногда не уступают лучшим образцам, созданным такими зрелыми экспериментальными науками, как, например, физика.

Основное отличие и достоинство эксперимента в том, что исследователь может по желанию вызвать какой-то психический процесс или свойство, проследить зависимость психического явления от внешних условий. Это преимущество экспериментального метода объясняет его очень широкое применение в психологии. Основная масса эмпирических фактов в психологии получена экспериментальным путем.

Однако не всякая исследовательская задача может быть решена с помощью эксперимента. Так, если изучение психических процессов и функций ведется преимущественно экспериментальным путем, изучение более простых свойств личности (темперамента, многих способностей) также доступно экспериментальному методу, то характер и сложные виды способностей эксперименту пока недоступны.

Поскольку от наблюдения и других методов эксперимент отличается активным вмешательством в ситуацию со стороны исследователя, очень сложным и существенным является вопрос о влиянии воздействия экспериментатора на испытуемого. Для преодоления возникающих в связи с этим трудностей иногда стремятся устранить непосредственное воздействие экспериментатора и построить эксперимент так, чтобы сама ситуация, а не непосредственное вмешательство экспериментатора (инструкция и т. п.) вызывала у испытуемого подлежащие исследованию акты. Однако поскольку эксперимент по своему существу всегда включает непосредственное либо опосредство-

ванное воздействие экспериментатора, то вопрос заключается не столько в том, чтобы устранить это воздействие, сколько в том, чтобы правильно учесть и организовать его.

Пользуясь экспериментом в психологии, никогда нельзя забывать того, что всякое вмешательство экспериментатора в целях изучения психических явлений вместе с тем неизбежно оказывается и средством полезного или вредного воздействия на изучаемую личность. Особое значение это положение приобретает при изучении психологии ребенка. Она накладывает ограничение на использование эксперимента, с которым нельзя не считаться. При оценке и истолковании результатов эксперимента необходимо специально выявить и учесть отношение испытуемого к экспериментальному заданию и экспериментатору. Это необходимо, потому что поведение испытуемого в эксперименте не автоматическая реакция, а конкретное проявление личности, которая устанавливает свое отношение к окружающему, и оно сказывается на ее поведении в экспериментальной ситуации.

Необходимо также иметь в виду, что данные, полученные в экспериментальной ситуации, могут быть правильно истолкованы, только взятые в соотношении с условиями, в которых они получены.

Эксперимент может быть:

- лабораторным, когда он протекает в специально организованных условиях, а действия испытуемого определяются инструкцией;
- естественным, когда изучение проходит в естественных условиях;
- констатирующим, когда изучаются лишь необходимые психологические явления;
- формирующим, в процессе которого развиваются определенные качества испытуемых.

Рассмотрим вначале лабораторный эксперимент.

Лабораторный эксперимент предполагает создание искусственной ситуации, в которой изучаемое свойство может быть лучше всего оценено. Лабораторный эксперимент является одной из разновидностей моделирования деятельности испытуемого и проводится в специально создаваемых и контролируемых условиях, как правило, с применением специальной аппаратуры и приборов. Смысл его заключается в том, что перед испытуемым ставится задача — в лабораторных условиях выполнять определенные дей-

ствия, по своей психологической структуре наиболее соответствующие действиям реальной деятельности. Такое моделирование позволяет в лабораторных условиях изучить какую-либо реальную деятельность с большой точностью регистрации и замеров.

Однако в силу искусственности лабораторных условий полученные результаты могут отличаться от тех, которые имеют место в реальной жизни. Искусственность эксперимента обусловлена тем, что в нем выключаются некоторые осложняющие условия, встречающиеся в жизненных ситуациях. Поэтому против лабораторного эксперимента выдвигаются следующие три соображения:

- 1) искусственность эксперимента;
- 2) аналитичность и абстрактность эксперимента;
- 3) осложняющее воздействие экспериментатора.

С учетом сказанного результаты лабораторного эксперимента обязательно должны проверяться и сопоставляться с данными наблюдения или эксперимента в реальных условиях.

Лабораторный эксперимент может быть двух видов: синтетический и аналитический.

При синтетическом эксперименте воспроизводятся возможно более точно все цели и условия данного вида деятельности. Обычно для этого, например при изучении трудовой деятельности, используют различные модели рабочих мест операторов, кабины мобильных машин или средств, различные стенды, тренажеры и имитаторы. Например, моделирующий стенд для проведения синтетического эксперимента может представлять собой комплекс, с высокой точностью воспроизводящий реальные условия деятельности оператора (рис. 1).

Стенд конструкции Белорусского филиала ВНИИ технической эстетики (БФ ВНИИТЭ) используется при изучении управ-

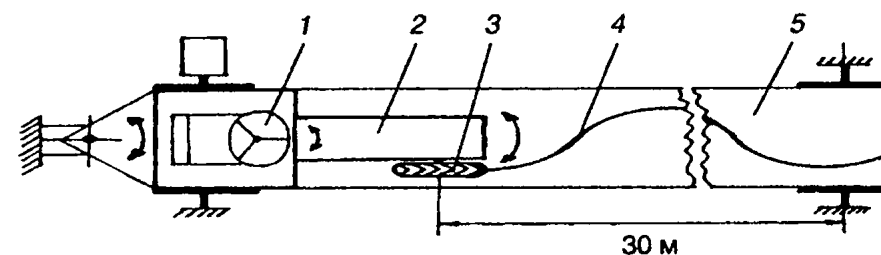


Рис. 1. Моделирующий стенд для проведения синтетического эксперимента по изучению управляемости мобильного объекта (колесного трактора) и параметров слежения при вождении (конструкция БФ ВНИИТЭ)

ляемости мобильного объекта (колесного трактора) и параметров слежения при его вождении (авторы — Л.А. Вайнштейн, Л.К. Чучалин).

Стенд состоит из кабины, имитирующей рабочее место оператора, с рулевым управлением 1, капота 2 с передними колесами 3. Все это размещено на поворотной платформе, перемещающейся относительно программной кривой 4 (полученной по замерам в реальных условиях), нанесенной на подвижной ленте 5. Подвижная лента длиной 30 м моделирует среду движения и имеет регулируемую скорость перемещения относительно передних колес. Вращением рулевого колеса осуществляется поворот платформы и колес относительно программной кривой. При этом определяется точность вождения путем регистрации параметров слежения в зависимости от изменения ряда конструктивных параметров. Стенд содержит и аппаратуру, регистрирующую состояния и результаты работы оператора, а также результаты поведения машины.

При *аналитическом эксперименте* в лабораторных условиях воспроизводят только какой-то один элемент деятельности, а все остальные элементы сознательно выключаются. Этот вид эксперимента обычно применяется для изучения влияния различных условий на отдельные элементы деятельности. Примером такого эксперимента является исследование групповой деятельности с помощью гомеостата. В специальной установке, получившей такое название, использована идея взаимных перекрестных связей, через которые каждый из трех испытуемых, решая свою частную задачу, влияет на ход работы остальных испытуемых. Исследования, проведенные по гомеостатической методике, позволили получить ряд полезных результатов, раскрывающих общие закономерности групповой деятельности операторов.

Однако несмотря на свои широкие возможности, лабораторный эксперимент имеет определенный недостаток. В нем отсутствует весьма принципиальный момент: возможность изучения отношения испытуемого к своей деятельности, которая может колебаться в широких пределах от повышенной напряженности до несерьезности.

Одним из наиболее продуктивных методов изучения, особенно деятельности, является естественный эксперимент. *Естественный эксперимент организуется и проводится в обычных*

жизненных условиях, где экспериментатор не вмешивается в ход происходящих событий, фиксируя их такими, какими они есть.

Естественный эксперимент вырос из психологической и педагогической практики и получил широкое применение и признание. Идея проведения психологического эксперимента в естественных условиях принадлежит отечественному психологу А.Ф. Лазурскому. Суть такого эксперимента заключается в том, что исследователь оказывает воздействие на испытуемых в привычных условиях их деятельности. Испытуемые часто и не подозревают, что участвуют в эксперименте. Так, например, педагог имеет возможность варьировать содержание, формы, приемы и темп обучения в параллельных классах и студенческих группах, определяя затем их эффективность.

Однако следует иметь в виду, что результаты естественного эксперимента не всегда точны из-за отсутствия у экспериментатора возможности строгого контроля за влиянием разнообразных факторов на изучаемое свойство. С этой точки зрения лабораторный эксперимент выигрывает в точности, но при этом уступает в степени соответствия жизненной ситуации.

Естественный эксперимент может проводиться в различных формах. Простейшей формой является решение «вводных задач». Например: «Случилось то-то, что вы будете делать?» Лучший результат можно получить, если эти отклонения незаметно для испытуемого вводятся, например, в его трудовую деятельность. Для этого можно, в частности, производить выключение мотора, изменение регулировки, имитацию неисправности и т. д.

Проведение исследований в естественных условиях имеет большую практическую значимость. Например, полученные в процессе изучения результаты необходимы в работе с персоналом, социальными группами. Кроме того, они помогут построить деловые и повседневные межличностные отношения, а также призваны помочь в самопознании с тем, чтобы рационально подходить к собственной судьбе, личностному росту.

Следует подчеркнуть, что сама организация и проведение естественного эксперимента представляют большую сложность, так как необходимо добиваться максимума естественности, с одной стороны, и нужной «экспериментальности» — с другой.

Хотя естественный эксперимент дает наиболее достоверный материал об изучаемой деятельности, он все же не может быть применен во всех случаях. Прежде всего речь идет о про-

ектировании систем «человек—машина», когда реальная система еще не создана и существует только в замыслах конструкторов. Но даже и в уже существующих системах «человек—машина» возможности естественного эксперимента могут быть ограничены, так как не всякая интересующая исследователя ситуация может быть воссоздана в эксперименте. Для примера это ситуация реального масштабного пожара или аварийная ситуация полета, связанного с отказом ряда систем самолета. Поэтому естественный эксперимент часто также дополняется результатами других видов исследования.

В производственных условиях лучше применять *лонгитюдный эксперимент*, рассчитанный на длительное время, например на несколько месяцев или лет. Он проводится таким образом, когда отдельные экспериментальные группы ставятся в условия, отличающиеся от обычных групп. При этом предполагается проводить изучение, наряду с экспериментальными группами, и контрольных групп. В экспериментальных группах условия изменяются, а в контрольных — сохраняются неизменными. Лонгитюдный эксперимент может рассматриваться как синтез лабораторного и естественного экспериментов.

Рассмотрим теперь констатирующий и формирующий эксперименты.

Констатирующий эксперимент предназначен для выявления определенных психических особенностей и уровня развития соответствующего качества. Ограниченность констатирующего эксперимента заключается в невозможности проследить процесс приобретения испытуемыми знаний.

Формирующий эксперимент предполагает целенаправленное воздействие на испытуемого в целях формирования у него определенных качеств. Он может иметь обучающий и воспитывающий характер.

Формирующий эксперимент как метод исходит из реализации генетического принципа исследования, когда в работе идет планомерное формирование требуемого психического процесса или свойства. Экспериментатор (или учитель) исходит из четкого знания того, что именно нужно сформировать, и организует строгую систему воздействий, обеспечивающих достижение цели. Причем делается не «поперечный срез», дающий картину нынешнего состояния изучаемого явления, как во всяком констатирующем эксперименте. Это экспериментальное развитие до намеченного состояния. Так что обучающий

эксперимент — это не просто обучение испытуемого в ходе исследования, а получение «продольного среза» или развернутой структуры.

Рассмотрим теперь отдельные этапы организации и проведения исследования. Структура любого эксперимента органично связана с этапами его организации и проведения. Выделяют следующие этапы проведения эксперимента.

Первый этап — теоретический. На этом этапе психолог формирует *проблему исследования*, определяет объект и предмет, экспериментальные задачи и гипотезы исследования. После формулирования проблемы: что неизвестно, выбирается объект исследования.

Объект исследования — это явление или процесс, на которые направлено исследование. В качестве объекта исследования может быть также группа людей, с которыми будет проводиться эксперимент или за которыми будет вестись наблюдение.

Большое значение для успешного проведения исследования имеет предмет исследования. *Предметом исследования* является та сторона объекта, которая непосредственно подлежит изучению. Одному и тому же объекту могут соответствовать несколько различных предметов исследования. Каждый из них по содержанию определяется тем, какую сторону объекта он отражает, с какой целью и для решения какой проблемы выбран предмет исследования.

При определении предмета исследования учитываются цель и задачи исследования, основные характеристики объекта, материальные и временные возможности, уровень теоретической разработанности вопроса.

Важное значение имеет правильное формулирование гипотезы. Под *гипотезой* понимается научно обоснованное, вполне вероятное предположение, требующее специального доказательства для своего окончательного утверждения в качестве теоретического положения. Гипотеза проверяется на истинность в экспериментальном или эмпирическом научном исследовании.

Второй этап — разработка программы проведения эксперимента. Программа эксперимента — это документ, в котором разработаны все процедуры эксперимента: от постановки задач до их практического выполнения. Важнейшими элементами программы являются выработка методик исследования и построение плана создания экспериментальной ситуации. По-

этому данный этап иногда называют методическим этапом исследования.

Третий этап — реализация программы эксперимента. Важнейшим звеном этого этапа является создание экспериментальной ситуации и непосредственное экспериментирование. Экспериментальная ситуация включает условия эксперимента, факторы-раздражители, инструкцию (установку на деятельность), экспериментаторов и испытуемых, реакцию испытуемых.

Четвертый этап — обработка, анализ и оценка результатов, подведение итогов работы. Полученные результаты показывают, достигнута ли предварительная цель, подтвердилась ли предполагаемая гипотеза. Необходимо учитывать, что кроме основных можно получить ряд важных и интересных сопутствующих результатов, которые могут пригодиться в дальнейших исследованиях и практической работе.

Обработка результатов исследования — это количественный и качественный анализ и синтез полученных в ходе исследования данных.

Основой построения психологического исследования является соблюдение принципа качественного анализа особенностей протекания психических процессов. Важно установить, сколько и какие задачи выполнил испытуемый, а также как он работал и каков характер допущенных ошибок и полученных результатов.

2.3. Вспомогательные методы психологического исследования

Метод тестов. В настоящее время широкое применение получил метод тестирования, который когда-то в отечественной науке и практике недооценивался. Теперь на вооружении психологов имеется несколько тысяч различных тестов.

Тест (от англ. test — проба, проверка) — это система заданий, позволяющих измерить уровень развития качеств (свойств) личности. Тесты являются специализированными методами психодиагностического обследования. От других методов они отличаются тем, что имеют четкую процедуру сбора и обработки данных и своеобразную их последующую интерпретацию.

Популярность данного метода обусловлена возможностью получения точной и качественной характеристики психологического явления, а также возможностью составить результаты

исследования, что в первую очередь необходимо для решения практических задач.

