

**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. Маришук, кандидату психологических наук, доценту Т.В. Василец, взявшим на себя труд по оценке и рецензированию рукописи.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Глава 4. ПЕРЦЕПТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ

4.1. Понятие о восприятии

Восприятие вместе с процессами ощущения обеспечивает непосредственно чувственную ориентировку в окружающем мире. Обе эти формы представляют звенья единого процесса чувственного познания. Они неразрывно взаимосвязаны, но каждая имеет свои отличительные особенности.

Восприятие — это целостное отражение предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии на наши органы чувств.

Восприятие — результат деятельности системы анализаторов. Оно возникает на основе ощущений. По сравнению с ощущениями восприятие — более сложный процесс отражения действительности; оно предполагает выделение из комплекса воздействующих признаков основных и наиболее существенных с одновременным отвлечением от несущественных. Восприятие делает возможным создание интегральной картины действительности в отличие от ощущений, отражающих отдельные качества реальности. Восприятие зависит от определенных отношений между ощущениями, взаимосвязь которых, в свою очередь, зависит от связей и отношений между качествами и свойствами, различными частями, входящими в состав предмета или явления. Например, взяв предмет в руки, мы получаем от него одновременно несколько ощущений: зрительное, тактильное, температурное, ощущение тяжести и пр.

Восприятие — активный процесс отражения окружающего мира, тесно связанный с деятельностью, выполняемой человеком. Важной составной частью восприятия являются движения: движения глаз, рассматривающих предмет; движения руки, ощупывающей предмет или манипулирующей с ним; движения гортани, воспроизводящие слышимый звук, и т. д.

Таким образом, восприятие представляет собой систему перцептивных действий, овладение которыми требует специального обучения и практики.

4.2. Общие закономерности восприятия

Различные виды восприятия имеют свои специфические закономерности. Наряду с ними существуют и общие закономерности восприятия: целостность, константность, предметность, структурность, осмысленность, обобщенность, избирательность и апперцепция.

Целостность восприятия — свойство восприятия, состоящее в том, что всякий объект или пространственная предметная ситуация воспринимаются как устойчивое системное целое. Благодаря целостности восприятия происходит внутренняя органическая взаимосвязь частей и целого в образе. Это свойство в процессе восприятия проявляется в двух аспектах:

- 1) объединении разных элементов в целом;
- 2) независимости образованного целого в качестве составляющих его элементов.

Целостность восприятия выражается в том, что образ воспринимаемых предметов не дан в полностью готовом виде со всеми необходимыми элементами, а как бы мысленно достраивается до некоторой целостной формы на основе небольшого набора элементов. Это происходит и в том случае, когда некоторые детали предмета человеком непосредственно в данный момент времени не воспринимаются.

Даже в тех случаях, когда мы не воспринимаем некоторые признаки знакомого объекта, мы мысленно их дополняем (рис. 15). Отдельные части объекта мы стремимся объединить в единое знакомое нам целостное образование.

Целостности восприятия содействует включенность объекта в определенную ситуацию, как показано на рис. 16. Так, в левом прямоугольнике буквы плохо опознаются по их отдельным фрагментам, в правом прямоугольнике буквы читаются легко благодаря ситуативному контексту. Восприятие объекта облегчается благодаря включенности его фрагментов в контекст ситуации.

Формирование образа предмета обязательно опирается на имеющиеся у человека знания и практический опыт. В этом убеждает восприятие изображений с незавершенными контурами. Так, например, по незаконченному рисунку (рис. 17)



Рис. 15. Целостность восприятия: тенденция сознания к целостности объекта настолько велика, что мы даже «видим» бегущего человека



Рис. 16. Целостность восприятия на основе включенности объекта в определенную ситуацию



Рис. 17. Пограничник с собакой: эти разрозненные пятна объединяются в единый зрительный образ пограничника с собакой. Чтобы понять смысл изображения, его нужно перевернуть на 180°

можно узнать пограничника с собакой, но лишь в том случае, если человек имеет представление об их внешнем виде. Чтобы вызвать эти представления у взрослого, достаточно дать название картине: «Пограничник с собакой». Ребенком 3–5 лет вос-

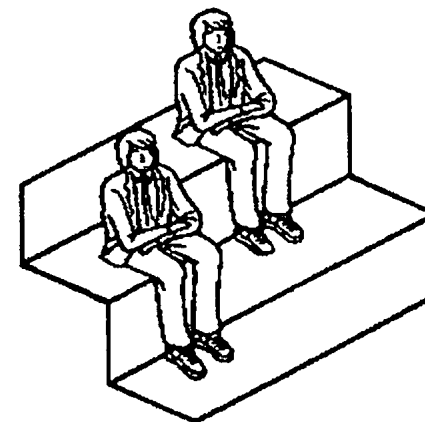


Рис. 18. Удивительные сиденья: нарушение осмысленности и целостности восприятия. Противоречивость элементов препятствует возникновению целостного осмысленного объекта восприятия

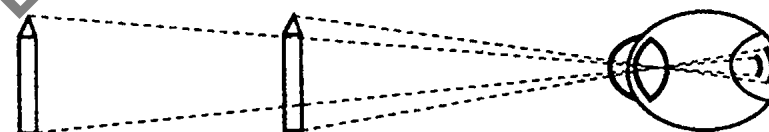


Рис. 19. Константность восприятия

приятие данного рисунка затруднено: он будет видеть отдельные пятна и штрихи, но не заметит целого, а именно: пограничника с собакой.

В некоторых случаях целостность восприятия может быть нарушена, в частности, из-за противоречивости элементов объекта восприятия (рис. 18).

Константность — это относительное постоянство восприятия образа. Наше восприятие в определенных пределах сохраняет за параметрами их размеры, форму и цвет независимо от условий восприятия (расстояния до воспринимаемого предмета, условий освещенности, угла восприятия).

Изображение величины предмета на сетчатке глаза при восприятии его с близкого и далекого расстояния будет различным. Из двух одинаковых по величине объектов более удаленный дает меньшее изображение на сетчатке глаза (рис. 19), причем это не влияет на адекватную оценку действительной величины. Сказанное интерпретируется нами как удаленность или приближенность предмета. В наибольшей степени конс-

тантность наблюдается при зрительном восприятии цвета, величины и формы предметов.

При восприятии прямоугольного предмета (например, листа бумаги) с разных точек зрения на сетчатке могут отображаться и квадрат, и ромб, и даже прямая линия. Однако во всех случаях мы сохраняем за этим предметом присущую ему форму. Белый лист бумаги вне зависимости от его освещенности будет восприниматься как белый лист.

Константность восприятия не наследственное качество, она формируется на опыте в процессе обучения. Восприятие не всегда дает абсолютно верное представление о предметах окружающего мира и может быть иллюзорным или ошибочным.

Предметность восприятия означает адекватность, соответствие образов восприятия реальным предметам действительности. Благодаря предметности восприятия объект воспринимается нами как обособленное в пространстве и во времени отдельное физическое тело.

Психические образы предметов человек осознает не как образы, а как реальные предметы, вынося образы вовне, объективируя их. Так, например, представляя лес, мы отдаем себе отчет в том, что наше представление — это образ, возникший в сознании, а не реальный лес, ибо мы в данный момент находимся в комнате, а не в лесу. Наиболее ярко предметность восприятия проявляется во взаимообособлении фигуры и фона. В привычных ситуациях мы не обращаем на это большого внимания, но первое, что нужно сделать при восприятии некоторой зрительной информации, — это решить, что считать фигурой, а что фоном. Существуют некоторые особенности зрительной стимуляции, которые сами по себе помогают перцептивной системе отличить фигуру от фона. Обычно фон включает в себя фигуру, он содержит меньше деталей и отличительных особенностей по сравнению с фигурой (рис. 20, 21). В приведенном на рис. 20 случае у нас нет сомнения, где фигура, а где фон.

На рис. 21 возможно двойственное восприятие: ваза или два лица. Кто-то увидит изображенную на рисунке белую вазу на темном фоне, а кто-то — два профиля лица на белом фоне. Это означает, что у одних белая ваза оказалась фигурой восприятия, а черные профили — его фоном, у других — наоборот. Таким образом, между фигурой и фоном восприятия существуют взаимообратимые отношения. Помогает выделению фигуры восприятия предварительная целевая установка на определен-

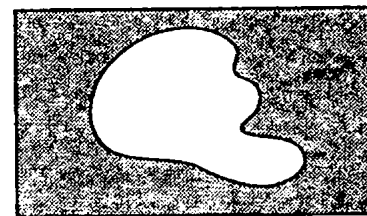


Рис. 20. Фигура и фон



Рис. 21. Ваза или два лица



Рис. 22. Внешне различные, но по существу однотипные объекты: опознаются как таковые благодаря отражению их структурной организации

ный объект: ваза или лица. При целевой установке на вазу вы легко увидите на светлом фоне вазу, а на темном — два лица.

Структурность восприятия — свойство восприятия человека объединять воздействующие стимулы в целостные и сравнительно простые структуры. Восприятие не является простой суммой ощущений. Мы воспринимаем фактически абстрагированную из полученных ощущений обобщенную структуру. Например, при прослушивании музыки воспринимаются не отдельные звуки, а мелодия. Причем мы узнаем конкретную мелодию независимо от того, исполняется ли оркестром, либо на рояле, либо человеческим голосом, хотя отдельные звуковые ощущения различны.

В процессе восприятия вычленяются взаимоотношения частей и сторон предметов. Мы узнаем различные объекты благодаря устойчивой структуре их признаков, отражению устойчивых отношений между элементами воспринимаемого объекта в целом (рис. 22).