Одна из самых первых попыток разработать тесты была сделана Ф. Гальтоном. Тесты и статические методы, предложенные Ф. Гальтоном, в дальнейшем получили применение для решения практических вопросов жизни и послужили началом создания прикладной психологии, названной «психотехника». Этот термин вошел в лексикон ученых после публикации статьи Д. Кеттелла. «Психология, — пишет в этой статье Д. Кеттелл, — не сможет стать прочной и точной, как физические науки, если не будет базироваться на эксперименте и измерении. Шаг в этом направлении может быть сделан путем применения серии умственных тестов к большому числу людей. Результаты могут иметь значительную научную ценность в открытии постоянства психических процессов, их взаимозависимости и измерений в различных обстоятельствах».

В 1905 г. французский психолог А. Бине создал один из первых психологических тестов — тест для оценки интеллекта.

Впоследствии различными учеными создаются серии тестов. Их направленность на оперативное решение практических задач обусловила быстрое и широкое распространение психологических тестов. Например, Г. Мюнстерберг предложил тесты для профессионального отбора, которые создавались следующим образом: первоначально они проверялись на группе рабочих, достигших лучших результатов, а затем им подвергались вновь принимаемые на работу.

В период Первой мировой войны использование психологических тестов приобрело массовый характер. Так, в США военные власти обратились к крупнейшим психологам страны Э. Торндайку, Р. Йерксу и Г. Уипплу с предложением возглавить решение проблемы применения психологии в военном деле. Американская психологическая ассоциация и университет быстро развернули работу в этом направлении.

Разработка тестов как психологического метода осуществлялась и в России. Развитие данного направления в отечественной психологии того времени связано с именами А.Ф. Лазурского, Г.И. Россолимо, В.М. Бехтерева, а также П.Ф. Лесгафта.

Особенно заметный вклад в разработку тестовых методов был внесен Г.И. Россолимо. Для диагностики индивидуальных психических свойств он разработал методику их количественной оценки, дающую целостное представление о личности. Ме-

тодика позволяла оценить 11 психических процессов, которые, в свою очередь, разбивались на пять групп:

- 1) внимание;
- 2) восприимчивость;
- 3) воля;
- 4) запоминание;
- 5) ассоциативные процессы (воображение и мышление).

Сегодня тесты – это наиболее широко используемый метод психологического исследования. Многие методики проведения тестирования носят имена их авторов, например тест Айзенка, тест Роршара, тест Розенцвейга, тест Равена, кубики Косса и др. Это еще раз подчеркивает основную особенность тестов, когда в их содержании и методике использования отражена авторская психологическая теория, авторское мировоззрение. Все это позволяет с помощью тестов выделять необходимые параметры психической реальности, ставить в отношении их психодиагностические вопросы и успешно решать их. Также необходимо отметить тот факт, что тесты занимают промежуточное положение между субъективными и объективными методиками. Это обуславливает многообразие тестовых методик.

Существуют различные виды тестов: тест-опросник, тест-задание, проективные тесты.

Тест-опросник основан на системе заранее продуманных, тщательно отобранных и проверенных с точки зрения их валидности и надежности вопросов, по ответам на которые можно судить о психологических качествах испытуемых.

Тест-задание предполагает получение информации о психологических характеристиках человека на основании анализа успешности выполнения определенных заданий. В тестах этого типа испытуемому предлагается выполнить определенный перечень заданий. Количество выполненных заданий является основанием для суждения о наличии или отсутствии, а также степени развития у него определенного психологического качества. Большинство тестов по определению уровня умственного развития относится именно к этой категории.

В основе *проективных тестов* лежит механизм проекции, согласно которому человек склонен приписывать другим людям неосознаваемые собственные качества (особенно недостатки). Данная категория тестов не использует самоотчеты испытуемых, а предполагает свободную интерпретацию исследо-

вателем выполняемых испытуемым заданий. Например, по наиболее предпочтительному для испытуемого выбору цветочных карточек психолог определяет его эмоциональное состояние. В других случаях испытуемому показывают картинки с изображением неопределенной ситуации, после чего психолог предлагает описать события, отраженные на картинке, и на основе анализа интерпретации испытуемым изображенной ситуации делается вывод об особенностях его психики.

Тест-опросник и тест-задание применимы к людям разного возраста, принадлежащим к различным культурам, имеющим разный уровень образования, разные профессии и неодинаковый жизненный опыт. Это их положительная сторона. Недостаток же состоит в том, что при использовании тестов испытуемый по своему желанию может сознательно повлиять на получаемые результаты, особенно если он заранее знает, как устроен тест и каким образом по полученным результатам будут его оценивать. Кроме того, тест-опросник и тест-задание неприменимы в тех случаях, когда изучению подлежат психологические свойства и характеристики, в существовании которых испытуемый не может быть полностью уверен, не осознает или сознательно не хочет признать их наличие у себя. Такими характеристиками являются, например, многие отрицательные личностные качества и мотивы поведения.

В этих случаях обычно применяется третий вид тестов – проективные. Следует указать, что проективные тесты предъявляют повышенные требования к уровню образованности и интеллектуальной зрелости испытуемых, и в этом состоит основное практическое ограничение их применимости. Кроме того, такие тесты требуют большой специальной подготовки и высокой профессиональной квалификации со стороны самого психолога.

При использовании тестов существуют различные формы представления тестового материала: бланковые, аппаратурные и процессуальные.

Бланковыми называются такие формы, при использовании которых испытуемый получает тестовый материал в виде различных бланков: рисунков, схем, таблиц, опросников и т. п.

В *аппаратурных* формах используются разные технические средства, различного рода аппаратура для предъявления и обработки результатов тестирования, например аудио- и видеотехника, электронно-вычислительные машины.

С помощью *процессуальной* формы исследуется какой-либо психологический или поведенческий процесс, и ему в результате дается точная качественная или количественная характеристика, например процесс запоминания человеком материала, процесс межличностного взаимодействия индивидов в группе.

Однако несмотря на свою большую популярность в применении, значение тестов нельзя абсолютизировать и подменять ими другие виды изучения психики человека. Ограничения в применении тестов обусловлены следующим:

1) тест применяется для оценки того или иного психического качества человека, как правило, вне связи с реальной деятельностью. Однако психических качеств в «чистом» виде не существует. Эти качества связаны всегда с целями и условиями деятельности человека, с другими психическими качествами, с особенностями личности в целом. Эта связь в тестовых испытаниях учитывается очень слабо;

2) с помощью тестов пытаются обычно определить (например, при профессиональном отборе) уровень развития у конкретного человека тех или иных психических качеств. Однако для этих целей нужно не столько знать достигнутый к моменту испытаний уровень качеств, сколько прогнозировать возможности их изменения в процессе обучения и трудовой деятельности. Иными словами, например, для целей профессиональной подготовки более важно знать не наличный, а потенциальный уровень возможностей и способностей человека. Ответа на этот вопрос тестовые испытания практически не дают.

К проведению тестовых испытаний следует подходить с большой осторожностью. Ими ни в коем случае нельзя подменять другие виды психологического исследования человека. Однако в сочетании с другими методами данные тестовых испытаний могут дать весьма ценный материал для изучения психологических качеств человека.

Методы опроса. *Методы опроса* — это методы, предполагающие ответы испытуемых на конкретные вопросы исследователя. В зависимости от цели исследования, от привлекаемого к опросу круга лиц, от лимита времени и технических возможностей методы опроса бывают:

- письменными (анкетирование), когда вопросы задаются на бумажном носителе или в электронном виде;
- устными, когда вопросы ставятся устно.

Письменный опрос позволяет охватить большее количество людей за сравнительно небольшое время. Наиболее распространенная форма данного опроса — анкетирование.

Анкетирование — это такой вид письменного опроса, над которым исследователь теряет контроль в момент раздачи анкет или опросных листов. Основные компоненты анкетного опроса следующие:

- *исследователь*;
- *анкета* (или опросный лист);
- *респондент* (опрашиваемый).

Независимо от целей опроса его успех во многом зависит от качества вопросов. Анкета заполняется респондентом самостоятельно, поэтому она должна быть предельно ясна респонденту. В противном случае будут получаться недостоверные результаты. Так, наличие наводящих вопросов часто предопределяет характер ответов и делает их недостоверными. Не следует задавать вопросы, непонятные испытуемому. Для некоторых из них может быть непонятным, например, такой вопрос: «Как велика у вас скорость зрительного восприятия?» Однако этот же вопрос можно выяснить, спросив: «Всегда ли вы успеваете прочесть надписи на экране в кино?»

Анкета состоит из нескольких частей, которые в своей совокупности образуют систему вопросов, позволяющих получить информацию, необходимую для выработки решений по исследуемой проблеме. По форме вопросы бывают:

- закрытые;
- открытые;
- полужакрытые;
- прямые;
- косвенные.

В *закрытых вопросах* респонденту предлагаются варианты ответов и представляется выбор одного или несколько ответов. Закрытые вопросы подразделяются на вопросы типа «да—нет», альтернативные и «вопросы-меню».

Открытые вопросы — это такие вопросы, когда респонденту не предлагаются никакие варианты ответов и он может ответить так, как пожелает. Например, отвечая на вопрос «Что Вас привлекает в Вашей работе?», респондент указывает основные привлекательные для себя факторы.

Полужакрытые вопросы — это такие вопросы, когда в перечне позиций предлагаемых ответов есть позиции «другое» или «что

еще». Например: «Сообщите, пожалуйста, Ваши мотивы выбора профессии психолога» (нужное подчеркнуть). Респондент подчеркивает выбранный им ответ.

Прямые вопросы — это вопросы, позволяющие получить прямую информацию от респондента, например: «Удовлетворены ли Вы своей работой?»

Косвенные вопросы — это вопросы, позволяющие получить необходимую информацию не прямо, а посредством серии вопросов. С их помощью получается информация, которую трудно получить путем прямых вопросов.

Время заполнения анкет зависит от сложности вопросов и от их количества. Количество вопросов должно быть в пределах разумного. Содержание анкеты по качеству и количеству вопросов часто характеризует профессиональную подготовку исследователей.

В случае необходимости анкеты обеспечивают полную анонимность получаемой информации, позволяют лучше исследовать темы, особенно имеющие большую личную значимость.

Хорошо разработанная анкета — необходимое, но недостаточное условие для успешного проведения исследования. Результат исследования зависит от многих других факторов, в том числе от обоснованности репрезентативной выборки и умения исследователя установить психологический контакт с респондентами.

Анкетирование обладает рядом преимуществ. Недостатком анкетирования является то, что нельзя предвидеть реакцию испытуемых на все вопросы и изменить в ходе исследования их содержание. Из-за этого анкетирование обладает меньшими возможностями, чем, например, устная беседа. Вместе с тем его преимущество состоит в том, что оно позволяет одновременно опросить большой круг лиц. Кроме того, можно формализовать полученные ответы, а это позволяет механизировать и автоматизировать обработку данных.

Устный опрос, как правило, применяется в тех случаях, когда необходимо вести наблюдение за реакциями и поведением испытуемого. Этот вид опроса позволяет глубже, чем письменный, проникнуть в психологию человека, поскольку вопросы, задаваемые исследователем, могут корректироваться в процессе исследования в зависимости от особенностей поведения и реакций испытуемого. Однако данный вариант опроса требует больше времени для проведения, а также наличия специальной

подготовки исследователя, поскольку степень объективности ответов очень зависит от поведения и личностных особенностей самого исследователя.

Устный опрос бывает двух видов:

- методом беседы;
- методом интервью.

Психологи широко используют *метод беседы*, который отличается большой свободой проведения процедуры. Как правило, беседа проводится в непринужденной обстановке, а содержание вопросов изменяется в зависимости от ситуации и особенностей испытуемого.

Правильное применение метода беседы предполагает установление исследователем хорошего контакта с испытуемым.

Метод беседы является достаточно универсальным и может применяться на разных стадиях исследования, как для проведения первичной ориентировки, так и для уточнения выводов, полученных другими методами, особенно методами наблюдения. Умелое применение метода может дать весьма ценные результаты. Так, беседа служит основным способом получения информации об испытуемом, установках и мотивах его действий, психических состояниях, степени усвоения им учебного материала и т. д.

Специфическим видом беседы является беседа как «введение в эксперимент», т. е. привлечение к сотрудничеству, а также «экспериментальная беседа», в ходе которой проверяются рабочие гипотезы.

Преимущество беседы перед анкетным методом состоит в том, что при беседе можно выяснить непонятные вопросы, беседа позволяет изменить формулировку вопроса, если он воспринят испытуемым недостаточно правильно. Беседу проводят как с высококвалифицированными специалистами для выяснения секретов их мастерства, анализа и обобщения передового опыта, так и с менее квалифицированными специалистами для выяснения тех трудностей, с которыми они встречаются в процессе производственной деятельности.

Необходимо отметить, что схема опроса будет различной в зависимости от его целей. Так, например, если опрос проводится в целях профессионального отбора, то содержание вопросов должно быть направлено на выявление степени развитости требуемых для данной профессии качеств личности.

При проведении беседы важно уметь слушать собеседника. Эффективное слушание предполагает умение извлекать полезную информацию в условиях устного общения. Считается, что умение слушать собеседника — один из критериев коммуникативности человека. Известно, например, что не более 10 % людей умеют выслушать собеседника, в то время как для установления контакта роль слушателя очень важна. Так, в ситуациях публичных выступлений (лекция, доклад) обычный слушатель достигает только 25-процентного уровня эффективности слушания.

Основными недостатками при слушании являются бездумное и обрывочное восприятие, а также аналитическая узость, заключающаяся в неумении устанавливать связи между содержанием сообщения и фактами реальной жизни. Низкая эффективность при восприятии устной речи может также часто зависеть не только от самого слушателя, но и от собеседника. Однако доминирующим фактором является готовность и желание слушать, что, в свою очередь, определяется отношением слушателя, его интересами, мотивами и эмоциональным состоянием.

Вторым методом опроса является *интервью* — это беседа исследователя с лицом или группой лиц, ответы которых служат исходным материалом для научных обобщений.

В истории интервью можно выделить три основных этапа развития. *Первый этап* — это применение интервью в области психотерапии и психотехники, что привело впоследствии к созданию психологических консультаций.

Второй этап — использование интервью в конкретных социологических и социально-психологических исследованиях, где впервые встали вопросы достоверности получаемой информации.

Третий этап отличается использованием интервью как особого метода получения информации на основе вербальной коммуникации. Степень свободы участников интервью определяется наличием и формой вопросов, а уровень получаемой информации — богатством и сложностью ответов.

Метод интервью в психологии отличается от метода, применяемого, например, в социологии. Иногда вопросники для интервью строят по типу социологических анкет, преследующих цель получить много ответов по многим вопросам. Такой подход годится только на первой стадии исследования для первичной ориентировки в проблеме. Вопросники, составленные с учетом знания структуры изучаемых психических свойств, мо-

гут дать наиболее ценные результаты для дальнейшего уточнения структуры и уровня изучаемых свойств.