Несмотря на различный характер написания буквы «В», мы ее адекватно опознаем и воспринимаем благодаря устойчивой структуре признаков, присущих этой букве.

В тех случаях, когда выявление структуры объекта затруднено, затрудняется и восприятие объекта в целом. Это наблюдается, например, при восприятии «невозможных фигур», когда структурность восприятия может быть нарушена. Так, представленного на рис. 23 слона можно нарисовать, но нельзя вос-

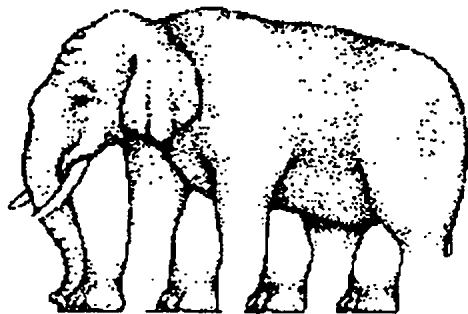


Рис. 23. «Невозможные фигуры». Скажите, сколько у слона ног?

принять как изображение реального объекта. Из-за противоречивой структуры объекта затруднено и осмысленное восприятие слона в целом.

Осмысленность восприятия определяется пониманием связи сущности предметов и явлений через процесс мышления. Осмысленность восприятия достигается мыслительной деятельностью в процессе восприятия. Всякое воспринимаемое явление мы осмысливаем с точки зрения уже имеющихся знаний, накопленного опыта. Это дает возможность включить новое знание в систему ранее сформированных знаний.

Осмысленность восприятия осуществляется посредством языка, усвоенного человеком с детства. Воспринимая предметы и явления окружающего мира, человек называет их и тем самым относит к определенным категориям объектов: к животным, растениям, предметам мебели, событиям общественной жизни и т. п. В этом проявляется *категориальность человеческого восприятия*.

Смысловая оценка объекта восприятия может происходить мгновенно, без обдумывания. Это наблюдается при восприятии очень хорошо знакомых вещей, фактов, ситуаций. При восприятии незнакомых предметов время увеличивается. Восприятие, будучи осмысленным, вместе с тем является и обобщенным. Всякое слово обобщает. Называя воспринимаемый объект знакомым словом, человек тем самым осознает его как частный случай общего. Глядя на сосну и называя это дерево сосной, мы тем самым отмечаем признаки не только именно данной сосны (высокая, стройная, стоит у дороги и пр.), но и сосны вообще, даже как дерева.

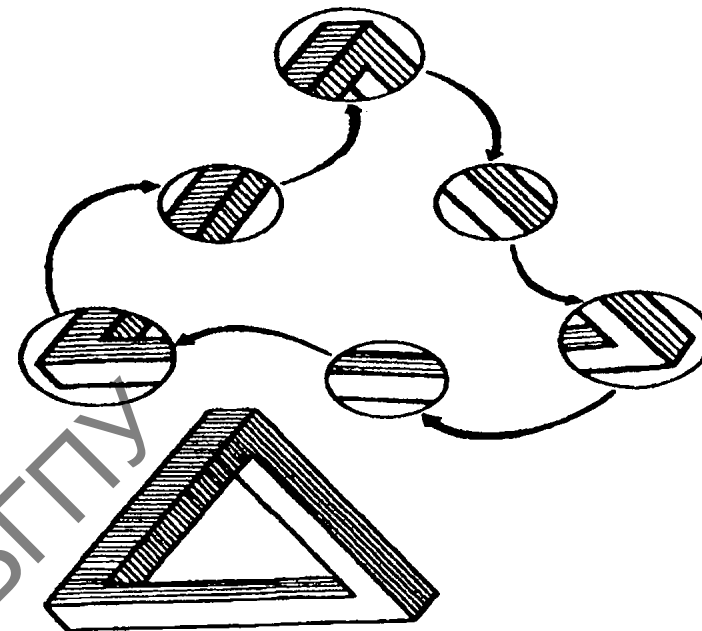


Рис. 24. Треугольник Пенроуза: поэлементно вверху — все правильно, но осмысленность при целостном восприятии позволяет установить нереальность изображенного внизу треугольника

Степень обобщенности восприятия может быть разной, что зависит от глубины наших знаний о предмете. Благодаря осмысленности и обобщенности восприятия мы домысливаем и достраиваем образ объекта по отдельным его фрагментам, как это показано на примере треугольника Пенроуза (рис. 24).

Кроме того, осмысленность восприятия устраняет некоторые зрительные иллюзии, как это, например, показано на рис. 25. Проведя мысленно плоскость, совпадающую с линией, мы видим, что линия одна, а не несколько и что она непрерывна.

Осмысленность восприятия проявляется в узнавании. Узнать предмет — значит воспринять его в соотношении с ранее сформированным образом. Узнавание основано на операции сличения наличного впечатления с соответствующими следами памяти. Это хорошо видно на рис. 26: несмотря на то, что две стороны треугольника прерывисты, мы воспринимаем его как целостную фигуру. Здесь проявляется также эффект замкнутости как *принцип перцептивной группировки*.

Узнавание характеризуется определенностью, точностью и быстротой. Некоторые хорошо известные нам предметы, на-

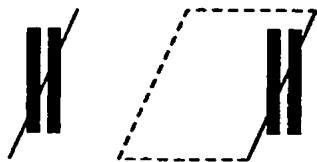


Рис. 25. Осмысленность восприятия: на рисунке слева возникает иллюзия преломления прямой, а на рисунке справа эта иллюзия исчезает

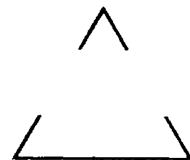


Рис. 26. Замкнутость как принцип перцептивной группировки



Рис. 27. Узнавание фигуры: в фигуре, нарисованной одними прямыми линиями, мы без труда узнаем лежащую кошку

пример, фигуру кошки, мы узнаем сразу и безошибочно, даже при быстром и неполном восприятии (рис. 27). При этом фигура кошки нарисована одними прямыми линиями, что делает нарисованную фигуру излишне угловатой по сравнению с пластичной фигурой реальной кошки. Однако эта стилизация не мешает нам без труда узнать лежащую кошку.

При узнавании человек часто не выделяет все признаки предмета, а использует его характерные опознавательные признаки. Так, подводную лодку мы узнаем по характерному силуэту с рубкой и не смешиваем ее с обычной лодкой или кораблем. Характерным признаком яхты является парус и т. д.

Узнавание может быть *обобщенным*, когда предмет относится к какой-либо общей категории (например, «это стол», «это автомашина» и т. д.), и *дифференцированным* (специфическим), когда воспринимаемый объект отождествляется с ранее воспринимавшимся единичным предметом. Это более высокий уровень узнавания. Для такого рода узнавания необходимо выделение специфических для данного предмета признаков — его примет. Например, автобус с низким уровнем пола Минского автозавода «МАЗ-103».



Рис. 28. Фрагментарное изображение собаки: недостаточность или достаточность опознавательных признаков при восприятии собаки

Узнавание затрудняется при недостаточности опознавательных признаков. Например, на рис. 28 показана собака путем фрагментарного ее изображения, что затрудняет узнавание. При этом возможна недостаточность или достаточность опознавательных признаков для восприятия данного изображения собаки.

Минимум признаков, необходимых для опознания объекта, называют *порогом восприятия*.

Восприятие в значительной мере зависит от цели и задачи деятельности. В объекте на передний план выступают те его стороны, которые соответствуют данной задаче.

Избирательность — преимущественное выделение одних объектов перед другими в процессе восприятия. Чаще всего избирательность восприятия проявляется в преимущественном выделении объекта из фона. При этом фон выполняет функцию системы отсчета, относительно которой осуществляются пространственные и цветовые качества фигуры.

Объект выделяется из фона по его контуру. Чем резче, контрастнее контур предмета, тем легче его выделение. Наоборот, когда контуры объекта размыты, вписаны в линии фона, объект трудно различить. На этом основана маскировка военной техники, когда, например, весьма характерный силуэт танка скрывается маскировочной сеткой. В результате он «сливается» с окружающей местностью.

Другое проявление избирательности — это выделение одних объектов по сравнению с другими. То, что находится в центре

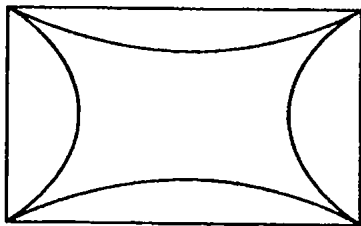


Рис. 29. Избирательность восприятия: выделяется фигура в центре, а не четыре фигуры по краям

внимания человека при восприятии, называют *фигурой*, а все остальное — *фоном*.

Избирательность восприятия сопровождается *центрацией восприятия*. При равнозначности объектов преимущественно выделяется центральный объект или объект, больший по величине (рис. 29). Возможны и другие примеры центрации восприятия.

В тех случаях, когда конфигурация образована двумя отличными друг от друга и однородными элементами, из которых ни один не включен в другой и у которых к тому же имеются общие границы, оба элемента с одинаковой вероятностью могут восприниматься как фигуры. Поэтому возможны разные толкования их взаимосвязи. Это явление получило название *двойственного восприятия* связи «фигура—фон» (рис. 30, 31). Когда рассматриваешь подобные неоднозначные рисунки, обычно в самом начале один из элементов воспринимается как фигура, но вскоре она затем начинает казаться фоном.

Избирательность восприятия зависит как от объективных предметов, которые воспринимаются, так и от субъективной установки на то, какие элементы объекта признаются базовыми. В зависимости от этого вы можете увидеть на рис. 30 одно, два или три лица: молодой или старой женщины, а может быть, и мужчины в берете.