Метод экспертных оценок широко применяют в психологии, в частности в психологии личности. К этому методу исследователи часто обращаются: во-первых, на начальном этапе исследования при определении проблемы и целей исследования и, во-вторых, на заключительном этапе как к одному из способов контроля и проверки полученной информации. Метод экспертных оценок эффективен при исследованиях настроений, отношений в коллективе и психологического климата. Основными этапами данного метода являются:

- подбор экспертов;
- проверка опроса экспертов;
- обработка результатов исследования.

Экспертный опрос может быть как анонимным, так и не анонимным.

Один из наиболее ответственных моментов — подбор экспертов. К работе в качестве экспертов обычно привлекают авторитетных членов коллектива, руководителей, неформальных лидеров, компетентных в исследуемой области крупных специалистов, людей с большим стажем работы в данной области. В качестве экспертов могут также выступать компетентные лица: воспитатели детских садов и школ-интернатов, классные руководители, мастера на производстве, квалифицированные специалисты и т. д. При этом они должны хорошо знать испытуемых и успешно владеть наблюдаемым процессом.

Экспертные оценки наиболее целесообразно проводить не в виде описания качественных проявлений свойств (это гораздо эффективнее сделать в последующей беседе с экспертами), а в виде количественной оценки степени того или иного свойства или элемента поведения. Эксперты должны фиксировать выраженность более или менее мелких элементов поведения, не связанных с обобщениями. Обобщение — дело исследователя, а не эксперта.

Анализ результатов деятельности. К методам анализа результатов деятельности относятся методы опосредованного изучения психологических явлений по практическим результатам и предметам труда, в которых воплощаются творческие силы и способности людей. По результатам деятельности опытный исследователь может дать, например, подробные типологические характеристики отдельных качеств или свойств личности, уви-

деть характерные особенности, обнаружить наклонности, способности.

Анализ результатов (продуктов) деятельности позволяет охарактеризовать особенности умений и навыков, приемы и способы работы, черты личности, выражающиеся в отношении к труду, и т. д. Все это требует собирания значительного материала, его классификации и систематизации по важнейшим признакам. При этом необходимо тщательно учитывать индивидуальные особенности людей, результаты деятельности которых собираются и анализируются, учитывать особенности их возраста, социального положения, профессии. Например, рисунки детей разного возраста позволяют судить о широте их умственного кругозора, о характере и объеме их представлений, об их интересах и особенностях понимания ими окружающей действительности, об их отношении к жизненным явлениям, об особенностях и закономерностях их психического развития. Рассмотрим подробнее каждый из методов, посвященных анализу результатов деятельности.

Большое значение для психолога имеет *метод изучения документов*. В документах заключены большие информационные возможности. Однако доступные для анализа документы неодинаковы и неравномерны. Чтобы хорошо ориентироваться в многообразии различных документов, необходимо соответствующим образом их классифицировать.

В качестве основания для классификации используем форму, в которой тот или иной документ фиксирует содержащуюся в нем информацию. Документы классифицируют:

- по форме изложения — на статистические и вербальные;
- общей значимости — на официальные и неофициальные;
- способу фиксации информации — на письменные, иконографические, статистические данные, фонетические.

По способу фиксации информации к *письменным* документам относятся рукописные и печатные, к *иконографическим* — картины, кино- и фотодокументы и др., а к *фонетическим* — магнитофонные записи, грампластинки, аудиозаписи и др.

Важное значение имеют также различные статистические данные. Сюда входят разные количественные показатели.

В зависимости от целей исследования интересные результаты позволяет получить *контент-анализ* — это метод выявления психологических особенностей автора текста (или других носителей информации), в котором выделяются смысловые едини-

цы и осуществляется замер частоты их повторения. На этой основе делаются выводы о личностной направленности автора сообщения. Возможные скрытые тенденции определяются посредством факторного анализа.

В последнее время все более широкое распространение получает *биографический метод*. Сущность этого метода заключается в собирании и анализе материалов биографического характера, проливающего свет на психологические особенности личности человека и их развитие. Сюда относятся установление конкретных биографических данных личности, изучение его автобиографии, дневников, писем, воспоминаний и свидетельств очевидцев, а также аудио- или видеозаписей, кино- и фотодокументов и других материалов.

2.4. Дополнительные методы, используемые в психологии

Физиологические методы. Применение *физиологических методов* в психологии обусловлено следующими обстоятельствами:

- 1) физиологические характеристики имеют важное значение для контроля состояния человека, особенно при выполнении деятельности оператора;
- 2) любое психологическое проявление имеет физиологическую основу;
- 3) в клинической практике и физиологии труда накоплен определенный опыт обработки и анализа физиологических характеристик; имеется также богатый арсенал приборов для проведения физиологических измерений.

Некоторое представление об используемых в психологической практике физиологических методах дает рис. 2. Кратко, не останавливаясь на механизмах возникновения и способах получения и обработки, рассмотрим важнейшие из физиологических характеристик.

Электроэнцефалограмма (ЭЭГ) характеризует биоэлектрическую активность головного мозга (рис. 2, а). В спектре ЭЭГ содержатся различные составляющие: дельта-ритм (частота колебаний 0,5—4 Гц), тета-ритм (5—7 Гц), альфа-ритм (8—12 Гц), бета-ритм (15—35 Гц), гамма-ритм (35—100 Гц).

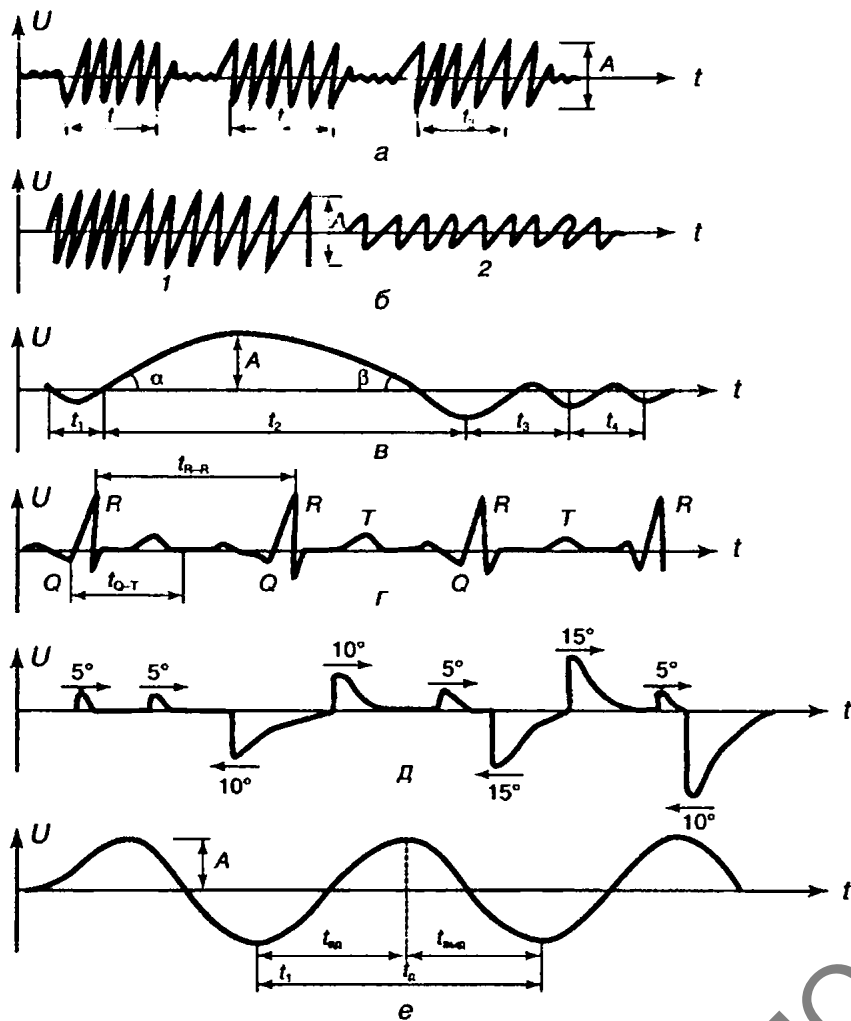


Рис. 2. Пример записи физиологических характеристик человека: а — электроэнцефалограмма; б — электромиограмма; в — кожно-гальваническая реакция; г — электрокардиограмма; д — электроокулограмма; е — пневмограмма

Преобладание низкочастотных колебаний (дельта- и тета-ритмы) свидетельствует о наступлении тормозного процесса (сон, ослабление бдительности и внимания, утомление и т.п.). Наличие альфа-волн характеризует состояние нормальной синхронизации основных нервных процессов. Они являются доминирующими у здорового, бодрствующего человека, находящегося в состоянии оперативной готовности к деятельности. Преобладание высокочастотных колебаний указывает на процесс

возбуждения в коре головного мозга. Это бывает характерным при возникновении психофизиологической напряженности во время работы, свидетельствует о возникновении эмоциональных состояний.

Электромиограмма (ЭМГ) представляет регистрацию биопотенциалов мышц человека (рис. 2, б). ЭМГ служит весьма чувствительным объективным показателем включения в динамическую или статическую работу отдельных групп мышц. Такой анализ необходим при изучении рабочей позы и управляющих движений человека. При обработке определяются показатели амплитуды и длительность i -го мышечного сокращения за период наблюдения как показатель суммарной биоэлектрической активности мышц с последующей их оценкой.

С помощью ЭМГ можно регистрировать также утомление человека. При утомлении уменьшается суммарная активность мышц и средняя амплитуда колебаний.

Кожно-гальваническая реакция (КГР) характеризует изменение электрического сопротивления или разности потенциалов кожи (рис. 2, в). КГР является одним из наиболее результативных способов регистрации возникновения эмоциональной напряженности у человека. В этом случае у человека наблюдается падение электрического сопротивления кожи или увеличение разности потенциалов между двумя точками кожной поверхности (от 10–30 мВ/см в нормальном состоянии до 100 мВ/см и более при возникновении эмоциональной напряженности).

Электрокардиограмма (ЭКГ) заключается в регистрации электрических явлений, возникающих в сердечной мышце (рис. 2, г). ЭКГ состоит из ряда зубцов, характеризующих те или иные процессы в сердечной мышце, и интервалов между ними. Зубец R соответствует моменту возбуждения желудочков сердца, а зубец T — моменту выхода из состояния возбуждения. Интервал $R-R$ характеризует длительность сердечного цикла, а интервал $Q-T$ соответствует периоду от начала возбуждения желудочков сердца до окончания их возбуждения.

Например, в инженерной психологии ЭКГ используется для определения напряженности работы оператора. Для этого измеряются: частота сердечных сокращений (ЧСС), систолический и гистографический показатели. Частота сердечных сокращений определяется величиной, обратной продолжительности интервалов $R-R$.

При возникновении напряженности в работе оператора рассмотренные показатели ЭКГ, как правило, увеличиваются.

Электроокулограмма (ЭОГ) характеризует электрическую активность глазных мышц (рис. 2, д). Обычно используется раздельная регистрация вертикальных и горизонтальных движений глаз. При этом знак потенциала ЭОГ указывает направление перемещения взгляда, а его величина — угол перемещения. ЭОГ применяется для анализа работы зрительной системы человека, например, со средствами отображения информации, для анализа распределения и переключения внимания оператора в процессе работы и других целей.

Пневмограмма (ПГ) представляет собой запись внешнего дыхания (рис. 2, е). Она используется для оценки психофизиологической напряженности. В состоянии возбуждения или напряжения частота дыхания увеличивается до 50–60 колебаний в минуту, наблюдается также уменьшение глубины дыхания и укорочение фазы выдоха относительно фазы вдоха.

Речевой ответ (РО) изучается по спектральным и временным характеристикам речи человека. Так, например, по изменению интонации голоса, которая сопровождается изменением спектрального состава звуковых колебаний, можно судить о возникновении эмоциональных состояний оператора, напряженности и утомления в его работе. В последнее время получены данные, свидетельствующие о том, что информация об этих состояниях содержится также во временных параметрах речевого ответа. Например, при развитии утомления у человека увеличиваются длительность слов и пауз между ними, а также их дисперсия.

Моделирование. Дополнительную группу методов образуют также *методы моделирования*. Методы моделирования следует отнести в самостоятельную группу методов, поскольку они применяются тогда, когда использование других методов затруднено. Особенностью моделирования является то, что, с одной стороны, они опираются на определенную информацию о том или ином психическом явлении, а с другой стороны, при их использовании, как правило, не требуется участия испытуемых или учета реальной ситуации. Поэтому бывает очень сложно отнести разнообразные методики моделирования к разряду объективных или субъективных методов.

Модели могут быть техническими, логическими, математическими, кибернетическими и т. д. *Техническое моделирование*

предполагает создание приборов или устройства, по своему действию напоминающих то, что подлежит изучению. *Логическое моделирование* основано на идеях и символике, применяемой в математической логике. В *математическом моделировании* используют математическое выражение или формулу, в которой отражены взаимосвязь переменных и отношения между ними, воспроизводящие элементы и отношения в изучаемых явлениях. *Кибернетическое моделирование* основано на использовании для решения психологических задач понятий из области информатики и кибернетики.

Развитие компьютеров и программного обеспечения для них дало толчок к моделированию психических явлений на основе законов работы ЭВМ, так как оказалось, что мыслительные операции, используемые людьми, логика их рассуждений при решении задач близки к операциям и логике, на основе которых работают компьютерные программы. Это привело к попыткам представить и описать поведение человека по аналогии с работой компьютера. В связи с этими исследованиями стали широко известны имена американских ученых Д. Миллера, Ю. Галантера, К. Прибрама, а также российского психолога Л.М. Веккера.

Каждый из рассмотренных методов оптимален по одной-двум характеристикам, иными словами, удачно описывает лишь определенные стороны деятельности человека. Поэтому при решении психологических задач очень часто приходится применять комбинацию тех или иных методов.

Техническое обеспечение психологических исследований. Психологические исследования для своего проведения требуют соответствующего технического обеспечения. Поэтому хотя бы кратко остановимся на вопросе технического оснащения, необходимого для обеспечения психологических исследований.

Техническое оснащение исследования должно соответствовать решаемым психологическим задачам, всему ходу исследования и уровню анализа получаемых результатов. Ясно, что хорошее техническое обеспечение, особенно со стороны инженеров, является важным условием успешности работы, но нужно хорошо знать, что техника сможет, а чего не сможет обеспечить, каково собственно психологическое содержание тех или иных машинных «выходов» или показателей.

В техническом обеспечении психологических исследований особое место занимает применение ЭВМ, позволяющее решать следующие задачи:

1) *обработка результатов психологических исследований.* Это освобождает исследователя от рутинного, непроизводительного труда по выполнению расчетов и вычислений;

2) *генерирование психологических задач.* Исследование может носить управляемый (адаптивный) или неуправляемый характер. В первом случае ЭВМ автоматически изменяет режим предъявления информации испытуемому в зависимости от результатов его работы и изменения его функционального состояния. Во втором — ЭВМ работает по жесткой, заранее определенной и постоянной в процессе исследования программе;

3) *имитация (моделирование) деятельности человека.* ЭВМ по определенной программе имитирует деятельность человека. Имитация может носить детерминированный или статистический характер;

4) *создание информационно-справочной системы психологических данных.* Накапливаемый справочный материал концентрируется в памяти ЭВМ.

Аппаратура для измерения физиологических характеристик обычно включает следующие устройства:

- *датчики или электроды* (служат для отведения потенциалов с поверхности тела человека);
- *преобразователь* (служит для преобразования исходного сигнала к виду, с которым легко вести его дальнейшее усиление);
- *усилитель биоэлектрических сигналов;*
- *регистратор* (служит для выдачи результата измерений в графической или цифровой форме).

2.5. Объективность психологических исследований и особенности психологической интерпретации полученной информации

Наряду с рассмотренными методами, предназначенными для сбора первичной информации, в психологии широко применяются различные способы и приемы обработки полученных в результате психологических исследований данных, их логического и математического анализа для получения вторичных результатов, т. е. факторов и выводов, вытекающих из интерпретации переработанной первичной информации. Для

этой цели применяются, в частности, разнообразные методы математической статистики, без которых часто невозможно получить достоверную информацию об изучаемых явлениях, а также методы качественного анализа полученных данных.

При изучении психических явлений психология не может ограничиться исследованием единичных факторов, как бы интересны они сами по себе ни были. Психические процессы — массовые явления, и поэтому присущие им закономерности могут быть выявлены лишь путем исследования массовых факторов. Только исследование достаточного числа лиц позволяет сделать выводы, характеризующие действительные, а не случайные особенности и закономерности изучаемого явления. Необходимость изучать массовые явления заставляет психологию прибегать к статистическим методам исследования.

Статистические методы исследования применяются при анализе полученных в исследовании материалов. Однако правильное применение методов статистики выдвигает серьезные требования и к методике собирания материала в процессе исследования.

Как известно, статистический метод опирается на законы больших чисел, а это в ряде случаев требует большого числа наблюдений. Полученные при статистической обработке материала выводы могут отличаться различной степенью вероятности объективной возможности повторения или обнаружения при данных условиях. Вероятность сделанного вывода зависит от количества произведенных наблюдений и колеблется от 0 (невозможность данного факта) до 1 (полная достоверность, обязательное наступление при определенных условиях).

При статистических методах применяют различные способы обработки материала — от достаточно простых (например, кривая распределения, среднее арифметическое, среднее квадратическое отклонение и др.) до более сложных (например, множественная регрессия, факторный анализ и т. д.), требующих использования ЭВМ.

Излагая различные методы изучения психики, мы сознательно не будем подробно рассматривать методы математико-статистической обработки данных. Это делается потому, что, во-первых, существует обширная учебная литература, справочники и монографии, где эти вопросы изложены профессионально и подробно. Во-вторых, студенты-психологи изучают отдельный курс «Математические методы в психологии». Поэтому

му содержание данного материала изложено с того момента, когда данные исследования уже обработаны и представлены в той или иной форме.

Остановимся сначала на проблеме объективности психологических исследований, а также качественном анализе и психологической интерпретации полученных результатов. Эти вопросы представляют особый интерес.

Исследование всегда исходит из какого-то понимания и является истолкованием изучаемого. Оно обычно рано или поздно вскрывает факты, разрушающие или видоизменяющие старое, исходное понимание, которое привело к их раскрытию и ведет к новому, а новое понимание ориентирует исследование на новые факты и т. д. Как отмечает С.Л. Рубинштейн, лишь учитывая эти общие методические соображения, например, относящиеся к методу наблюдения, можно разрешить основную принципиальную трудность, с которой связано объективное наблюдение специально в психологии. Как можно посредством объективного, внешнего наблюдения изучать психические, внутренние процессы? Что, собственно, является предметом объективного психологического наблюдения?

Сторонники поведенческой психологии отвечают, что предметом *объективного психологического наблюдения* могут являться только внешние реакции, различные движения, жесты и ничего больше, потому что только они — объективные факты. Наблюдение, которое ограничилось бы внешними реакциями, могло быть *объективным*, но оно не было бы *психологическим*. Описание поведения, которое может представлять какой-либо интерес в психологическом плане, всегда должно содержать в себе психологическое истолкование. Недаром даже сугубо объективные описания такого крайнего представителя бихевиоризма, как Дж.-Б. Уотсон, испещрены выражениями, заключающими психологическое содержание, как-то: «ребенок *стремился* достать игрушку» или «он *избегал* прикосновения» и пр.

В действительности объективное наблюдение в психологии направлено не на реакции, не на внешние действия сами по себе, а на их психологическое содержание. При этом приходится считаться с тем, что внешний акт непосредственно не тождествен с внутренней операцией и неоднозначно ее определяет. Поэтому точка зрения тех психологов, которые считают, что психологическое содержание интуитивно, т. е. непосредственно дано во внешнем объективном наблюдении чисто описательно-

го типа, в конечном счете так же несостоятельна, как и точка зрения тех, которые считают психологическое содержание вообще недоступным для объективного наблюдения.

Таким образом, описание явлений на основе наблюдения правильно, если заключенное в нем психологическое понимание внутренней психологической стороны внешнего акта дает закономерное объяснение его внешнего протекания в различных условиях.

Отдельно остановимся на проблеме точности измерения получаемой информации, а также на ее количественных и качественных характеристиках. Эта проблема давно существовала в психологии.

С одной стороны, данная проблема тесно связана с проблемой объективности исследования. Психологи давно задают себе вопрос: «Чем можно доказать, что наблюдаемое явление случайно или что оно объективно существует?» В процессе становления и развития психологии была определена методология подтверждения объективности результатов эксперимента. Например, таким подтверждением может быть повторение результатов в исследованиях с другими испытуемыми, находящимися в аналогичных условиях.

С другой стороны, данная проблема связана с проблемой сопоставимости полученных результатов, например, как сопоставить выраженность определенной психологической характеристики у различных людей.

Попытки количественной оценки психологических явлений стали предприниматься начиная со второй половины XIX в., когда возникла необходимость сделать психологию более точной и полезной наукой. Но еще раньше, в 1835 г., вышла в свет книга создателя современной статистики А. Кетле «Социальная физика». В этой книге А. Кетле, опираясь на теорию вероятностей, показал, что ее формулы позволяют обнаружить подчиненность поведения людей некоторым закономерностям. Благодаря этому становится возможным предсказывать разнообразные явления (в том числе и психологические) на основе статистических законов. Для познания этих законов безнадежно изучать каждого человека в отдельности. Объектом изучения поведения должны быть большие массы людей, а основным методом — вариационная статистика.

Уже первые серьезные попытки решить проблему количественных измерений в психологии позволили открыть и сфор-

мулировать несколько законов, связывающих силу ощущений человека с выраженными в физических единицах стимулами, воздействующими на организм. К ним относятся законы Бугера—Вебера, Вебера—Фехнера, Стивенса, представляющие собой математические формулы, при помощи которых определяется связь между физическими стимулами и ощущениями человека, а также относительный и абсолютный пороги ощущений.

Впоследствии математика широко вошла в психологические исследования, что в определенной степени повысило их объективность и способствовало превращению психологии в одну из наиболее целесообразных с практической точки зрения наук. Широкое внедрение математики в психологию определило необходимость разработки методов, позволяющих многократно проводить однотипные исследования, т. е. потребовало решить проблему стандартизации процедур и методик. Основной смысл стандартизации заключается в том, что для обеспечения наименьшей вероятности ошибки при сравнении между собой результатов психологических обследований нескольких человек или групп испытуемых необходимо прежде всего обеспечить использование одинаковых методов, стабильно, т. е. независимо от внешних условий, измеряющих одну и ту же психологическую характеристику.

Вопросы для самоконтроля

- 1. Понятие метода и основных особенностей психологического метода.*
- 2. Основные принципиальные установки психологических методик.*
- 3. Основные требования, которым должны отвечать методы психологического исследования.*
- 4. Классификация психологических методов.*
- 5. Метод «наблюдение».*
- 6. Метод «эксперимент».*
- 7. Отдельные этапы организации и проведения экспериментов.*
- 8. Характеристика вспомогательных методов психологии.*
- 9. Дополнительные методы психологии.*
- 10. Основные понятия объективности психологического исследования.*
- 11. Особенности психологической интерпретации полученной информации.*

ГЛОССАРИЙ

Абсолютный порог ощущения верхний — максимальная сила раздражителя, при которой еще возникает адекватное действующему раздражителю ощущение.

Абсолютный порог ощущения нижний — минимальная сила раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение. Определяет уровень абсолютной чувствительности данного анализатора.

Абстрагирование (от лат. abstractio — отвлечение) — операция мышления, посредством которой субъект, вычлняя какие-либо признаки изучаемого объекта, отвлекается от остальных.

Агглютинация (от англ. agglutination — склеивание) — механическое соединение, комбинация отдельных элементов или частей нескольких предметов в один образ.

Агрессивное поведение — враждебные действия, целью которых является нанесение страдания, ущерба другим; одна из форм реакций на фрустрацию потребностей и конфликт.

Агрессия (от лат. aggressio — нападение) — один из механизмов психологической защиты. Возникает как защита от фрустрации, при этом направляется не на фрустрирующий фактор, а на некий вторичный объект, ошибочно принимаемый за источник фрустрации.

Адаптация сенсорная — изменение чувствительности анализатора в результате его приспособления к силе и продолжительности действующего раздражителя.

Адаптация эмоциональная — притупление, снижение интенсивности эмоциональных реакций (вплоть до полного их исчезновения) при долгом повторении одних и тех же воздействий.

Аккомодация (от лат. accomodatio — приспособление к чему-либо) — 1) изменение кривизны хрусталика глаза при приближении или удалении предмета, на который смотрит человек; 2) в теории Ж. Пиаже — способ изменения схем действий индивида вследствие взаимодействия со средой.

Аккумуляция аффективная — накопление аффективного возбуждения в результате повторения провоцирующих аффект си-

туаций, что приводит к аффективному взрыву при отсутствии исключительных обстоятельств.

Активация — нейронное возбуждение ретикулярной формации ствола мозга с сопутствующими изменениями электроэнцефалографических показателей коры.

Акцентирование (или **заострение**) — выделение и подчеркивание какой-либо части, детали в создаваемом образе.

Акцептор действия — в теории функциональных систем П.К. Анохина афферентная модель ожидаемого результата.

Амбивалентность (от лат. ambo — оба и valentia — имеющий силу) — противоречивость эмоционального переживания, связанная с двойственным отношением к чему- или кому-либо и характеризующаяся его одновременным принятием и отвержением.

Анализ — мыслительная операция, с помощью которой осуществляется мысленное расчленение предмета, явления, ситуации и выявление составляющих его элементов, частей, моментов.

Анализ результатов деятельности — методы опосредованного изучения психологических явлений по практическим результатам и предметам труда, в которых воплощаются творческие силы и способности людей.

Анализатор — специальный нервный аппарат, принимающий воздействие определенных раздражителей и трансформирующий их в ощущения.

Анкетирование — вид письменного опроса, существенной особенностью которого является опосредованный характер взаимодействия между исследователем и респондентом (отвечающим), которые общаются при помощи анкеты, причем респондент сам читает предлагаемые ему вопросы и сам фиксирует свои ответы.

Антиципация (от лат. anticipatio — предвосхищаю) — способность человека предвидеть будущие, предстоящие события.

Апатия — равнодушное, безразличное настроение, полное отсутствие эмоционально окрашенного отношения к окружающему миру и самому себе.

Апперцепция — зависимость восприятия от опыта, знаний, интересов и установок личности.

Архетипы — в теории К.-Г. Юнга универсальные прообразы поведения, мышления, мировосприятия. Проявляют себя независимо от индивидуального опыта человека.

Ассимиляция (от лат. *assimilatio* — усвоение, уподобление, слияние) — в теории Ж. Пиаже процесс приспособления новой информации к существующим у индивида схемам действий, не изменяя их в принципе.

Ассоциация — связь между психическими явлениями, при которой одно явление вызывает в сознании другое благодаря их схожести, смежности или противоположности.

Атрибуция (от лат. *attribuo* — придаю, наделяю) — приписывание субъектом предполагаемых причин какому-либо интерпретируемому явлению.

Аттракция (от лат. *attrahere* — привлекать, притягивать) — привлекательность другого человека, на основе которой возникает привязанность как личностная потребность в общении с этим человеком, как особая социальная установка на этого человека, как специфическое эмоциональное отношение к нему (симпатия и любовь).

Аффект — интенсивная и кратковременная эмоциональная реакция на внезапные, чаще всего угрожающие ситуации, сопровождающаяся выраженными экспрессивными и вегетативными проявлениями.

Аффект неадекватности — отрицательное эмоциональное переживание, возникающее в связи с неуспехом в деятельности и характеризующееся либо игнорированием самого факта неуспеха, либо нежеланием признать себя его виновником.

Аффективные следы (или **аффективные комплексы**) — образование специфического опыта, актуализирующегося при столкновении с отдельными элементами вызвавшей аффект ситуации и предупреждающего о возможном ее повторении.

Афферентные пути — нервные каналы, обеспечивающие передачу нервного возбуждения от рецепторов в кору головного мозга.

Беседа — вид устного опроса, характеризующийся большой свободой проведения, как правило, непринужденной обстановкой, а также возможностью изменять содержание вопросов в зависимости от ситуации и особенностей испытуемого. Является достаточно универсальным методом, который может применяться на разных стадиях исследования (как для проведения первичной ориентировки, так и для уточнения выводов, полученных другими методами, особенно методами наблюдения).

Бессознательное — совокупность психических явлений, в функционировании и влиянии которых человек не отдает себе отчета.

Бинокулярное зрение (от лат. *binī* — два и *oculus* — глаз) — механизм восприятия глубины, удаленности и объемности предметов (стереоскопическое восприятие).

Бихевиоризм (от англ. *behavior* — поведение) — психологическое направление, подчеркивающее роль научения и приоритет объективных методов при изучении человека.

Благо — в концепции В.С. Магуна, состояния и процессы субъекта и его внешней среды, которые являются причинами (факторами, условиями) его сохранения и развития.

Боль — неприятное ощущение, которое сопровождает повреждение тканей и побуждает человека к защитному или восстанавливающему поведению.

Валентность — привлекательность, притягательность чего-либо.

Валидность — мера соответствия результатов исследования объективным внешним критериям, такое качество метода, которое выражается в соответствии тому, для изучения и оценки чего он предназначен.

Вегетативная нервная система — часть нервной системы, осуществляющая управление деятельностью внутренних органов: пищеварением, кровообращением, дыханием, обменом веществ и др.