Предмет и фон восприятия динамичны. Динамичность соотношения предмета и фона объясняется переключением внимания с одного объекта на другой. То, что было предметом восприятия, может из-за неподвижности или по завершении работы слиться с фоном. Что-то из фона на определенное время может стать предметом восприятия и наоборот. Так, например, на рис. 31 трудно ответить на вопрос, где фигура, а где фон. В од-



Рис. 30. Сколько лиц Вы видите на рисунке? Одно, два или три? Кого Вы видите: молодую или старую женщину, а может, мужчину в берете?



Рис. 31. Где фигура, а где фон? Что Вы видите на рисунке: женское лицо или мужчину, играющего на саксофоне? (Иллюзия Клинтона и Моники)

ном случае вы видите мужчину, играющего на саксофоне, а в другом — женское лицо.

Выделение объекта из окружающей действительности обусловлено его значением для данного человека. Устройство какого-нибудь сложного механизма будут по-разному воспринимать и опытный инженер-конструктор, и ученик, интересующийся техникой, и просто любопытный человек.

Апперцепция. Зависимость восприятия от опыта, знаний, интересов и установок личности называют *апперцепцией*. Особенно следует отметить роль профессиональной деятельности в своеобразии индивидуального восприятия. Обусловленность восприятия знаниями, прошлым опытом, профессиональной направленностью проявляется в избирательности восприятия различных сторон предметов, приведенных на рис. 32.

Различают личностную (устойчивую) и ситуативную (временную) апперцепцию. *Личностная апперцепция* определяет зависимость восприятия от устойчивых особенностей личности — образованности, убеждений и пр. *Ситуативная апперцепция* является временной, в ней сказываются ситуативно возникающие психические состояния, например эмоции, установки

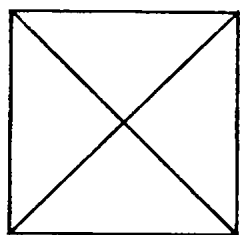


Рис. 32. Избирательность восприятия: этот плоский объект может стать объемным, как только узнаете, что перед Вами изображение пирамиды

и т. п. Так, ночью в лесу пень может быть воспринят человеком как фигура зверя, что будет способствовать проявлению им соответствующих эмоций.

Иллюзии. *Иллюзия — это искаженное восприятие реально существующей действительности.* Иллюзии обнаруживаются в деятельности различных анализаторов. В наибольшей степени известны зрительные иллюзии, которые имеют самые различные причины: практический опыт, особенности анализаторов, изменение привычных условий и др.

Большинство зрительных иллюзий можно систематизировать по следующим группам:

- иллюзии, связанные с особенностями строения глаза;
- соотношение «части» и «целого»;
- переоценка вертикальных линий;
- преувеличение острых углов;
- меняющийся рельеф и перспектива.

Например, в зрительной системе человека преобладает вертикальная ориентация. Вертикальная линия — это база, к которой привязывается взаиморасположение частей объекта. Вследствие того что движения глаз по вертикали требуют больших усилий, чем движения по горизонтали, возникает иллюзия восприятия линий одной длины, расположенных по-разному: нам кажется, что вертикальные линии длиннее, чем горизонтальные.

Если попросить группу людей разделить пополам вертикальную линию, то большинство из них проделают это «в пользу» верхней линии.

На рис. 33 слева показан цилиндр, размеры которого по вертикали переоцениваются, поскольку в действительности высота цилиндра и ширина его полей одинаковы, а справа показана переоценка длины вертикальной линии относительно горизонтальной. В действительности размеры обеих линий одинаковы.

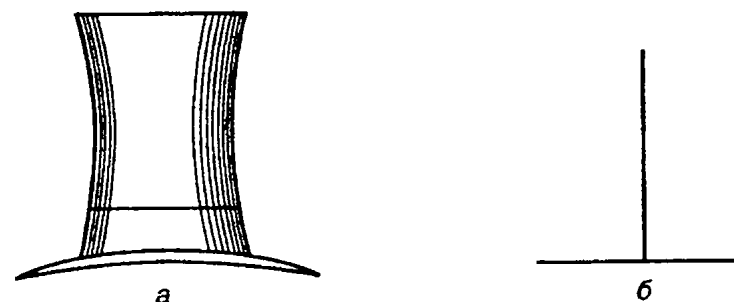


Рис. 33. Иллюзии восприятия, связанные с переоценкой вертикальных линий:

а — иллюзия восприятия цилиндра. Высота цилиндра и ширина его полей одинаковы; б — иллюзия восприятия горизонтальной и вертикальной линий. Размеры обеих линий одинаковы

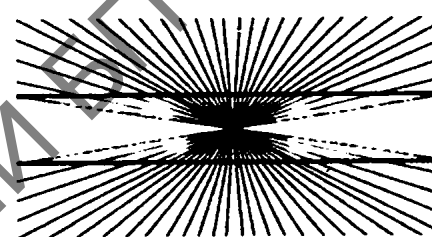


Рис. 34. Иллюзия восприятия параллельности линий

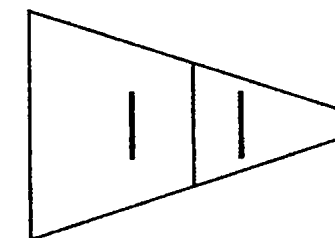


Рис. 35. Иллюзия восприятия одинаковых фигур

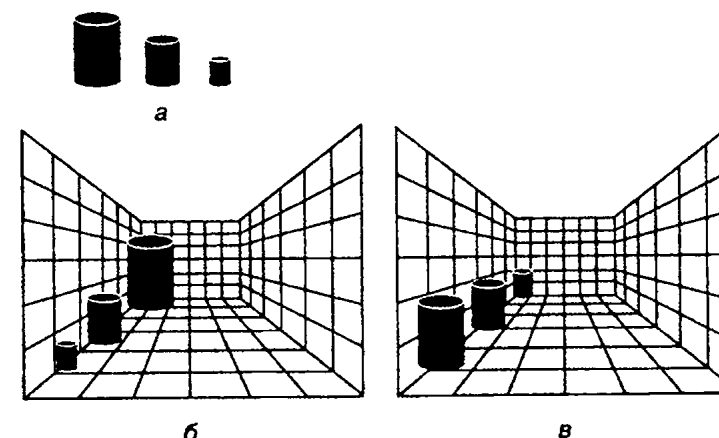


Рис. 36. «Чудесные превращения» маленького цилиндра

Параллельные линии по той же причине искривляются (рис. 34), а одинаковые фигуры на меньшем поле кажутся большими (рис. 35).

Возможны и другие причины зрительных иллюзий. Так, например, на рис. 36 показаны «чудесные превращения» маленького цилиндра: *а* — он в 3 раза меньше большого цилиндра; *в* — он кажется равным большому цилиндру. При этом везде реальный размер маленького цилиндра одинаков.

Значит, мы часто видим нечто таким не потому, что оно такое, а потому, что оно должно быть таким. В этом заключается особенность психического образа при восприятии.

4.3. Классификация и виды восприятия

В основу классификации восприятия положены следующие критерии:

- ведущий анализатор в восприятии;
- цель восприятия;
- степень организации;
- степень организации, направленность восприятия;
- форма отражения.

В соответствии с тем, какой анализатор играет в данном восприятии ведущую роль, различают: *зрительные, слуховые, осязательные, кинестетические, обонятельные и вкусовые восприятия.*

При этом любое восприятие определено деятельностью перцептивной системы, т. е. не одного, а нескольких анализаторов. Значение каждого из них может быть неравнозначно: какой-то из анализаторов является ведущим, другие дополняют восприятие предмета или явления. Так, при слушании лекции ведущим является слуховой анализатор, через который воспринимается основная часть информации, но одновременно студент видит преподавателя, следит за его работой у доски, ведет записи в конспекте.

В зависимости от цели восприятия бывают преднамеренные и непреднамеренные.

Преднамеренные восприятия характеризуются тем, что в их основе лежит сознательно поставленная цель. Они связаны с известными волевыми усилиями. Так, преднамеренным восприятием будет слушание доклада, просмотр тематической выставки. Оно может быть включено в трудовую деятельность (например, рассматривание электрической схемы для определения возможной неисправности), а также может выступать как самостоятельная деятельность — наблюдение.

Наблюдение — это произвольное целенаправленное восприятие какого-то объекта, проводимое по определенному плану с последующим анализом и обобщением полученных данных.

Непреднамеренные восприятия — это такие восприятия, при которых предметы окружающей действительности воспринимаются без специально поставленной задачи. В них отсутствует волевая активность, поэтому они и называются *непроизвольными*. Идя, например, по улице, мы слышим шум машин, видим их, воспринимаем окружающих людей и многое другое.

По степени организации восприятия могут быть организованными и неорганизованными.

Организованное восприятие — это планомерное восприятие предметов или явлений окружающего мира. Организованное восприятие особенно проявляется при наблюдении. *Неорганизованное восприятие* — это обычное непреднамеренное восприятие окружающей действительности.

По направленности восприятия бывают внешненаправленными и внутренненаправленными.

Внешненаправленное восприятие — это восприятие предметов и явлений внешнего мира, а *внутренненаправленное восприятие* — это восприятие собственных мыслей и чувств.

По форме существования отражаемой в восприятии материи выделяют восприятия:

- пространства, предметов, явлений окружающего мира;
- человека человеком;
- времени;
- движений.

Рассмотрим каждый из этих видов восприятия более подробно, начиная с восприятия пространства.

При восприятии пространства различают восприятие *величины, формы, объемности, глубины* (или удаленности) предметов, а также *линейную и воздушную перспективу.*

Восприятие величины, формы и объемности предметов. Совместной деятельностью зрительных, мышечных и осязательных ощущений обусловлено восприятие величины, формы и объемности предметов.

Основой *восприятия величины* предметов являются размеры объективно существующих предметов, изображения которых получают на сетчатке глаза. Особенность строения человеческого глаза такова, что изображение предмета, находящегося

на далеком расстоянии, будет меньшим, чем изображение равного ему предмета, расположенного близко от нас.

Восприятие формы — сложный процесс зрительного восприятия, при котором большое значение имеют движения глаз. При этом оптические данные обрабатываются мозгом в сочетании с данными глазодвигательных мышц. Последние как бы ощупывают предмет и функционируют в качестве измерительного прибора.

При восприятии *плоской формы* существенное значение имеет отчетливое различие очертания предмета, его контура. При восприятии *объемной формы* существенную роль играет глубинное зрение. Так, например, форма куба вблизи кажется более вытянутой, а вдали — уплощенной. Тоннели, аллеи и другие подобные протяженные объекты при обзоре издали кажутся короче, чем при восприятии с близкого расстояния.

При восприятии формы предмета существенно его взаимодействие с фоном. В зрительном восприятии фон выступает основанием для системы отсчета: цветовые и пространственные характеристики объектов оцениваются относительно фона. Фон дает информацию о ситуации восприятия, обеспечивает константность восприятия. При совпадении контуров обоих объектов могут возникнуть так называемые *двойственные фигуры*. Так, на рис. 37 показана двойственная фигура, которая может восприниматься или как голова, или как дерево в ветреную погоду.

В то же время четкости восприятия содействует резкая очерченность контура объекта. Известно, что с различения контура объекта и начинается процесс восприятия, лишь после этого различаются его форма и структура.

Но одно только зрение не может обеспечить правильное восприятие формы предметов. Это достигается при соединении зрительных ощущений с мышечно-двигательными и осязательными или представлениями, оставшимися от прошлого



Рис. 37. Пример восприятия двойственной фигуры при совпадении контуров объектов

опыта. Непосредственное восприятие формы предмета, его рельефа происходит путем *осязания*, в котором принимают участие кожный и двигательный анализаторы.

В основе восприятия *объемности предметов* лежит бинокулярное зрение (видение с помощью обоих глаз). При этом видении получаются два изображения на сетчатке левого и правого глаза. Эти изображения не совсем одинаковы: изображение предмета на сетчатке левого глаза отражает его больше с левой стороны, тогда как на сетчатке правого глаза отражается больше правая сторона предмета. Одновременное видение предмета двумя глазами создает впечатление объемности воспринимаемого предмета. При значительном удалении от нас предметов, когда их изображения на сетчатках обоих глаз теряют свои различия, мы не воспринимаем объемности предметов, а лишь мыслим их объемными на основании представлений, сохранившихся от рассматривания на близком расстоянии. При этом большое значение имеют законы перспективы и светотени. Известно, что на плоской картине, руководствуясь правилами перспективы и светотеней, можно изобразить предметы так, что они будут восприниматься как объемные.

Линейная и воздушная перспективы. Существенное значение при восприятии пространства имеют линейная и воздушная перспективы.

При *линейной перспективе* удаляющиеся линии как бы сходятся у горизонта, например линейная перспектива в виде сходящихся у горизонта железнодорожных рельсов (рис. 38). При этом хорошо известно, что размер между рельсами постоянен.

Линейная перспектива усиливается ослаблением разницы между светом и тенью, а также выпадением отдельных мелких деталей.

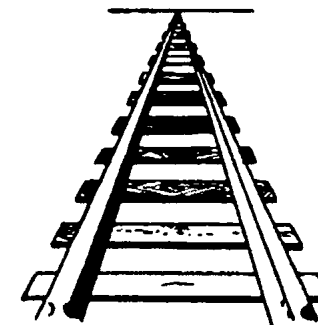


Рис. 38. Линейная перспектива в виде сходящихся у горизонта железнодорожных рельсов

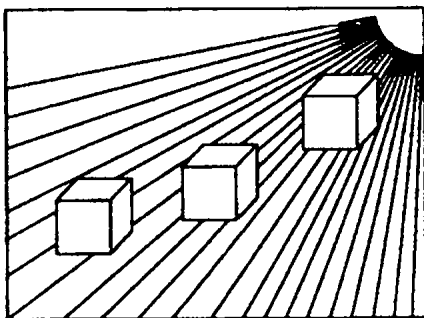


Рис. 39. Законы линейной перспективы: равные кубы по мере удаления кажутся больше

По законам линейной перспективы размеры предметов по мере их удаления уменьшаются. Если же размеры предмета будут одинаковы, то при восприятии линейной перспективы они будут казаться разными. Так, например, показанные на рис. 39 равные кубы по мере удаления кажутся больше.

Воздушная перспектива предполагает различное восприятие объектов действительности в зависимости от того или иного состояния воздуха и характера источника освещения. Например, воздушная перспектива состоит в некотором изменении цвета предметов под влиянием голубоватого оттенка воздуха, который изменяет цвет предметов тем в большей степени, чем дальше расположен этот предмет. Вот почему лес, расположенный далеко на горизонте, кажется нам голубоватым.

Влияние характера источника освещения в воздушной перспективе представляется следующим образом. При удалении от наблюдателя освещенные поверхности темнеют, а затененные — бледнеют, становятся бледно-серым силуэтом. Наоборот, чем ближе они к наблюдателю, тем светотень контрастнее, освещенные поверхности кажутся светлее, а затененные — темнее. Явление изменения светлоты цвета можно легко наблюдать на улице, особенно туманным утром или в дождь, когда дальние дома и предметы становятся едва различимыми пятнами (рис. 40).

Пространственная перспектива определяется также по градиенту плотности. Определение глубины пространства ограничено порогом глубинного зрения.

Способность правильно оценивать пространственные отношения объектов называют *глазомером*. Различают статический и динамический глазомеры. *Статический глазомер* — определение размеров неподвижных предметов с учетом их удаленнос-

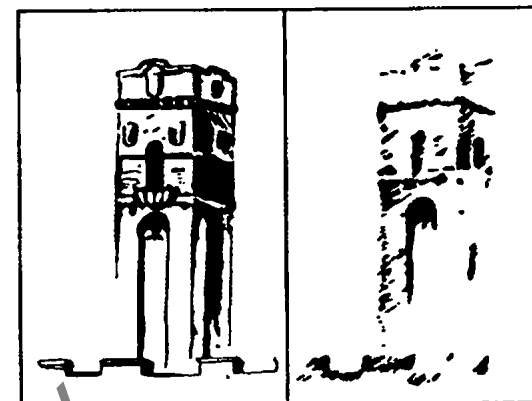


Рис. 40. Воздушная перспектива при восприятии здания в различную погоду

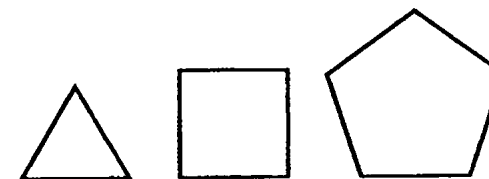


Рис. 41. Глазомерная оценка трех фигур: иллюзия неравенства сторон при глазомерной оценке различных фигур. На самом деле стороны всех фигур равны

ти. *Динамический глазомер* — способность определять расстояние между движущимися объектами.

Существуют значительные индивидуальные особенности глазомера, которые проявляются при глазомерной оценке визуальных объектов. Например, стороны треугольника, квадрата и пятиугольника (рис. 41) равны, хотя возникает иллюзия неравенства сторон при глазомерной оценке их восприятия.

Способность видеть самые мелкие предметы называется *остротой зрения* или *разрешающей способностью глаза*. Острота зрения равняется 1 (является нормальной), если человек различает объекты с угловым размером в 1 мин. Например, люди с нормальным зрением различают на расстоянии 100 м объекты величиной в 3 см.

В качестве одного из известных инструментов тестирования остроты зрения на основе оценки остроты разрешения являются кольца Ландольта (рис. 42).

Возможно, самой знакомой из всех форм остроты зрения является *острота распознавания*. При оценке остроты распоз-

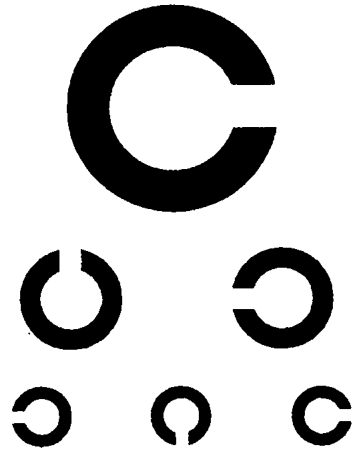


Рис. 42. Кольца Ландольта:

они используются при измерении остроты разрешения. Толщина кольца равна $1/5$ его наружного диаметра. Ширина разрыва также равна $1/5$ наружного диаметра

навания тестируемого просят назвать тест-объекты, используя буквы Снеллена из известной проверочной таблицы, с помощью которой подбираются очки.

Восприятие глубины. Восприятие глубины (или удаленности) достигается прежде всего с помощью бинокулярного зрения, т. е. видения обоими глазами. Восприятие удаленности предмета зависит не только от величины его изображения на сетчатке глаза, но и от силы напряжения глазных мышц, кривизны хрусталика. При восприятии далеких предметов хрусталик становится плоским. При восприятии близких объектов кривизна (выпуклость) его возрастает. Это изменение кривизны хрусталика в зависимости от удаленности рассматриваемых предметов называется *аккомодацией*.