Вербальные функции (от лат. *verbalis* — словесный) — процесс оперирования различными формами знакового (словесного) материала.

Вестибулярный аппарат — анализатор, позволяющий оценивать положение тела в пространстве и изменения направления движения.

Взаимодействие ощущений — изменение (повышение или понижение) чувствительности анализаторов под влиянием раздражителя других органов чувств.

Вина — переживание, возникающее в ситуации нарушения внутреннего морально-этического стандарта поведения, сопровождающееся самоосуждением и раскаянием.

Влечение — первичное неосознаваемое побуждение, проявление потребности человека в чем-либо. Тесно связано с элементарными чувствами удовольствия и неудовольствия.

Внимание — направленность и сосредоточенность сознания на определенных объектах или определенной деятельности при отвлечении от всего остального.

Внимание непроизвольное — внимание, возникающее без намерения человека увидеть или услышать что-либо, без заранее поставленной цели и усилий воли, обычно под воздействием сильного, нового или неожиданного раздражителя.

Внимание послепроизвольное — внимание, наступающее после произвольного через вхождение в деятельность и возникающий в связи с этим интерес, в результате чего сосредоточенность сохраняется в течение длительного времени без напряжения и волевых усилий.

Внимание произвольное — активное, целенаправленное сосредоточение сознания, поддержание уровня которого связано с определенными волевыми усилиями, необходимыми для борьбы с более сильными воздействиями.

Внутренняя среда организма — комплекс жидкостей (крови, лимфы, тканевой жидкости), омывающих клеточные элементы и принимающих определенное участие в питании и обмене органов и тканей.

Воля — психический процесс достижения сознательно поставленных целей с преодолением различных внешних и внутренних препятствий. Обеспечивает сознательное регулирование психической деятельности и независимость поведения от объективных причин.

Воображение — психический процесс создания новых образов на основе ранее воспринятых, отражение реальной действительности в новых непривычных сочетаниях и связях. Воображение позволяет человеку выйти за пределы реального мира во времени и пространстве, дает возможность еще до начала работы представить себе результат труда, играет огромную роль в преобразовании объективного мира.

Воображение активное — создание образов по желанию человека, когда он усилием воли вызывает у себя соответствующие образы.

Воображение воссоздающее — разновидность активного воображения, создание тех или иных образов по их описанию.

Воображение пассивное — создание образов, которые не воплощаются в жизнь, не реализуются в деятельности. Образы пассивного воображения возникают спонтанно, помимо воли и желания человека.

Воображение творческое — разновидность активного воображения, возникающее в процессе труда и предполагающее самостоятельное создание образов, реализуемых в оригинальных и общественно значимых продуктах деятельности.

Восприятие — психический процесс целостного отражения предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии на наши органы чувств.

Восприятие времени — отражение объективной длительности, скорости, темпа, ритма и последовательности явлений действительности.

Восприятие движения — отражение изменения положения, которое предмет занимает в пространстве.

Восприятие объектов — построение целостных образов объектов материальной действительности.

Восприятие пространства — интегрированный образ из восприятия формы, величины, взаимного расположения объектов, их удаленности и направления, в котором они находятся.

Воспроизведение — процесс извлечения сохраненной в памяти информации, реконструкция информации без повторного восприятия объекта.

Временной порог — минимальная продолжительность воздействия раздражителя, необходимая для возникновения ощущения.

Высшие психические процессы — сложные, прижизненно формирующиеся системные психические процессы, социальные по своему происхождению (произвольная память, речь и др.).

Галлюцинация — форма пассивного непреднамеренного воображения, при которой человеком воспринимается несуществующий объект, однако он абсолютно убежден в его реальности. Является результатом тех или иных нарушений психики или работы организма и сопровождает некоторые болезненные состояния.

Генерализация эмоциональная (от лат. *generalis* — общий) — возникновение эмоциональных переживаний под воздействием индифферентных раздражителей, схожих с эмоциогенными.

Гештальт (от нем. *Gestalt* — форма, структура) — целостные (несводимые к сумме своих частей) структуры сознания.

Гиперболизация — увеличение или уменьшение образа предмета, изменение количества частей предмета или их смещение.

Гипертимия — повышенный фон настроения, характеризующийся жизнерадостностью, бодростью, оптимистичностью, двигательным и речевым возбуждением

Гипоталамус (от греч. *huro* — под и *thalamos* — комната; син. — *подбугорье*) — отдел промежуточного мозга, расположенный к низу от таламуса под гипоталамической бороздой и представляющий собой скопление нервных клеток с многочисленными афферентными и эфферентными связями.

Гипотеза — научно обоснованное, вполне вероятное предположение, требующее специального доказательства для своего окончательного утверждения в качестве теоретического положения.

Гнев — эмоция, вызываемая состоянием дискомфорта, ограничения или фрустрации, характеризующаяся мобилизацией энергии, высоким уровнем мышечного напряжения, самоуверенностью и порождающая готовность к нападению или другим формам активности.

Гомеостаз — тенденция организма поддерживать относительно стабильное состояние своей внутренней среды посредством различных форм саморегуляции.

Грезы — форма пассивного воображения, связанная с потребностями человека и выступающая как замена деятельности, уход от действительности, от кажущихся неразрешимыми задач.

Дедукция (от лат. *deductio* — выведение) — вид умозаключения, в котором осуществляется переход от общего к частному.

Депрессия (от лат. *depressio* — подавленность) — синдром, характеризующийся пониженным настроением, торможением интеллектуальной и моторной деятельности, снижением витальных побуждений, пессимистическими оценками себя и своего положения в окружающей действительности.

Депривация — лишение, утрата или приближающаяся к ним по выраженности и значению для субъекта недостаточность чего-то желанного, необходимого.

Деятельность — система процессов активного и целенаправленного взаимодействия человека с окружающим предметным миром, в ходе которого он реализует определенные жизненные отношения к нему и удовлетворяет ведущие потребности.

Деятельность внешняя — предметно-практическая деятельность.

Деятельность внутренняя — умственная деятельность. Формируется на основе внешней в процессе ее интериоризации и имеет единую с ней структуру.

Динамические стереотипы (от греч. *dinamikos* — подвижный, *stereos* — отпечаток) — интегральная система первичных условно-рефлекторных ответов, соответствующая сигнальной, порядковой и временной характеристике стимульного ряда. Вся система условно-рефлекторных ответов разворачивается в полном объеме при предъявлении даже одного стимула, имеющего ответ в цепочке рефлексов.

Дистимия (или *гипотимия*) — сниженный, тоскливо-печальный фон настроения, характеризующийся пассивностью, унынием и пессимистичным отношением к действительности.

Дисфория — злобно-тоскливое настроение, характеризующееся раздражительностью, циничностью, недовольным, враждебным или агрессивным отношением ко всему окружающему.

Дифференциация (от лат. *differentia* — различие) — сторона процесса развития, связанная с разделением, расчленением глобальных, целостных и однородно-простых (слитных) форм на части, ступени, уровни, формы. Результатом дифференциации может быть как полная автономия выделившихся систем, так и установление новых взаимосвязей между ними, т. е. усложнение системы.

Доминанта — временно господствующий в коре головного мозга очаг возбуждения. Характеризуется способностью накапливать в себе возбуждения и тормозить работу других нервных центров.

Желание — осознаваемое побуждение, особенностью которого является ясное и определенное представление цели, к которой стремится человек, при отсутствии или смутном представлении о средствах, с помощью которых эту цель можно достигнуть.

Забывание — процесс, приводящий к невозможности или ошибочности воспроизведения закрепленного в памяти материала, к утрате его четкости и уменьшению объема.

Закон Бугера-Вебера — один из фундаментальных психофизических законов: дифференциальный порог ощущения для разных органов чувств различен, но для одного и того же анализатора представляет собой постоянную величину.

Запечатление — непреднамеренное, произвольное запоминание.

Запоминание — процесс, посредством которого вновь поступающая информация связывается с уже имеющейся в памяти.

Знак — некая внешняя чувственная данность, условный заместитель или метка чего-то другого. Является чувственным носителем значения слова.

Значение — обобщенное отражение предметного содержания слова, свернутая, идеально представленная операция, общественно выработанный способ действия с предметом.

Идентификация — стадия восприятия, на которой происходит отождествление двух одновременно воспринимаемых образов, или отнесение воспринимаемого объекта к эталону, хранящемуся в памяти.

Идеомоторика — микродвижения, сопровождающие создание образов представлений.

Избирательность восприятия — преимущественное выделение одних объектов по сравнению с другими.

Иллюзия — искаженное восприятие реально существующей действительности.

Импринтинг (от англ. imprint — запечатлеть) — способность новорожденных в первые дни и часы жизни рецепторно фиксировать и запоминать подвижные предметы, находящиеся в непосредственной близости. Превращение случайно возникшей ситуации в мотивационную.

Индукция (от лат. inductio — введение) — вид умозаключения, в котором осуществляется переход от частного к общему, от отдельных фактов к общим выводам, обобщениям.

Инерция сенсорная — время, в течение которого ощущение сохраняется после окончания воздействия раздражителя.

Инсайт — внезапное и невыводимое из прошлого опыта понимание существующих отношений и структуры ситуации в целом, посредством которого осуществляется осмысленное решение проблемы.

Инстинкт — совокупность врожденных действий человека, представляющих собой сложные безусловные рефлексы, необходимые для адаптации и выполнения жизненно важных функций (пищевой, сексуальный и защитный инстинкты, инстинкт самосохранения и т. д.).

Интеграция — объединение в единое целое ранее разнородных частей и элементов. Характеризуется ростом объема и интенсивностью взаимосвязей и взаимодействия между элементами, их упорядочиванием и самоорганизацией в целостное образование с появлением качественно новых свойств.

Интеллект — обобщенная характеристика умственных способностей человека; глобальная интегральная способность человека, характеризующая его возможности к адаптации.

Интеллект искусственный — искусственные системы, способные решать мыслительные задачи.

Интеллект сенсомоторный — в концепции Ж. Пиаже это первая стадия в развитии интеллекта (от рождения до 2 лет). Мыслительные операции предстают сначала в виде элементарных действий с конкретными предметами (схемы действий), затем они интегрируются с другими действиями и в ходе последующего развития интериоризируются, что ведет к возникновению собственно мыслительных операций.

Интервью (от англ. interview — встреча, беседа) — метод получения информации на основе вербальной коммуникации, вид беседы исследователя с лицом или группой лиц, ответы которых служат исходным материалом для научных обобщений.

Интерес — в теории К. Изарда это интеллектуальная эмоция, чувство вовлеченности, повышающее способность человека к восприятию и обработке поступающей из внешнего мира информации, стимулирующее и упорядочивающее его активность.

Интериоризация (от лат. interior — внутренний) — формирование внутренних структур человеческой психики в процессе осуществления внешней деятельности.

Интерференция (от лат. inter — взаимно, между собой и ferio — ударяю, поражаю) — взаимодействие нескольких процессов, при котором возникает нарушение (подавление) одного из них.

Интроспекция (от лат. introspecto — смотрю внутрь) — 1) самонаблюдение за собственными состояниями сознания; 2) метод исследования, предложенный В. Вундтом для изучения психических явлений, прежде всего их качественных характеристик.

Интуитивная оценка объекта — в теории М. Арнольд это познавательная детерминанта эмоций, характеризующаяся мгновенностью, непосредственностью и непреднамеренностью.

Информация прагматическая — в теории П.В. Симонова это информация о средствах, ресурсах и времени, которыми субъект располагает в данный момент.

Информация прогностическая — в теории П.В. Симонова это информация о средствах, ресурсах и времени, прогностически необходимых для удовлетворения потребности.

Иррадиация эмоциональная — распространение эмоционального переживания с обстоятельств, его первоначально вызвавших, на все, что человеком воспринимается.

Квазипотребность — в теории К. Левина это потребность, возникающая на основе намерений субъекта и принятых им задач.

Классификация — способность группировать объекты по какому-либо признаку.

Когнитивные процессы — совокупность процессов, обеспечивающих преобразование сенсорной информации от момента попадания стимула на рецепторные поверхности до получения ответа в виде знания.

Когнитивный диссонанс — расхождение между ожидаемой и действительной информацией.

Кожно-гальваническая реакция (КГР) — изменение электрического сопротивления или разности потенциалов кожи под влиянием возникающих эмоций.

Колбочки — светочувствительные клетки, расположенные в центре сетчатки, функционируют только при дневном свете и отражают хроматические цвета (обеспечивают цветовое зрение).

Коммуникация — передача информации посредством языка и других знаковых средств.

Коллективное бессознательное — в теории К.-Г. Юнга это глубинная часть бессознательного, в которой запечатлен общечеловеческий опыт в виде архетипов — универсальных прототипов поведения, мышления, мировосприятия.

Конвенциональная мимика — общепринятый в данной культуре способ выражения эмоций.

Конвергенция глаз (от лат. *convergo* — сближаюсь, схожусь) — сведение зрительных осей в одну точку. Необходима для того, чтобы изображение рассматриваемого объекта не двоилось.

Константность восприятия — независимость от изменения условий восприятия (освещенности, расстояния, угла зрения и т. д.), благодаря чему предметы воспринимаются как относительно неизменные по форме, цвету, величине.

Контент-анализ — метод выявления психологических особенностей автора текста (или других носителей информации), в котором выделяются смысловые единицы и осуществляется замер частоты их повторения.

Контраст ощущений — изменение интенсивности и качества ощущений под влиянием предшествующего или сопутствующего раздражителя.

Концепция дискретности сенсорного ряда — представление об устройстве сенсорной системы по пороговому, прерывистому принципу (Г.-Т. Фехнер).

Латентный период — время, которое проходит между началом действия раздражителя и появлением ощущения.

Личное бессознательное — в теории К.-Г. Юнга это часть бессознательного, которая возникает в результате собственного опыта человека и содержит вытесненные индивидуальные впечатления и переживания.

Локус контроля — система убеждений человека относительно того, в какой степени он контролирует события в своей жизни и где располагаются силы, влияющие на его судьбу и исход любых его действий.

Ментализация потребности — отражение в сознании содержания потребности или отдельных ее сторон.

Метод — путь научного исследования или способ познания какой-либо реальности, совокупность приемов и операций, направленных на изучение психологических явлений.

Метод биографический — анализ материалов биографического характера, проливающий свет на психологические особенности личности человека и их развитие (установление конкретных биографических данных личности, изучение ее автобиографии, дневников, писем, воспоминаний и свидетельств очевидцев, а также аудио- или видеозаписей, кино- и фотодокументов и других материалов).

Метод экспертных оценок — метод, который используется на начальном этапе исследования при определении проблемы и целей исследования и на заключительном этапе как один из способов контроля и проверки полученной информации.

Методика — сумма частных приемов, позволяющих применять тот или иной метод к данной специфической предметной

области для накопления и систематизации эмпирического материала.

Методология — учение о принципах построения, формах и методах научного познания и преобразования действительности.

Методы статистические — математические методы, применяемые при анализе полученных в исследовании данных. Основываются на законах больших чисел, что требует достаточно большого количества наблюдений. Полученные при статистической обработке материала выводы могут отличаться различной степенью вероятности объективной возможности повторения или обнаружения при данных условиях.

Мечта — форма активного воображения, представляющая собой отодвинутые во времени желания и являющаяся необходимым условием претворения в жизнь творческих сил человека, направленных на преобразование действительности; положительно окрашенная долговременная мотивационная установка, направленная в будущее.

Мимика — координированные движения глаз, бровей, губ, носа и т. д.

Мнемические процессы — совокупность процессов, обеспечивающих функционирование механизмов памяти: запоминания, сохранения, воспроизведения и забывания.

Мнемоника (или мнемотехника) — система приемов, облегчающих запоминание и увеличивающих объем припоминаемого материала путем образования искусственных ассоциаций, часто с использованием образного мышления.

Модальность ощущений — качественная характеристика ощущений, отражающая основной источник информации (зрительная, слуховая и т. д.).

Моделирование — метод исследования, который заключается в построении моделей психических явлений и в изучении функционирования этих моделей с использованием полученных результатов в качестве данных о закономерностях функционирования психики.

Модель редукции влечения — в теории З. Фрейда это модель функционирования влечения, построенная на гомеостатическом (равновесие организма тем выше, чем ниже уровень накопившегося напряжения) и гедонистическом (всякое снижение уровня напряжения сопровождается чувством удовлетворения, всякое повышение — чувством неудовлетворения) принципах.

Мотив (от лат. *movere* — приводить в движение) — 1) внутреннее побуждение к тому или иному виду активности, связанное с удовлетворением потребностей и (или) достижением целей; 2) в теории А.Н. Лентьева это предмет удовлетворения потребности.

Мотивация — внутренняя детерминация поведения и деятельности человека, а также психический процесс преобразования внешних воздействий во внутренние побуждения; вся совокупность различных побуждений: мотивов, потребностей, интересов, стремлений, целей, влечений и т.д., что в наиболее широком смысле подразумевает детерминацию поведения вообще.

Мотивы смыслообразующие — в теории А.Н. Леонтьева это мотивы, побуждающие и направляющие деятельность и вместе с тем придающие ей личностный смысл.

Моторика — двигательные функции организма, осуществляемые скелетно-мышечной системой.

Мышление — психический процесс опосредованного и обобщенного познания объективной действительности.

Мышление наглядно-действенное — вид мышления, связанный с практическим преобразованием деятельности, осуществляемым с реальными предметами.

Мышление наглядно-образное — вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы.

Мышление практическое — вид мышления, направленный на преобразование окружающей действительности на основе постановки цели, выработки планов, а также на слове восприятия и манипулирования реальными предметами.

Мышление теоретическое — вид мышления, направленный на открытие законов, свойств объектов.

Наблюдение — преднамеренное, систематизированное и целенаправленное восприятие внешнего поведения человека с целью его последующего анализа и объяснения без какого-либо преднамеренного вмешательства со стороны наблюдателя.

Наблюдение включенное — наблюдение, в ходе которого исследователь является непосредственным участником того процесса, который изучается, и фиксирует его как бы изнутри.

Наблюдение свободное — наблюдение, не имеющее заранее установленной программы, однако предполагает наличие замысла и системы методологических приемов контроля и осмысления результатов. Чаще применяется на начальной ста-

дии исследования для определения проблемной ситуации и получения более конкретных знаний об объекте исследования.

Наблюдение скрытое — наблюдение, при котором человек или группа людей не знают и не подозревают о том, что за ними наблюдают. Применяется тогда, когда характер наблюдаемого процесса или явления может внезапно и существенно измениться, если испытуемый узнает, что за ним наблюдают.

Наблюдение стандартизированное — последовательное и целенаправленное наблюдение, проводимое строго в соответствии с намеченной программой.

Надежность — качество метода исследования, позволяющее получить одни и те же результаты при многократном его использовании.

Намерение — 1) в теории К. Левина это волевой акт, создающий ситуации, позволяющие человеку положиться на действие внешних стимулов так, что выполнение намеренного действия становится уже не волевым действием, а автоматическим, вытекающим из непосредственного требования окружающего поля; 2) в концепции Л.И. Божович это побудитель действий, направленных на достижение промежуточных целей в процессе удовлетворения потребности человека. Связано с интеллектуальной активностью человека (осознанием средств достижения цели и принятием решения).

Настроение — длительное эмоциональное состояние, интегрирующее все возникающие эмоциональные отклики на внешние и внутренние воздействия без отчетливого осознания их предметного содержания и образующее общий эмоциональный фон жизнедеятельности человека.

Обнаружение — стадия восприятия, на которой наблюдатель выделяет объект из фона, но еще не может судить о его форме и признаках.

Обобщение — мыслительная операция, с помощью которой осуществляется нахождение общих и характерных признаков и качеств данного класса объектов и явлений окружающей действительности. Является основой для формирования понятий.

Объект исследования — явление или процесс, на которые направлено исследование.

Объем внимания — количество объектов или их элементов, которые могут быть одновременно восприняты с одинаковой степенью ясности и отчетливости в один момент.

Опознание — стадия восприятия, на которой человек выделяет существенные признаки объекта и относит его к определенному классу.

Опрос — метод изучения психологических явлений путем получения ответов испытуемых на конкретные вопросы исследователя.

Оптimum мотивации — зависимость между интенсивностью мотивации и эффективностью деятельности человека: с усилением мотивации повышается качество исполнения, но до определенного предела, если она слишком велика, качество исполнения ухудшается (Р. Йеркс, Дж. Додсон).

Оптimum расхождения — оптимальное несоответствие между установками и сигналами (их новизна, необычность, несоответствие), необходимое для возникновения положительных эмоций (Дж. Хант).

Ориентировочная реакция — сложная реакция организма на новизну ситуации. Проявляется в повышении чувствительности анализаторов и мобилизации энергетических ресурсов организма.

Осмысленность восприятия — понимание сущности предметов и явлений, связано с мышлением.

Основной психофизический закон — отношение между величинами физических раздражителей и интенсивностью вызываемых ими ощущений (логарифмический закон Г.-Т. Фехнера, степенной закон Стивенса).

Отвращение — эмоциональная реакция отвержения, отстранения от физически или психологически вредных объектов.

Ощущение — простейший психический процесс, состоящий в отражении отдельных свойств внешних предметов и явлений окружающего мира и внутренних состояний организма, воздействующих непосредственно в данный момент на органы чувств.

Ощущения болевые — ощущения, сопровождающие повреждение тканей и побуждающие человека к защитному или восстанавливающему поведению. Имеют важное биологическое значение, поскольку сигнализирует о необходимости отдалиться от раздражителя.

Ощущения вкусовые — ощущения, являющиеся отражением некоторых химических свойств вкусовых веществ, растворенных в воде или слюне.

Ощущения дистантные — ощущения, вызванные раздражителями, действующими на органы чувств на некотором расстоянии (зрительные, слуховые, обонятельные).

Ощущения зрительные — ощущения, возникающие в результате воздействия световых лучей (электромагнитных волн) на чувствительную часть глаза — сетчатку (рецептор зрительного анализатора).

Ощущения интероцептивные — ощущения, связанные с раздражением рецепторов, находящихся внутри организма. Отражают внутреннее состояние организма (ощущения голода, жажды, сердечно-сосудистой, дыхательной и половой системы, внутренние болевые и статические ощущения и др.).

Ощущения контактные — ощущения, возникающие при непосредственном взаимодействии с органом чувств (вкусовые, болевые, тактильные, температурные).

Ощущения обонятельные — ощущения, возникающие вследствие проникновения частиц пахучих веществ, распространяющихся в воздухе, в верхнюю часть носоглотки, где они воздействуют на периферические окончания обонятельного анализатора, заложенные в слизистой оболочке носа. Обеспечивают человека информацией о наличии в воздухе различных химических веществ.

Ощущения осязательные — кожные и мышечно-суставные ощущения руки, являющиеся отражением формы, пространственного расположения и фактуры предметов.

Ощущения проприоцептивные (или двигательные) — ощущения, отражающие движение и состояние самого тела, положение конечностей, их движение и степень прилагаемого при этом усилия.

Ощущения слуховые — ощущения, возникающие в результате воздействия звуковых волн (продольных колебаний частиц воздуха) на чувствительную часть уха (рецептор слухового анализатора).

Ощущения тактильные — ощущения прикосновения.

Ощущения температурные — ощущения холода и тепла.

Ощущения экстероцептивные — ощущения, возникающие от раздражения рецепторов, расположенных на поверхности тела (зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые, кожные: прикосновения, давления, тепла, холода, болевые и осязательные).

Палочки — светочувствительные клетки, расположенные по краям сетчатки, функционируют в любое время суток и отражают ахроматические цвета (обеспечивают черно-белое зрение).

Память — психический процесс запоминания, сохранения и последующего воспроизведения индивидом своего опыта, делающий возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Память вербально-логическая — память на слова, мысли и логические отношения.

Память двигательная — запоминание, сохранение и воспроизведение простых и сложных движений.

Память механическая — способность запоминать без осознания логической связи между различными частями воспринимаемого материала.

Память непроизвольная — автоматическое запоминание и воспроизведение без всяких волевых усилий.

Память образная — память на представления.

Память оперативная — память, обеспечивающая выполнение оперативной задачи, связанная с обработкой текущей информации.

Память произвольная — целенаправленное запоминание с помощью волевых усилий.

Память эйдетическая — память, характеризующаяся возникновением ярких и детализированных зрительных образов.

Память эмоциональная — память на эмоции и чувства.

Парасимпатический отдел — отдел вегетативной нервной системы, обеспечивающий восстановление нарушенного равновесия в организме, ресурсов, что проявляется в урежении сокращений сердца, снижении артериального давления, усилении моторики и секреции пищеварительного тракта.

Переживание — проявление субъективного отношения человека к какому-либо внешнему или внутреннему событию его жизни, выражающее характер (полезность, необходимость, опасность и т. д.) и степень его значимости для субъекта.

Переключаемость внимания — способность быстро выключаться из одних видов деятельности и включаться в новые виды деятельности.

Перцептивные процессы — психические процессы, обеспечивающие восприятие и построение образов предметов и явлений окружающей действительности.

Печаль — переживание утраты (временной/постоянной, реальной/воображаемой, физической/психологической) объекта удовлетворения потребности, вызывающее замедление умственной и физической активности, общего темпа жизни человека.

Пирамида потребностей — в теории А. Маслоу — иерархически организованная система потребностей человека, в которой нижний уровень занимают витальные потребности, далее — потребности в безопасности, привязанности, признании. Самый высокий уровень — потребности в самоактуализации. Потребности более высоких уровней могут быть удовлетворены только после удовлетворения потребностей нижележащих уровней.

Пневмограмма (ПГ) — регистрация внешнего дыхания. Используется для оценки психофизиологической напряженности.

Поведение — внешне наблюдаемые действия.

Подкрепление — в классическом обусловливании это процедура, при которой безусловный стимул связывается с появлением условного; воздействия, усиливающие вероятность повторения предшествовавшей им реакции.

Познавательная деятельность — сознательная деятельность субъекта, направленная на приобретение информации об объектах и явлениях реальной действительности, а также конкретных знаний.

Помехоустойчивость — сила постороннего раздражителя, способного отвлечь внимание от предмета деятельности.

Понимание — процесс сближения познавательных взаимодействий с объектом различных субъектов, составляющих совокупный субъект деятельности; то общее, что формируется в психике индивидов, составляющих совокупный субъект деятельности.

Понятие — форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов.

Понятия житейские — понятия, которыми пользуются люди в повседневном языке и обыденном общении. Отличаются меньшей по сравнению с научными понятиями определенностью и точностью, большей изменчивостью формулировок и слабой операциональностью.

Порог восприятия — минимум признаков, необходимых для опознания объекта.

Порог ощущения дифференциальный (порог различения) — минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающими едва заметное различие ощущений.

Порог ощущения оперативный — величина сигнала, при которой точность и скорость его различения достигают максимума.

Порог чувствительности — величина стимула, необходимая для того, чтобы в результате действия раздражителя на органы чувств возникло ощущение.

Потребности витальные — жизненно важные, органические потребности, непосредственно связанные с биологической сущностью человека и необходимые для физического выживания человека (потребности в пище, питье, кислороде, физической активности, сне, защите от экстремальных температур, сенсорной стимуляции).

Потребности невротические — в теории К. Хорни — побудительные тенденции, помогающие справляться с чувствами отверженности, враждебности и беспомощности. Имеют избыточный характер.

Потребность — отражение необходимости (нужды, желанности) чего-то для человека в данный момент, часто переживаемое как внутреннее напряжение (потребностное состояние) и побуждающее его психическую активность.

Предмет исследования — та сторона объекта, которая непосредственно подлежит изучению.

Предметность восприятия — адекватность, соответствие образов восприятия реальным предметам действительности.

Предсознательное — в теории З. Фрейда это то, что не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание.

Представление — конструирование конкретных образов предметов и явлений, которые ранее воздействовали на наши органы чувств и которые когда-либо воспринимались, но в данный момент не воспринимаются и воссоздаются на основе предыдущего опыта.

Представление продуктивное — конструирование образов предметов, не воспринимаемых в данный момент времени, в контексте новых условий и с учетом всех основных свойств этих предметов. По своему содержанию продуктивное представление близко к воображению.

Представление репродуктивное — механическое воспроизведение в памяти образов объектов реальной действительности, не воспринимаемых в данный момент времени.

Презрение — чувство превосходства, ценности и значимости собственной личности по сравнению с личностью другого человека (обесценивание и деперсонализация объекта презрения), повышающее вероятность совершения «хладнокровной» агрессии.

Принцип минимизации — Введен немецким психологом и философом Г.-Т. Фехнером. Он гласит: все живое стремится к стабильности неорганического существования.

Припоминание — специфическая мнемическая деятельность, направленная на воспроизведение информации с использованием особых мнемических приемов.

Проактивное торможение — снижение способности к запоминанию нового материала из-за информации, воспринятой ранее.

Психика (от греч. psyche — душа) — способ организации живого тела, все те изменения в структуре нервной системы, которые возникли вследствие взаимодействия человека с миром как в онто-, так и в филогенезе.

Психические процессы — последовательные изменения психических явлений для достижения определенного результата.

Психические свойства — устойчивые особенности функционирования психических явлений, определяющие качественно-количественные различия людей в поведении и отношении к одним и тем же воздействиям физической и социальной среды.

Психические состояния — целостные характеристики психической деятельности за определенный промежуток времени. Отражают баланс психических процессов и свойств (психический эквивалент гомеостаза), определяют особенности (своеобразие) протекания психических процессов, обеспечивают целостность, согласованность и непротиворечивость всей психической деятельности человека, выражают степень уравнивания человека с внешней средой в определенный период времени.