Правильно воспринимать расстояние до значительно удаленных от нас предметов с помощью лишь одного глаза (монокулярное зрение) мы не можем. Монокулярное зрение позволяет правильно оценивать расстояние только при удаленности от нас предметов на расстояние не более 30 м (рис. 43). Объясняется это тем, что аккомодация, играющая главную роль при оценке расстояния при монокулярном зрении, обеспечивает ясное видение только на близком от нас расстоянии.

В восприятии удаленности при расстоянии до предмета более 30 м при бинокулярном зрении важную роль играет меха-

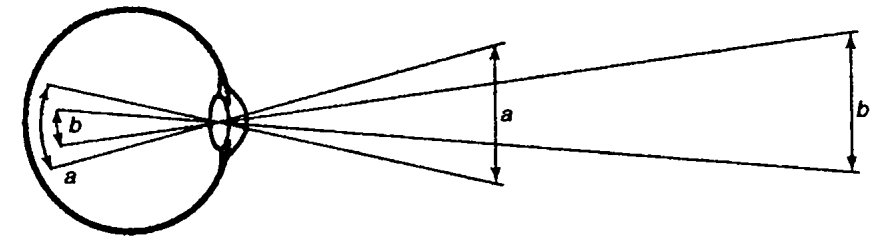


Рис. 43. Относительный размер как монокулярный признак удаленности

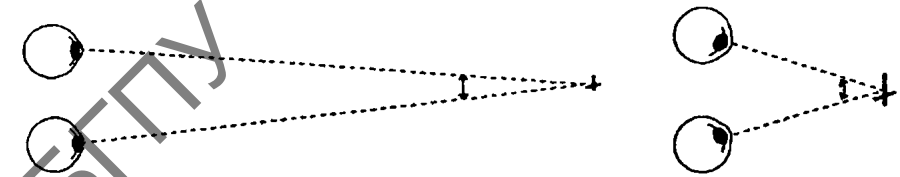


Рис. 44. Для оценки удаленности объектов используется информация о величине угла конвергенции и дивергенции зрительных осей

низм *конвергенции глаз* (т. е. согласованное движение глаз, обеспечивающих ясное изображение предмета на их сетчатках). Мышечно-двигательные ощущения при конвергенции глаз позволяют нам судить о том, какие предметы ближе, какие дальше от нас. Так, например, для оценки удаленности объектов используется информация о величине угла конвергенции и дивергенции зрительных осей (рис. 44).

Процессы аккомодации и конвергенции происходят непроизвольно. Человек не думает о необходимости фокусировать изображение, этот процесс протекает автоматически. Как правило, человек не замечает того, что при переводе взгляда с близких объектов на дальние (или наоборот) в органе зрения происходят существенные изменения.

Тем не менее эти изменения можно наблюдать на следующем простом опыте. Закройте один глаз, а другим смотрите вдаль, на линию горизонта, после чего поместите перед этим глазом на расстоянии 30–40 см карандаш или ручку. Если Вы сосредоточите свое внимание на линии горизонта, то горизонт будет виден четко и ясно, а карандаш нерезко и расплывчато. При переводе же внимания на карандаш, четко будет виден карандаш, а горизонт при этом будет нечетким, расплывчатым.

Восприятие человека человеком. Как объект восприятия человек отличается особой социальной значимостью. При восприятии нового для себя человека субъект выделяет в нем те особенности его внешности, которые дают информацию о его психических и социальных качествах. При восприятии человека особенно выделяются: осанка, походка, жестикуляция, мимика, голос, речь, поведенческие привычки и манеры. Ведущими признаками являются профессиональные характеристики человека, его социальный статус, основные нравственные и коммуникативные качества: злой, добрый, веселый, замкнутый, общительный и др.

Восприятие лица человека также происходит избирательно. Здесь в первую очередь срабатывает механизм влияния прошлого опыта и мышления, выделяющий в воспринимаемом изображении наиболее информативные места, на основе которых, соотнеся полученную информацию с памятью, можно составить о лице человека целостное представление. Изучение движений глаз человека, рассматривающего изображение человека, проведенное А.Л. Ярбусом, показало, что изображения содержат участки, несущие в себе наиболее интересную и полезную для восприятия информацию. При анализе таких элементов, на которых более всего останавливается взор в процессе рассматривания, обнаружено, что движения глаз фактически отражают процесс мышления. Установлено, что при рассматривании человеческого лица наблюдатель больше всего внимания уделяет глазам, губам и носу (рис. 45).

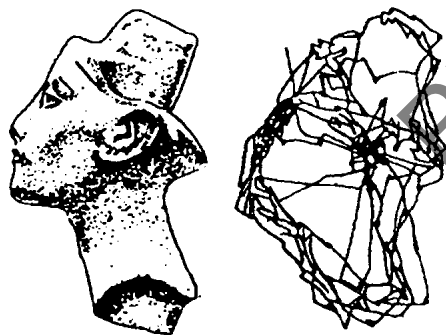
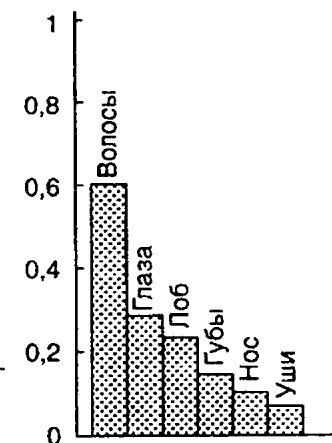


Рис. 45. Запись движения глаз (окулограмма) при восприятии объекта: при рассматривании человеческого лица больше всего внимания уделяется глазам, губам, носу, бровям, а при рассматривании в профиль — ушам

Рис. 46. Вероятность опорной роли элементов лица при его опознании: наиболее значимыми опорными элементами (в порядке убывания) являются волосы (прическа), глаза, лоб, губы, нос, уши



Отличается и опорная роль различных элементов лица при его опознании. Наиболее значимыми элементами лица являются волосы (прическа), глаза, лоб, губы, нос, уши (рис. 46).

Глаза и губы человека действительно являются наиболее выразительными и подвижными элементами лица, по характеру и движениям которых мы судим о психологии человека и его состоянии. Они многое могут сказать наблюдателю о настроении человека, его характере, отношении к окружающим людям и многом другом.

Интересно отметить, что сложившийся по внешним признакам обобщенный образ человека часто влияет на взаимодействие с этим человеком.

Восприятие времени. Восприятие времени — это отражение объективной длительности, скорости, темпа, ритма и последовательности явлений действительности (рис. 47). Благодаря восприятию времени отражаются изменения, происходящие в окружающем мире.

При восприятии времени важное место занимает чувство времени. Оно у человека не врожденное, а развивается в процессе жизни по мере накопления опыта.

Поскольку время наряду с пространством есть форма существования материи, все наши анализаторы воспринимают движение материи не только в пространстве, но и во времени. Поэтому специального, самостоятельного анализатора времени нет. В отражении времени участвует весь комплекс анализаторов человека.

В основе восприятия времени лежит ритмическая смена возбуждения и торможения. Ее динамика в нервной системе и

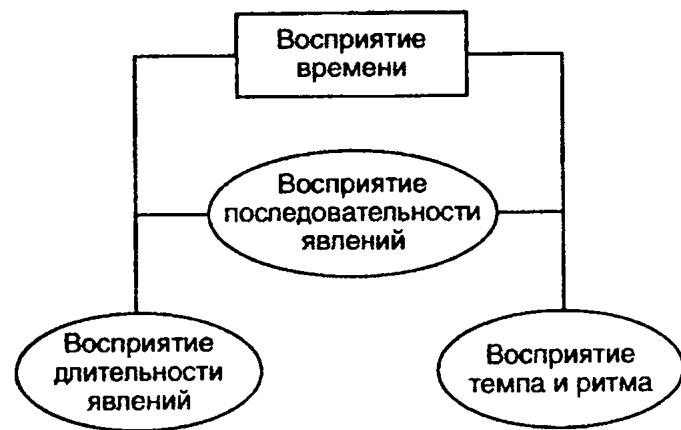


Рис. 47. Структура восприятия времени и его компоненты

составляет физиологическую основу восприятия времени. Временные промежутки определяются ритмическими процессами, происходящими в организме человека. Ритм в работе сердца, ритмическое дыхание, ритмический характер ежедневной жизни влияют на выработку рефлексов на время.

При восприятии длительности явлений следует учитывать особенности субъективного восприятия времени. При положительных эмоциях время недооценивается, а при отрицательных — переоценивается. *Преуменьшение времени* — это всегда результат доминирования возбуждения над торможением. *Преувеличение времени* связано с преобладанием торможения, которое возникает в результате воздействия однообразных, малозначимых раздражителей. При одинаковых условиях деятельности время менее 1 мин обычно преувеличивается, а время больше 5–10 мин — преуменьшается. Наиболее коротким кажется время, в течение которого надо успеть сделать многое.

Точному, непосредственному восприятию времени поддаются лишь короткие временные интервалы. Установлено, что наиболее точной оценке временных интервалов способствуют слуховые и кинестетические ощущения. Если событие совершается очень медленно, восприятие его длительности опирается на показатели, позволяющие делить время на определенные отрезки. Способность к оценкам малых интервалов времени, характерных в производственной деятельности, развивается у человека довольно быстро. Как показали психологические исследования С.Г. Геллерштейна, достаточно пятидневных уп-

ражнений, чтобы человек смог оценивать время в 0,01–0,02 с и точно определять разницу во времени между 0,15 с и 0,2 с.

Восприятие длительности времени зависит от содержания деятельности человека. Часы, дни и недели, заполненные значительными и интересными событиями, кажутся быстротечными, короткими. Отрезок времени, в течение которого не произошло ничего особенного, все было однообразно, привычно, представляется особенно длинным.