Психоанализ — психологическое направление, подчеркивающее роль бессознательных процессов и раннего психосексуального развития человека.

Психолингвистика — раздел психологии, изучающий закономерности, лежащие в основе языка, обусловленность процессов речи и ее восприятия структурой соответствующего языка.

Психология (от греч. psyche — душа, logos — учение, наука) — наука о психике человека и животных, основных закономерностях ее формирования и функционирования.

Психология генетическая — психология, изучающая процессы и механизмы возникновения и развития психических явлений.

Психология когнитивная — психология, изучающая процессы получения, сохранения и переработки информации.

Психология рефлексивная (от лат. reflexus — отражение) — психология, рассматривающая психику как субъективное отражение объективной действительности.

Психометрическая функция — зависимость вероятности обнаружения (различения) стимулов от их интенсивности.

Психофизическая проблема — проблема функциональных соотношений между психической и физической, телесной сущностью человека.

Радость — эмоция, характеризующаяся переживанием психологического комфорта и благополучия, позитивным отношением к миру и самому себе.

Раздражители — предметы и явления действительности, воздействующие на наши органы чувств.

Различение — стадия восприятия, на которой человек способен отдельно воспринимать два объекта, расположенных рядом (либо два состояния одного объекта), а также выделять детали объектов.

Распределение внимания — направленность внимания одновременно на несколько объектов или видов деятельности.

Реакция (от лат. re — против, actio — действие) — действие, состояние, процесс, возникающие в ответ на какое-либо воздействие, стимул.

Реакция безусловная — врожденная реакция, всегда осуществляющаяся при действии на организм определенных раздражителей.

Реакция условная — приобретенная, выработанная реакция, вызываемая изначально нейтральным стимулом, который становится условным вследствие установления ассоциативной связи между ним и безусловным стимулом.

Регрессия — действия, когда «трудная» задача заменяется более «легкой».

Реминисценция — улучшение со временем воспроизведения заученного материала без какого-то дополнительного повторения.

Ретикулярная формация (от лат. reticulum — сетка) — нервная структура, расположенная вдоль всего мозгового ствола

и состоящая из клеток, отростки которых ветвятся в обширных областях мозговой коры. Функция ретикулярной формации заключается в активизации коры головного мозга, регуляции общего состояния возбудимости нервной системы и контроля рефлекторной деятельности спинного мозга. Ретикулярная формация играет важную роль в управлении механизмами сна и бодрствования, научения и внимания.

Ретроактивное торможение — снижение способности к воспроизведению материала из-за информации, воспринятой позже.

Рецепторы — периферическая специализированная часть афферентных нервов, обеспечивающих восприятие и трансформацию определенного вида энергии в процесс нервного возбуждения.

Речевой ответ (РО) — регистрация спектральных и временных характеристик речи человека.

Речь — исторически сложившаяся форма общения человека с другим человеком или с самим собой, опосредованная использованием естественного языка.

Речь внутренняя — использование языка вне процесса реальной коммуникации. Характеризуется предельной свернутостью грамматической структуры и содержания. Основной инструмент мышления, средство планирования практической и теоретической деятельности.

Речь диалогическая — непосредственное общение нескольких человек при равной степени их активности.

Речь жестовая — способ межличностного общения людей при помощи системы жестов.

Речь монологическая — последовательное, развернутое, связанное и доказательное изложение мыслей одним человеком.

Речь письменная — вербальное общение при помощи письменных текстов, особый вид речи, использующей графические символы для передачи речевых звуков. Характеризуется логически связанным изложением, продуманностью, плановостью, отсутствием обратной связи, развернутым построением.

Речь устная — вербальное общение при помощи языковых средств, воспринимаемых на слух.

Речь эгоцентрическая — речь, обращенная к самому себе.

Самоактуализация — в гуманистической психологии это стремление личности реализовать свой потенциал, наиболее

полно проявлять и использовать в деятельности свои таланты, способности, возможности и т.д.

Сенсибилизация — повышение чувствительности нервных центров под влиянием внутренних факторов, состояний организма.

Сенсомоторные процессы — комплекс ответных реакций организма на воздействие внешних раздражителей.

Сенсорные процессы — процессы получения чувственной информации о свойствах предметов и явлений окружающей действительности.

Сенсорный ряд — диапазон ощущений.

Симпатический отдел — это отдел вегетативной нервной системы, обеспечивающий приспособление к изменившимся условиям, подготавливает организм к работе, защите, что находит свое выражение в учащении сокращений сердца, повышении артериального давления, торможении моторики и секреции пищеварительного тракта.

Синестезия — возникновение под влиянием раздражения некоторого анализатора ощущения, характерного для другого анализатора.

Синтез — мыслительная операция, с помощью которой восстанавливается расчленяемое анализом целое, вскрываются существенные связи и отношения выделенных элементов и объединяются по-новому для разрешения проблемы.

Сновидения — форма пассивного непреднамеренного воображения, с помощью которой находят выражение и удовлетворение многие жизненно важные потребности человека, которые по каким-то причинам не могут быть реализованы в состоянии бодрствования.

Сознание — высшая, специфически человеческая форма психики, выражающая отношение человека к миру со знанием его объективных закономерностей. Связано со способностью человека выделять себя из окружающего мира, произвольно планировать и регулировать свои действия, а также с его способностью к самоотчету и самонаблюдению.

Сосредоточенность внимания — концентрация внимания на одном объекте или одних действиях при отвлечении от всего остального.

Социализация — процесс включения ребенка в общество, процесс и результат усвоения, активного воспроизводства индиви-

дом социального опыта. Может происходить как стихийно, так и целенаправленно (посредством обучения и воспитания).

Социализация потребностей — соотнесение и подчинение потребностей определенным ценностям культуры, социальной среды. Предполагает существование унифицированной (стереотипной и табуированной) системы способов удовлетворения потребностей.

Сравнение — мыслительная операция, с помощью которой сопоставляются предметы и явления действительности, их свойства, вскрываются их тождество и различия.

Стимул — объект внешней среды, который организм может распознать и на который может прореагировать.

Стимул аверсивный — негативный стимул, воздействие которого человек старается избежать.

Страсть — сильное, доминирующее чувство, выражающееся в направленности помыслов и сил на единую цель.

Страх — эмоция, характеризующаяся переживанием незащищенности, неуверенности в собственной безопасности в ситуации угрозы физическому и (или) психическому «Я» с выраженной тенденцией к бегству.

Стремление — осознанное побуждение к более или менее определенному предмету или объекту, с помощью которого переживаемая потребность может быть удовлетворена.

Структурность восприятия — свойство восприятия человека объединять воздействующие стимулы в целостные и сравнительно простые структуры. Восприятие не является простой суммой ощущений, человек воспринимает фактически абстрагированную из полученных ощущений обобщенную структуру.

Стыд — переживание собственной неадекватности, некомпетентности и неуверенности в ситуации социального взаимодействия, своего несоответствия требованиям ситуации или ожиданиям окружающих, способствующее соблюдению групповых норм, оказывающее разрушительное воздействие на саму возможность общения, порождающее отчужденность, стремление находиться в одиночестве, избегать окружающих.

Суждение — форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями; утверждение или отрицание чего-либо.

Схематизация — сглаживание различий образов предметов и выделение черт сходства между ними.

Таламус — парное образование промежуточного мозга, являющееся основным коллектором соматосенсорной информации, идущей через мозговую ствол к коре полушарий головного мозга.

Тест (от англ. test — проба, проверка) — система заданий, позволяющих измерить уровень развития качеств, свойств личности. Является специализированным методом психодиагностического обследования и от других методов отличаются тем, что имеет четкую процедуру сбора и обработки данных и своеобразную их последующую интерпретацию.

Тест-задание — получение информации о психологических характеристиках человека на основании анализа успешности выполнения определенных заданий. Испытуемому предлагается выполнить определенный перечень заданий, и количество выполненных заданий является основанием для суждения о наличии или отсутствии, а также степени развития у него определенного психологического качества.

Тест-опросник — система заранее продуманных, тщательно отобранных и проверенных с точки зрения их валидности и надежности вопросов, по ответам на которые можно судить о психологических качествах испытуемых.

Тест проективный — способ измерения личностных особенностей с использованием неоднозначных стимулов. Свободная интерпретация исследователем выполняемых испытуемым заданий основывается на использовании механизма проекции, согласно которому человек склонен приписывать другим людям неосознаваемые собственные качества, переживания и желания.

Типизация — выделение существенного, повторяющегося в однородных явлениях и воплощение его в конкретном образе.

Угроза — в концепции Р. Лазаруса это оценка ситуации на основе предвосхищения будущего столкновения (конфронтации) с вредом.

Удивление — эмоция, вызываемая резкими изменениями стимуляции и подготавливающая человека к эффективному взаимодействию с новыми или внезапными событиями.

Узнавание — воспроизведение информации при ее повторном восприятии.

Умозаключение — форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод.

Устойчивость внимания — длительность сосредоточения на объекте или явлении, сохранение требуемой интенсивности внимания в течение определенного интервала времени.

Фактор края — первые и последние элементы ряда запоминаются лучше, чем средние.

Фантазия — продукт воображения, суть которого заключается в изменении образа реальной действительности, отраженной в сознании. В некоторых случаях используется в качестве синонима воображения.

Фонематический слух — способность различать звуки речи.

Фрустрация (от лат. frustratio — обман, тщетное ожидание) — психическое состояние, возникающее в ситуации, когда физическое, социальное и даже воображаемое препятствие мешает или прерывает действие, направленное на достижение цели.

Хотение — осознаваемое побуждение, для которого характерно ясное представление как цели, так и средств, с помощью которых эта цель может быть достигнута. Является самой высокой стадией развития мотивов действий и имеет выраженный деловой характер (намерение осуществить действие, с помощью определенных средств достигнуть поставленной цели).

Целостность восприятия — свойство восприятия, состоящее в том, что всякий объект или пространственная предметная ситуация воспринимаются как устойчивое системное целое.

Центрация восприятия — выделение при равнозначности объектов преимущественно центрального объекта или объекта, большего по величине.

Чувства высшие — чувства, возникающие в связи с удовлетворением или неудовлетворением социальных и духовных потребностей человека.

Чувства органические — чувства, связанные преимущественно с биологическими процессами в организме, удовлетворением или неудовлетворением витальных потребностей человека.

Чувствительность — способность человека иметь ощущения.

Чувство — устойчивое, чаще всего осознанное эмоциональное реагирование по отношению к определенным объектам или явлениям действительности, выражающее их стабильную

мотивационно-потребностную и личностную значимость для человека.

Эйфория — приподнятое, беззаботно-веселое настроение, характеризующееся беспечным отношением к серьезным сторонам жизни.

Эксперимент — метод, предполагающий активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания наилучших условий для изучения конкретных психологических явлений. Основан на создании искусственной ситуации, в которой изучаемое свойство выделяется, проявляется и оценивается лучше всего.

Эксперимент аналитический — разновидность лабораторного эксперимента, при котором воспроизводят только какой-то один элемент деятельности, а все остальные элементы при этом сознательно выключаются. Обычно применяется для изучения влияния различных условий на отдельные элементы деятельности.

Эксперимент естественный — эксперимент, который организуется и проводится в обычных жизненных условиях, когда экспериментатор не вмешивается в ход происходящих событий, фиксируя их такими, какие они есть.

Эксперимент констатирующий — эксперимент, предназначенный для выявления определенных психических особенностей и уровня развития соответствующего качества.

Эксперимент лабораторный — создание искусственной ситуации, в которой изучаемое свойство может быть оценено лучше всего.

Эксперимент лонгитюдный — длительное и систематическое изучение одной и той же экспериментальной группы.

Эксперимент синтетический — разновидность лабораторного эксперимента, при котором воспроизводятся как можно более точно все цели и условия данного вида деятельности.

Эксперимент формирующий — целенаправленное воздействие на испытуемого для формирования у него определенных качеств. Может иметь обучающий и воспитывающий характер.

Экспрессия эмоциональная (от лат. expressio — выражение) — выражение эмоциональных переживаний во внешнем поведении человека: в его мимике, пантомимике, речи, жестике, жестикуляции.

Экстериоризация (от лат. exterior — внешний, наружный) — разворачивание внутреннего плана деятельности вовне.

Электрокардиограмма (ЭКГ) – регистрация электрических явлений, возникающих в сердечной мышце.

Электромиограмма (ЭМГ) – регистрация биопотенциалов мышц человека.

Электроокулограмма (ЭОГ) – регистрация электрической активности глазных мышц.

Электроэнцефалограмма (ЭЭГ) – регистрация биоэлектрической активности головного мозга (альфа-, бета-, гамма-, дельта-, тета-ритмы).

Эмоции (от лат. *emovere* – возбуждать, волновать) – особый класс психических явлений, выражающих в форме непосредственного переживания значимость для субъекта внешних и внутренних событий и регулирующих в соответствии с ними его деятельность и поведение.

Эмоции астенические (от греч. *astheneia* – слабость, бессилие) – эмоции, угнетающие и подавляющие жизненные процессы в организме (стыд, печаль и др.).

Эмоции стенические – эмоции, активизирующие жизнедеятельность организма, побуждающие к действию (гнев, удивление и др.).

Эмоциогенная ситуация – ситуация, возникающая при избыточной мотивации по отношению к реальным приспособительным возможностям индивида.

Эмоциональный тон – простейшая, врожденная форма эмоционального реагирования на отдельные значимые для организма сенсорные воздействия.

Эмоция (собственно эмоция) – ситуативное эмоциональное реагирование человека на текущие или возможные события его жизни.

Эмпатия (от греч. *empathia* – сопереживание) – постижение эмоционального состояния, проникновение в переживания другого человека.

Эффект аудитории – изменение поведения и деятельности человека в присутствии других людей.

Эффект соперничества – стимулирование активности человека, его деятельности при явном или воображаемом соревновании с другими людьми.

Язык – система знаков, способ передачи социального опыта. Существует и реализуется через речь.

Я-концепция – обобщенное представление человека о самом себе, система его установок относительно собственной личности.

ЛИТЕРАТУРА

- Ананьев, Б.Г. Психодиагностические методы (в комплексном лонгитюдном исследовании студентов) / Б.Г. Ананьев. Л., 1976.
- Асеев, В.Г. Мотивация поведения в формировании личности / В.Г. Асеев. М., 1976.
- Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура. СПб., 2000.
- Бреслав, Г.М. Эмоциональные процессы / Г.М. Бреслав. Рига, 1980.
- Брушлинский, А.В. Мышление и общение / А.В. Брушлинский, В.А. Поликарпов. Самара, 1999.
- Вайнштейн, Л.А. Теория восприятия: курс лекций / Л.А. Вайнштейн. Минск, 2004.
- Вайнштейн, Л.А. Психология восприятия / Л.А. Вайнштейн. Минск: Тессей, 2006.
- Вайнштейн, Л.А. Общая психология: курс лекций: в 2 ч. Ч.1 / Л.А. Вайнштейн. Минск, 2003.
- Вартанян, Г.А. Эмоции и поведение / Г.А. Вартанян, Е.С. Петров. Л., 1989.
- Васильев, И.А. Эмоции и мышление / И.А. Васильев, В.Л. Подлужный, О.К. Тихомиров. М., 1980.
- Василюк, Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. М., 1984.
- Вилюнас, В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К. Вилюнас. М., 1990.
- Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К. Вилюнас. М., 1976.
- Время как фактор изменений личности. Сборник научных трудов / под ред. А.В. Брушлинского, В.А. Поликарпова, Минск, 2003.
- Вудвортс, Р. Экспериментальная психология / Р. Вудвортс. М., 1950.
- Выготский, Л.С. Мышление и речь / Л.С. Выготский. М., 1982.
- Выготский, Л.С. Психология / Л.С. Выготский. М., 2000.
- Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л.С. Выготский. М., 1985. Т. 2.
- Гальперин, П.Я. Введение в психологию / П.Я. Гальперин. М., 1999.
- Гамезо, М.В. Атлас по психологии / М.В. Гамезо. М., 1986.
- Гамезо, М.В. Атлас по психологии: информ.-метод. пособие к курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. М., 1999.
- Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию: курс лекций / Ю.Б. Гиппенрейтер. М., 1998.

- Гиппенрейтер, Ю.Б. Основы психологии / Ю.Б. Гиппенрейтер. М., 1988.
- Глейтман, Г. Основы психологии / Г. Глейтман, А. Фридлунд, Д. Райсберг; пер. с англ.; под ред. В.Ю. Большакова, В.Н. Дружинина. СПб., 2001.
- Годфруа, Ж. Что такое психология / Ж. Годфруа. М., 1996.
- Гозман, Л.Я. Психология эмоциональных отношений / Л.Я. Гозман. М., 1987.
- Грановская, Р.М. Элементы практической психологии / Р.М. Грановская. Л., 1988.
- Гуревич, П.С. Психология / П.С. Гуревич. М., 1999.
- Додонов, Б.И. В мире эмоций / Б.И. Додонов. Киев, 1987.
- Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. М., 1978.
- Дубровина, И.В. Психология / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан. М., 1999.
- Еникеев, М.И. Общая и социальная психология / М.И. Еникеев. М., 1999.
- Еникеев, М.И. Общая психология / М.И. Еникеев. М., 2000.
- Еникеев, М.И. Энциклопедия. Общая и социальная психология / М.И. Еникеев. М., 2002.
- Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. СПб., 2000.
- Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. СПб., 2000.
- Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. СПб., 2001.
- История психологии: Тексты / под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. Екатеринбург, 1999.
- Квинн, В.Н. Прикладная психология / В.Н. Квинн. СПб., 2000.
- Климов, Е.А. Основы психологии / Е.А. Климов. М., 1997.
- Краткий психологический словарь / ред.-сост. Л. А. Карпенко.
- Крылов, А.А. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / А.А. Крылов, С.А. Маничева. СПб., 2000.
- Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. М., 2000.
- Левитов, Н.Д. Психическое состояние, беспокойство, тревога / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. 1969. №1.
- Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. М., 1977.
- Леонтьев, А.Н. Лекции по общей психологии / А.Н. Леонтьев. М., 2000.
- Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции / А.Н. Леонтьев. М., 1971.
- Линдсей, П. Переработка информации у человека / П. Линдсей, Д. Норман. М., 1976.
- Ломов, Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б.Ф. Ломов. М., 1984.
- Ломов, Б.Ф. Теория, эксперимент, практика в психологии. Психологический журнал / Б.Ф. Ломов. 1980. Т. 1. № 1.
- Лук, А.Н. Эмоции и личность / А.Н. Лук. М., 1982.
- Лурия, А.Р. Эволюционное введение в психологию / А.Р. Лурия. М., 1975.
- Майерс, Д. Психология / Д. Майерс; пер. с англ.; под общ. ред. В.А. Янчука. Минск, 2001.
- Маклаков, А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. СПб., 2000.
- Макселон, Ю. Психология / Ю. Макселон. 1998.
- Максименко, С.Д. Общая психология / С.Д. Максименко. М., 2000.
- Маслоу, А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу. СПб., 1999.
- Мерлин, В.С. Лекции по психологии мотивов человека / В.С. Мерлин. Пермь, 1971.
- Мясищев, В.Н. Проблема потребностей в системе психологии / В.Н. Мясищев. 1959. № 165.
- Немов, Р.С. Общие основы психологии. Кн. 1 / Р.С. Немов. М., 1994.
- Немов, Р.С. Психология: в 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии / Р.С. Немов. М., 1999.
- Немов, Р.С. Психология: в 3 кн. Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики / Р.С. Немов. М., 1999.
- Норман, Д. Память и научение / Д. Норман. М., 1985.
- Обуховский, К. Психология влечений человека / К. Обуховский. М., 1971.
- Общая психология / под ред. В.В. Богословского. М., 1981.
- Общая психология / под ред. А.В. Петровского. М., 1996.
- Общая психология / под ред. А.В. Петровского. М., 1986.
- Общая психология: курс лекций / сост. Е.И. Рогов. М., 1998.
- Общая психология: курс лекций / сост. Е.И. Рогов. М., 2000.
- Ольшанникова, А.Е. Эмоции и воспитание / А.Е. Ольшанникова. М., 1983.
- Основы инженерной психологии / Б.А. Душков, Б.Ф. Ломов, В.Ф. Рубахин, Б.А. Смирнов; под ред. Б.Ф. Ломова. М., 1986.
- Петровский, А.В. Введение в психологию / А.В. Петровский. М., 1995.
- Петровский, А.В. Психология / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. М., 2000.
- Поликарпов, В.А. Психология первой любви / В.А. Поликарпов. Минск, 2002.
- Поликарпов, В.А. Структуры времени (субстанциональная концепция времени сквозь призму психологии) / В.А. Поликарпов // Философия и социальные науки. 2007. № 1 – 2.
- Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. М., 1999.
- Психология ощущений и восприятия / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Любимова, М.Б. Михайловской. М., 1999.
- Психология эмоций. Тексты / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М., 1984.
- Психология / под общ. ред. А.А. Зарудной. Минск, 1970.
- Психология: курс лекций: в 2 ч. Ч. 1 / под ред. И.А. Фурманова, Л.Н. Дичковской, Л.А. Вайнштейна. Минск, 2002.

Психология / под ред. А.А. Крылова. М., 2000.
 Психология XXI века / под ред. В.Н. Дружинина. М., 2003.
 Радугин, А.А. Психология / А.А. Радугин. М., 2001.
 Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский. М., 1979.
 Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. СПб., 1999.
 Рудик, П.А. Психология / П.А. Рудик. М., 1964.
 Симонов, В.П. Потребностно-информационная теория эмоций / В.П. Симонов // Вопросы психологии. № 6. 1987.
 Симонов, В.П. Теория отношений и психофизиология эмоций / В.П. Симонов. М., 1971.
 Современная психология: справочное руководство. М., 1999.
 Соколова, Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии: хрестоматия с комментарием по курсу «Введение в психологию» / Е.Е. Соколова. М., 1995.
 Солсо, Р.Л. Когнитивная психология / Р.Л. Солсо; пер. с англ. М., 1996.
 Сперлинг, А.П. Психология / А.П. Сперлинг; пер. с англ. Минск, 2002.
 Столяренко, Л.Д. Основы психологии: Практикум / Л.Д. Столяренко. Ростов н/Д, 1999.
 Тихомиров, О.К. Психология мышления / О.К. Тихомиров. М., 1985.
 Фолкен, Ч.Т. Психология – это просто / Ч.Т. Фолкен. М., 1999.
 Фресс, П. Экспериментальная психология / П. Фресс, Ж. Пиаже. М., 1975.
 Фромм, Э. Душа человека / Э. Фромм. М., 1992.
 Фрэнкин, Р. Мотивация поведения / Р. Фрэнкин. СПб., 2003.
 Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. М., 1986.
 Хомская, Е.Д. Нейропсихология эмоций: гипотезы и факты / Е.Д. Хомская // Вопросы психологии. 2002.
 Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни. М., 1993.
 Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления. М., 1981.
 Шаталов, В.В. Память и возможности ее развития / В.В. Шаталов. Киев, 1997.
 Штофф, В.А. Введение в методологию научного познания / В.А. Штофф. Л., 1972.
 Шиффман, Х.Р. Ощущение и восприятие / Х.Р. Шиффман. СПб., 2003.
 Юнг, К.Г. Очерки по аналитической психологии / К.Г. Юнг; пер. с нем.; под общ. ред. В.А. Поликарпова. Минск, 2003.
 Юнг, К.Г. *Mysterium coniunctionis* (Таинство воссоединения) / К.Г. Юнг; пер. с нем.; под общ. ред. В.А. Поликарпова. Минск, 2003.
 Якобсон, П.М. Психология чувств и мотивации / П.М. Якобсон. М., 1998.
 Ясперс, К. Общая психопатология / К. Ясперс. М., 1997.

Предисловие.....	3
Глава 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ	5
1.1. Психология как наука	5
1.2. Предмет психологии	6
1.3. Понятие о психике	8
1.4. Принцип деятельности в психологии	12
1.5. Сознание и самосознание	27
1.6. Понимание.....	32
1.7. Бессознательное психическое.....	36
Глава 2. МЕТОДЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХИКИ ..	45
2.1. Методические основы психологического познания.....	45
2.2. Основные методы психологии	51
2.3. Вспомогательные методы психологического исследования	64
2.4. Дополнительные методы, используемые в психологии	75
2.5. Объективность психологических исследований и особенности психологической интерпретации полученной информации.....	80
Глава 3. СЕНСОРНЫЕ ПРОЦЕССЫ	85
3.1. Сенсорные и перцептивные процессы в структуре приема и переработки информации человеком.....	85
3.2. Понятие об ощущениях	87
3.3. Возникновение ощущений	88
3.4. Классификация и виды ощущений	90
3.5. Общие свойства ощущений.....	100
3.6. Основные закономерности ощущений.....	100
Глава 4. ПЕРЦЕПТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ	110
4.1. Понятие о восприятии	110
4.2. Общие закономерности восприятия	111
4.3. Классификация и виды восприятия.....	124
4.4. Индивидуальные различия в восприятии	140
4.5. Психологическое воздействие цвета	141
Глава 5. ВНИМАНИЕ	150
5.1. Общее понятие о внимании	150
5.2. Функции и свойства внимания.....	153
5.3. Виды внимания	161
5.4. Теории внимания	166

Глава 6. ПАМЯТЬ	190	11.2. Функции речи.....	316
6.1. Основные определения.....	190	11.3. Мотивация речи.....	318
6.2. Основные свойства памяти.....	192	11.4. Психоллингвистика.....	319
6.3. Виды памяти.....	194	11.5. Виды речи.....	320
6.4. Механизмы памяти.....	199	Глава 12. ЭМОЦИИ	323
6.5. Некоторые универсальные принципы работы механизмов памяти.....	204	12.1. Понятие об эмоциях.....	323
Глава 7. МЫШЛЕНИЕ	206	12.2. Свойства эмоций.....	327
7.1. Общая характеристика мышления.....	206	12.3. Структура эмоций.....	333
7.2. Мышление и решение задач.....	218	12.4. Классификация эмоций.....	345
7.3. Виды мышления.....	227	Глава 13. ФОРМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ	355
7.4. Теории мышления.....	231	13.1. Классы и подклассы эмоциональных процессов.....	355
Глава 8. ИНТУИЦИЯ	239	13.2. Эмоциональный тон.....	356
8.1. Интуиция как проблема и направление ее решения.....	239	13.3. Аффект.....	360
8.2. Место образного компонента в мышлении.....	244	13.4. Эмоции.....	364
8.3. Экспериментальное исследование инсайта.....	246	13.5. Настроение.....	365
8.4. Дискурсивное мышление и интуиция.....	249	13.6. Чувства.....	368
Глава 9. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ	256	Глава 14. ТЕОРИИ ЭМОЦИЙ	371
9.1. Понятие и основные особенности представления.....	256	14.1. Структурные теории эмоций.....	371
9.2. Ассоциации, физиологические основы и функции представления.....	258	14.2. Эволюционные теории эмоций.....	374
9.3. Виды представлений и их сущность.....	263	14.3. Физиологические теории эмоций.....	379
9.4. Индивидуальные особенности представления и его развития.....	270	14.4. Когнитивистские теории эмоций.....	386
Глава 10. ВООБРАЖЕНИЕ	274	14.5. Мотивационные теории эмоций.....	393
10.1. Понятие и основные особенности воображения.....	274	Глава 15. ПОТРЕБНОСТИ И МОТИВЫ	400
10.2. Природа и сущность воображения.....	276	15.1. Понятие потребности.....	400
10.3. Виды воображения.....	279	15.2. Потребности организма и личности.....	405
10.4. Формы проявления воображения.....	283	15.3. Этапы формирования и реализации потребности личности.....	407
10.5. Психологические приемы и функции воображения.....	286	15.4. Понятие мотива.....	410
10.6. Воображение и мышление.....	289	15.5. Мотивационный процесс.....	416
10.7. Воображение и творчество.....	291	Глава 16. КЛАССИФИКАЦИИ ПОТРЕБНОСТЕЙ И МОТИВОВ	420
10.8. Психологические особенности различных видов творчества.....	294	16.1. Классификация мотивов на основе теории инстинктов.....	420
10.9. Воображение и личность.....	303	16.2. Классификация мотивов на основе отношений «индивид—среда».....	423
10.10. Индивидуальные особенности воображения.....	307	16.3. Иерархическая модель классификации мотивов по А.Маслоу.....	426
Глава 11. РЕЧЬ	314	16.4. Классификация мотивационных факторов в теориях личности.....	428
11.1. Речь и общение. Язык и речь. Знак и значение.....	314	16.5. Классификация потребностей в отечественной психологии.....	431

Глава 17. ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ МОТИВАЦИИ	437
17.1. Проблемы мотивации	437
17.2. Проблемы мотивации в теории инстинктов	439
17.3. Проблемы мотивации в гомеостатических теориях поведения.....	441
17.4. Проблемы мотивации в дифференциальных теориях мотивации.....	446
17.5. Проблемы мотивации в когнитивной психологии	449
17.6. Проблемы мотивации в психологии личности.....	451
17.7. Проблемы мотивации в психологии научения и активации.....	452
Глава 18. ЭМОЦИОГЕННЫЕ СИТУАЦИИ. МОТИВАЦИЯ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЕЙСТВИЙ	458
18.1. Эмоциогенные ситуации.....	458
18.2. Сила мотива и эффективность научения	461
18.3. Мотивирующий потенциал различных видов стимуляции ...	463
Глоссарий.....	476
Литература.....	505

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