При воспоминании наблюдается другой характер оценки времени. Время, насыщенное в прошлом переживаниями, деятельностью, вспоминается как более продолжительное, а длительный период жизни, наполненный малоинтересными и однообразными событиями, вспоминается как быстро прошедший.

Восприятие последовательности явлений опирается на четкую расчлененность и объективно существующую смену одних явлений другими, а также связано с представлениями о настоящем, прошлом и будущем, отражающими объективные, периодически повторяющиеся процессы в природе.

Восприятие темпа — это отражение скорости, с которой сменяют друг друга отдельные стимулы совершающегося во времени процесса (например, чередование звуков).

Восприятие ритма — это отражение равномерного чередования стимулов, их размеренности при воздействии предметов и явлений объективной действительности на наши органы чувств.

Восприятие движения. *Восприятие движения* — это отражение во времени положения объектов или самого наблюдателя в пространстве (рис. 48).

Наблюдая движения, прежде всего воспринимают такие его характеристики:

- характер движения (сгибание, разгибание, отталкивание, подтягивание, приведение, отведение и т. п.);
- форму движения (прямолинейное, криволинейное, круговое и т. п.);
- амплитуду (размах) движения (полная, неполная);
- направление движения (направо, налево, вверх, вниз);
- продолжительность движения (краткое, длительное);
- скорость движения (быстрое или медленное, при циклических движениях — быстрый или медленный темп);
- ускорение движения (равномерное, ускоряющееся, замедляющееся, плавное, прерывистое).

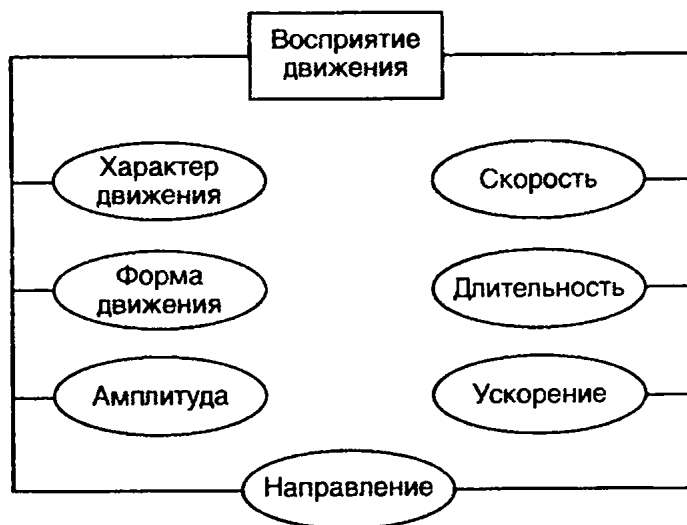


Рис. 48. Структура восприятия движения и его компоненты

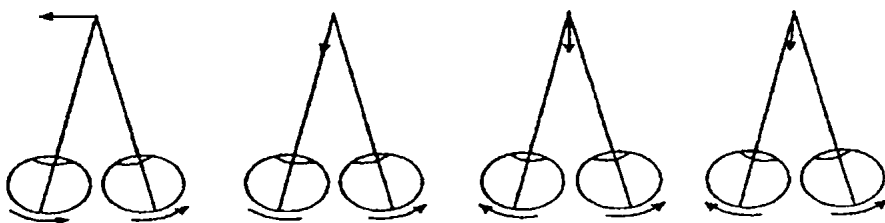


Рис. 49. Парная работа глаз — один из механизмов, обеспечивающих восприятие направления движения объектов

Восприятие движения осуществляется в результате взаимодействия нескольких анализаторов: зрительного, двигательного, вестибулярного, слухового (при звучании движущегося предмета). Основным сигналом направления и скорости движения объекта являются мышечные раздражения от обоих глаз, следящих за предметом, головы при ее повороте в сторону движения предмета, а также раздражения, поступающие от сетчатки глаз, на которых возникают изображения фиксируемого взором предмета. Усиление напряженности глазных мышц и связанное с этим определенное увеличение изображения на сетчатке глаз служат сигналом приближения объекта к наблюдателю. При удалении наблюдается обратная картина: когда объект находится далеко, напряжение глазных мышц ослаблено (рис. 49).

Экспериментально установлено (В.Я. Дымерский и др.), что точность восприятия человеком движения предметов зависит от нескольких условий:

- чем ближе к наблюдателю движущийся объект, тем точнее восприятие его скорости и направления;
- восприятие объекта движения при движении его перпендикулярно лучам зрения наблюдателя точнее, чем при движении вдоль лучей зрения;
- восприятие движения при центральном зрении точнее, чем при видении периферическим зрением;
- восприятие направления и скорости движения прослеживающим взором точнее, чем неподвижным;
- восприятие точнее, если движение объекта происходит на фоне неподвижных объектов;
- точность восприятия движения увеличивается, если человек упражняется в оценках расстояний и оценках времени.

Таким образом, в восприятии движения важную роль играют движения глаз, которые производятся, чтобы следить за движущимся предметом. Однако восприятие движения не объясняется только одними движениями глаз. Мы можем воспринимать движение в двух взаимно противоположных направлениях, хотя, понятно, что глаз не может двигаться одновременно в противоположных направлениях.

Впечатление движения могут возникнуть и при отсутствии реального движения, если через небольшие временные паузы чередовать на экране ряд изображений, воспроизводящих определенные, следующие друг за другом фазы движения объекта. В этом случае возникает так называемый *стробоскопический эффект*.

Для того чтобы возник стробоскопический эффект, отдельные раздражители должны быть отделены друг от друга определенными промежутками времени. Пауза между смежными раздражителями должна быть около 0,06 с. В случае, когда пауза вдвое меньше, изображения сливаются, а когда пауза очень велика (например, равна 1 с), раздражения осознаются как раздельные. Максимальное расстояние между движущейся точкой в двух смежных кадрах, при котором имеет место стробоскопический эффект, равно $4,5^\circ$. На стробоскопическом эффекте построено восприятие движения на кинематографических лентах.

Почти аналогичным приемом изображения движения посредством одновременного воспроизведения последовательных

его фаз пользуются в живописи и скульптуре. Так, известный скульптор О. Роден возвел этот прием в основной принцип своей теории изображения движения в искусстве.

В восприятии движения, несомненно, значительную роль играют косвенные признаки, создающие опосредованное впечатление движения, которые может вызвать необычайное для покоящегося тела положение частей фигуры, например поднятая нога, отведенная, как бы замахнувшаяся рука, согнутые верхушки деревьев и т. п.

Представление о движении также вызывает, например, след на воде от идущего корабля или лодки, след на снегу от саней (как в картине В.И. Сурикова «Боярыня Морозова») и т. п. К ним также относится меньшая отчетливость очертаний движущегося предмета и множество других косвенных признаков, которые служат в естественных условиях для распознавания движения.

Осмысливание ситуации, совершающееся на основе косвенных признаков, несомненно, играет в восприятии движения важную роль. Значение осмысливания ситуации на основании прошлого опыта отчетливо выступает в опытах В. Кролика, который в своих экспериментах предъявлял испытуемым изображения предметов, взятых из повседневной жизни (улица, автомобиль и т. д.). При этом он создавал на экране движение тех предметов, которые обычно неподвижны (например, дома). Испытуемые на основе прошлого опыта воспринимали движение не объективно движущихся изображений, а объективно в данном опыте неподвижных изображений предметов, которые обычно движутся (автомобиль). При этом не имела значения ни величина предметов, ни направленность внимания испытуемых на движущийся или неподвижный объект: вопрос решался лишь фактом осмысливания изображенной ситуации.

Согласно С.Л. Рубинштейну, все теории движения можно объединить в основном в две группы. Теории первой группы выводят восприятие движения из элементарных, следующих друг за другом зрительных ощущений отдельных точек, через которые проходит движение, и утверждают, что восприятие движения возникает вследствие слияния этих элементарных зрительных ощущений (В. Вундт).

Теории второй группы утверждают, что восприятие движения имеет специфическое качество, несводимое к таким элементарным ощущениям. Представители этой теории говорят,

что, подобно тому как, например, мелодия является не простой суммой звуков, а отличным от них качественно специфическим целым, так и восприятие движения несводимо к сумме составляющих это восприятие элементарных зрительных ощущений. Из этого положения исходит теория гештальтпсихологии. Ее разрабатывал главным образом М. Вертхаймер.

Восприятие движения является, по М. Вертхаймеру, специфическим переживанием, отличным от восприятия самих движущихся предметов. Если имеются два последовательных восприятия объекта в различных положениях А и Б, то переживание движения не складывается из этих двух ощущений, но их соединяет, находясь между ними. Это переживание движения М. Вертхаймер называет «фи-феномен», оно не есть результат движения глаз или последовательных образов на центральной ямке, которыми хотели объяснить восприятие движения. В стробоскопических иллюзиях последовательные образы могут дать впечатление лишь от определенных положений предмета, но они не объясняют, почему воспринимается переход предмета из одной фазы в другую. Согласно точке зрения М. Вертхаймера, восприятие движения может возникать даже без восприятия предмета, который движется. Физиологическим субстратом «фи-феномена» является, по М. Вертхаймеру, «короткое замыкание» воли возбуждения в коре головного мозга, которое возникает вследствие первого и второго раздражений.

С позиций гештальтпсихологии было проведено несколько специальных работ по восприятию движения. Так, К. Дункер поставил перед собой такой вопрос: в силу каких условий при изменении пространственных отношений в поле нашего зрения одни из воспринимаемых объектов кажутся движущимися, а другие неподвижными? Например, почему нам кажется, что движется луна, а не облака? По К. Дункеру, движущимся воспринимается тот объект, который явно локализуется на некотором другом объекте: движется фигура, а не фон, на котором фигура воспринимается. Например, при фиксации луны среди облаков она воспринимается движущейся. Э. Оппенгеймер показал, что из двух предметов обычно движущимся кажется меньший. Движущимся также кажется тот предмет, который в течение опыта претерпевает наибольшие количественные или качественные изменения («принцип изменчивости»).

Как отмечает С.Л. Рубинштейн, вышеописанные опыты В. Кролика, как и эксперименты К. Дункера и Э. Оппенгеймера,

свидетельствуют, вопреки установкам этих экспериментаторов, вовсе не в пользу гештальтистских концепций. Восприятие движения фигуры на фоне, а не фона на фигуре возникает также на основе прошлого опыта, а не в силу каких-то формальных структурных закономерностей. Также на основе опыта складывается представление о том, что обычно движется меньшая фигура на большем фоне, а не большая на меньшем и что движущаяся фигура чаще изменяется, чем фон, который обычно остается неизменным. Таким образом, эти эксперименты представителей гештальтпсихологии выходят за пределы их собственных формалистических построений.

4.4. Индивидуальные различия в восприятии

В восприятии проявляются индивидуальные особенности людей, которые объясняются всей историей формирования каждой личности и характером ее деятельности. По индивидуальному восприятию различают два типа людей: аналитический и синтетический.

Для людей *аналитического типа восприятия* характерно внимание к частностям, деталям, отдельным признакам предмета или явления. Лишь затем они переходят к выявлению общих моментов. Люди *синтетического типа восприятия* проявляют больше внимания к целому, основному в предмете или явлении, иногда в ущерб восприятию частных признаков. Если люди первого типа более внимательны к фактам, то второго — к значению их. Однако многое зависит от знаний об объекте восприятия и от цели, стоящей перед человеком. Тип восприятия менее обнаруживается при произвольном восприятии и в тех случаях, когда перед человеком стоит цель сравнить два объекта.

Психологические исследования по выявлению типов восприятия убедительно показали, что одни испытуемые преимущественно выделяют абсолютные свойства предметов, а другие — преимущественно отношения между этими свойствами. Первое характерно для аналитического типа восприятия, второе — для синтетического. Для одних важное значение имеет сам факт или событие, а для других — как это происходило.

На восприятие влияют чувства, переживаемые человеком. Люди, отличающиеся повышенной эмоциональностью и впечатлительностью, гораздо чаще видят объективные факторы в

свете своих личных переживаний, своих симпатий и антипатий. Тем самым в описание и оценку объективных фактов они невольно приносят налет субъективизма. Таких людей относят к *субъективному типу восприятия* в отличие от людей *объективного типа восприятия*, для которых характерна большая точность и в отношениях, и в оценках.

4.5. Психологическое воздействие цвета

Психологическое воздействие цвета двояко. Во-первых, *первичное*, благодаря которому мы воспринимаем среду или предмет и получаем какое-то впечатление (легкость, тяжесть, тепло, влажность и др.). Во-вторых, *вторичное*, подсознательное, воздействующее через ассоциации. Последнее более индивидуально и накапливается в процессе приобретения жизненного опыта.

Существует ряд объективных ассоциаций, которые пришли из глубины веков, прочно закрепились в бессознательном человека и передаются генетически из поколения в поколение. Речь идет о связи оранжево-желтых цветов с солнцем, теплом и энергией, сине-голубых — с морем, небом, покоем. Это наложило отпечаток даже на культуру (в основном культура Европы, Северной и Южной Америки). Мы плохо представляем себе что-то спокойное красного цвета, сухое — сине-зеленого, а легкое, «воздушное» — коричневого.

Цвет плохо определяется в тех состояниях, когда сознание человека становится неустойчивым: например, при сильном страхе, тревоге, возбуждении, в полутьме или при ослепляющем свете. Именно поэтому свидетели разных происшествий или преступлений часто затрудняются в описании цвета одежды людей, предметов или обстановки.

Человек за многие тысячи лет своего существования научился бояться темноты, из которой на него обрушивались разные неприятности (враги, дикие звери и пр.). С темнотой связывались черный и темно-синий цвета. Эта ассоциативная связь вошла генетически в коллективное бессознательное людей, и поэтому данные цвета вызывают у них чувства страха, неуверенности и угнетенности. Яркие и светлые тона, наоборот, либо веселят (особенно близкие к солнечному свету оранжевый и желтый), либо успокаивают (как природные зеленый и голубой).

Человечество веками обрело четкое знание: день — время максимальной безопасности и действия, поэтому и цвета спек-

тра, связанные с ним, вызывают возбуждение, прилив сил и радость. Вечер, сумерки и особенно ночная темнота — время опасное, поэтому цвета, ассоциирующиеся с ним, вызывают ощущения тревоги, неуверенности и загадочности. Привычка к восприятию светлых тонов сверху, а темных — снизу тоже идет от природы: в ней всегда выше располагаются «легкие» голубой и желтый цвета, а темные — черный, коричневый, зеленый и красный — располагаются внизу.

Даже чисто физиологически глаз человека видит цвета при сильном и слабом освещении неодинаково (так называемый эффект Пуркилье): при сильном освещении в зрительном акте участвуют в основном колбочки глаза, которые максимально чувствительны к желтому цвету (день); при слабом освещении ведущую роль играют палочки глаза, максимально чувствительные к сине-зеленому цвету (ночь). Поэтому восприятие цвета в полутьме другое: красный цвет кажется очень темным, а голубой и зелено-голубой — очень светлыми.

Различают три вида воздействия цвета на человека: *физическое, оптическое и эмоциональное (психологическое)*.

Сначала рассмотрим воздействие ахроматических цветов.

Серый цвет нейтрален. Он вносит скромность и отгораживает от внешнего мира. Светлый и легкий вносит оттенок интеллигентности, ума. Его выбор предполагает готовность к контактам. Темный воздействует более полно и тяжело.

Белый цвет чистый, холодный. В зависимости от обстоятельств это — пустота или чистый лист. Его выбирают, если жизненный опыт приводит к разочарованию и скепсису или если есть желание освободиться от неприятностей. Белый — это расхождение и отражение.

Черный цвет — сгущение и поглощение. Он всегда — вызов, протест, скорлупа, за которой человек скрывается от внешнего мира. Характерный для экстремального поведения, он всегда значительный и таинственный. Физиологическое действие: угнетающее, давящее, тормозящее. Усиливает свойства любых цветов, находящихся рядом. Если белый создает дистанцию, то черный — барьер. Он наименее дружелюбен и коммуникабелен.

При физическом воздействии речь идет о воздействии цвета на физиологию человека. Объективное воздействие цвета подтверждено экспериментальным путем и зависит от количества цвета, качества цвета, времени воздействия, особенностей нервной системы, возраста, пола и других факторов. Непос-

редственным физиологическим действием на весь организм человека объясняются явления, вызываемые красным и синим цветами, в особенности при максимальной их насыщенности.

Красный цвет с примесью желтого, который придает ему оранжевый оттенок, возбуждает нервную систему, вызывает учащение дыхания и пульса и активизирует работу мускульной системы. Этот цвет является выражением жизненной силы, нервной и гуморальной деятельности, поэтому он имеет значение желаний и всех форм потребностей и стремлений. Ни один цвет не имеет столько полярных значений, как красный. Он повышает вегетативные функции: учащает дыхание и пульс, повышает давление. Соответствует быстро возбудимому темпераменту, категории современности. Его предпочтение говорит о стремлении и способности к активному действию, лидерству, борьбе либо о том, что человек просто не может сейчас позволить себе покой.

Когда же красный цвет отвергается, причиной может быть физическое и нервное истощение. Люди чувствительные к возбуждению, например, подростки или обитатели монастырей, воспринимающие свои сексуальные потребности как мучительный позыв, отрицают красный цвет. Причиной подобного отношения могут быть и неудачи в любви или перенесенный страх, угроза жизни. Красный цвет уменьшает дистанцию, объем, ускоряет время, повышает сексуальную активность (у мужчин), способствует появлению аппетита. Пища и напитки в присутствии красного кажутся слаще. Один красный цвет действует негативно.

В одежде красный цвет отражает импульсивность, готовность к действию, энергетический потенциал, авторитетность. Положительно воздействует, если составляет более 50 % всего внешнего облика. Выделяет лидера.

Предпочтение этого цвета говорит о том, что человек хочет, чтобы его деятельность приносила ему весь спектр переживаний и ощущений полноты бытия. Отвергаемый красный — в данных обстоятельствах этот цвет выступает для человека не в своем особом значении силы и могущества, но как нечто, представляющее угрозу. Поэтому отвергаемый красный означает поиск защиты от всего, что могло бы впоследствии взволновать, ухудшить положение или ослабить.

Синий цвет оказывает тормозящее действие на нервную систему. Символизирует полное спокойствие. Кровяное давле-

ние, пульс и частота дыхания снижаются, в то время как защитные механизмы работают, чтобы снова подзарядить организм. Предпочтение этого цвета говорит о том, что у человека есть потребность либо в эмоциональном спокойствии, покое, гармонии или удовлетворенности, либо существуют физиологические потребности в отдыхе, разрядке и возможности восстановления сил. Это может означать также покой в душе, спокойное поведение и заботу о том, чтобы делом жизни заниматься честно, не нарушая моральных норм. Отвержение этого цвета — неудовлетворенная потребность в эмоциональном наполнении.

Синий цвет — противоположность красного, он символизирует женское начало, горизонталь, левую сторону, спокойное течение. Цвет созерцания и медитации. В противоположность красному синий значительно снижает давление, частоту дыхания, снимает мышечное напряжение и хорошо действует на глаза. Снимает тревогу и возбуждение, уменьшает аппетит. Передозировка синего вызывает ощущение холода и рациональности, разворачивает человека вглубь себя, гипнотизирует, усиливает депрессию. Оптически он расширяет пространство; синие предметы кажутся более удаленными и тяжелее по весу.

Явное предпочтение синего цвета говорит о физическом или психическом переутомлении. Если его отвергают, значит потребность в покое и доверительных отношениях не удовлетворена и тревога, порожаемая этим фактом, не дает человеку расслабиться.

Желтый цвет — это нечто веселое и жизнерадостное. Основными чертами этого цвета являются его яркость, лучезарность и необоснованная жизнерадостность. Выражает несдержанную экспансивность, расслабленность или разрядку (от бремени, проблем, беспокойства или ограничений). Символически соответствует приему солнечного тепла, возвышенному сиянию Грааля, духу жизнерадостности и счастью. Выбор этого цвета говорит о желании освободиться и надежде на большее счастье. Желтый нацелен вперед, к новому, современному, развивающемуся и еще несформированному. Отвержение желтого цвета говорит о разбитых надеждах, о том, что человек столкнулся с пустотой, чувствует себя изолированным от других. Разочарование и отсутствие уверенности в возможности реализовать надежды выливаются в смятение. Если желтый не приемлем, значит существует разочарование и ощущение пус-

тоты и отгороженности. Он улучшает зрение, ускоряет восприятие, повышает аппетит, усиливает перистальтику. Миролюбие желтого уменьшает конфликтность, влечет к контактам, повышает интерес к внешнему миру. Много желтого цвета утомляет.

Фиолетовый цвет представляет собой смесь красного и синего. Объединяет импульсивность завоеваний красного и тихую капитуляцию синего, становясь образцом идентификации. Эта идентификация является чем-то вроде мистического союза, все, о чем человек думает и чего желает, должно стать реальностью. Предпочтение этого цвета может означать либо детскую незрелость, привнесенную во взрослую жизнь, либо нарушения функционирования щитовидной железы, либо потребность в чутком понимании со стороны партнера. А может быть просто желание человека, который ищет одобрения и признания своего обаяния и очарования или других замечательных свойств. Отвержение этого цвета говорит о том, что было подавлено желание мистической близости с другим человеком вследствие явной неосуществимости или неподходящих для этого условий. Проявляется умение понимать прекрасное, способность к независимым оценкам, склонность к научным занятиям. Хорошо действует на сердце и сосуды, улучшает сон. Занимающиеся простым трудом, находят этот цвет более симпатичным, чем интеллектуалы и люди искусства. Нормальным воспринимается интерес к фиолетовому у детей, пожилых людей, эстетов, будущих матерей, гомосексуалистов. Это цвет подавленной сексуальности. Предпочтение фиолетового цвета говорит о стремлении очаровывать, о чувственности, некоторой инфантильности и внушаемости. И чем рациональнее культура и сильнее страх потерять свою независимость, тем реже упоминается фиолетовый. Длительное воздействие вызывает состояние тоски.

Зеленый цвет — это цвет физиологического условия «гибкого напряжения». Психологически выражает себя как волевой акт в работе, как упорство и настойчивость. Указывает на постоянство воззрений, на константность самосознания и ставит высокую оценку «Я» во всех формах самоутверждения. Человек, выбирающий этот цвет, хочет, чтобы во всем торжествовали его собственные взгляды. В результате он возводит себя на пьедестал и приобретает склонность морализировать и поучать других. Он статичен, но не пассивен, представляет собой скорее потенциальную энергию, чем кинетическую. Чем больше

доля синего в зеленом, тем напряженнее, «холоднее», строже и устойчивее психологическое воздействие цвета. Чем более в нем желтого, тем легче, «теплее», расслабленнее и гармоничнее действует зеленый. Отношение к зеленому выражает отношение к себе.

Жесткий сине-зеленый предпочитают люди, предъявляющие к себе жесткие требования, обладающие сильной волей и последовательностью.

Чистый зеленый цвет абсолютно консервативен; его стремление — самоутверждение, уверенные манеры и признание окружающих. Такие люди обладают настойчивостью и поддержкой. Выбор зеленого — это стремление к доминированию своих взглядов и убеждений, чтению морали, признанию. Тот, кто не любит зеленый цвет, хочет того же, но уставший от неприятия, освобождается от напряжения, вызываемого этим цветом. Зеленый цвет хорошо действует на нервную систему, глаза, обладает болеутоляющим и гипнотическим свойствами, повышает работоспособность, но ненадолго.

Предпочтение зеленого — желание произвести впечатление. Для человека важно, чтобы его признавали, важно сохранять свой образ действия и поступать по-своему, вопреки возможному сопротивлению. Отвержение этого цвета говорит о том, что человеку дали понять, что его достоинства не так велики, что приводит к возникновению напряжения и причиняет страдания. Появляется тревога, возникающая вследствие стремления освободиться от напряжения, вызванного непризнанием.

Коричневый цвет получен смешением оранжевого и черного, и отношение к нему информирует об отношении к собственному здоровью, о значении семейного очага. Среди его приверженцев есть два типа людей: очень простые, послушные, сосредоточенные на телесных ощущениях и излишне эмоциональные, чувствительные, творческие. Коричневый как будто приземляет их, улучшая контакт с окружающими. Тот, кто отвергает его, игнорирует состояние своего тела. Длительное пренебрежение приводит к истощению.

Голубой цвет очень комфортен, он успокаивает и утешает. Голубой вызывает ощущение благополучия. Он ассоциируется с постоянством и задумчивостью, верностью, надежностью и честью. Голубой является холодным цветом, что отвлекает от него внимание, в отличие от теплых красных и желтых цветов, мгновенно привлекающих всеобщие взгляды.

Темно-синий цвет считается деловым, профессиональным и авторитетным. Но этот же цвет может оказаться совершенно неформальным. Яркий кобальт — сочетание синего и красного — считается глубоким, интригующим и возбуждающим. Голубое небо кажется нам восхитительным, синее море — успокаивающим и радующим глаз.

Бирюзовый и сапфировый цвета считаются смелыми. Однако синий и голубой не так безопасны, как может показаться на первый взгляд. Голубой цвет довольно пассивен. Он часто воспринимается как скучный или меланхоличный, подавляющий или депрессивный.

Красный, желтый, оранжевый цвета являются цветами экстраверсии, т. е. импульса, обращенного наружу. *Синий, фиолетовый, зеленый цвета*, напротив, для пассивной интроверсии и импульсов обращенных внутрь. *Оранжевый и красный цвета*, возбуждая попутно со зрительным и слуховой центр мозга, вызывают кажущееся увеличение громкости шумов. Не лишено основания, что эти активные цвета часто называют «кричащими». *Зеленый и синий*, успокаивающие цвета, ослабляют возбуждение слухового центра, т. е. как бы ослабляют или компенсируют громкость шумов. *Желто-коричневый цвет* кажется сухим, *зеленовато-синий* — влажным, *розовый* — сладким, *красный* — теплым, *фиолетовый* — тяжелым, *желтый* — легким. Это действие цвета нельзя объяснить ассоциациями. Оно вызвано синестезией, т. е. возбуждением одного органа чувств при раздражении другого.

Факторы, влияющие на воздействие цвета. Изучая воздействие цвета, необходимо учитывать тот важный факт, что цвет воздействует не сам по себе, а в зависимости от конкретного характера и места его применения. Факторами, влияющими на воздействие цвета, являются:

- освещенность;
- отражение соседних цветов;
- противопоставление цветов;
- положение цвета в пространстве;
- относительные величины;
- форма;
- цвет фона.

Освещенность меняет интенсивность цвета и, следовательно, потенциал его психологического воздействия. Так, увеличение освещенности голубой стены усиливает ощущение спо-

койствия. При изменении освещения интенсивность цвета также меняется, поэтому цветная картина при дневном свете выглядит несколько иначе, чем при искусственном и особенно при люминесцентном освещении.

Отражение соседних цветов также меняет данный цвет. Результат, которого ждут от определенного цвета, может не проявиться, так как его цветовой тон способен полностью измениться от воздействия отражения. Нужно предвидеть подобные неизбежные и иногда непоправимые явления. К примеру, эта проблема может возникнуть, когда стены одной комнаты красятся в разные цвета.

Противопоставление цветов — старая и хорошо известная проблема. Следует изучить нервные реакции при одновременном восприятии двух или нескольких цветов. Узнать, например, будут ли красный и голубой одинаковой интенсивности нейтрализоваться для человека, который воспринимает их противоположное воздействие, или один из них будет доминировать и, следовательно, гасить другой. Здесь в дело вступает темперамент, так как нервный человек может страдать от красного, а сангвник будет чувствовать приятное воздействие голубого.

Положение цвета в пространстве имеет большое значение, так как тон может приобретать различный психологический смысл в зависимости от того, где он употреблен: около потолка или пола, широкими или узкими полосами, на горизонтальных или вертикальных плоскостях. Светло-желтый пол вызывает мысль о хрупкости и беспокойстве, тогда как тот же тон на верху стен вызывает мысли о свете, о большом пространстве.

Относительные величины плоскостей разного цвета также играют большую роль. Подбор цветов для ансамбля без учета этого обстоятельства может привести к результатам, диаметрально противоположным тем, на которые рассчитывали. Достаточно подумать о красной вазе, вырисовывающейся на фоне белой стены, или, наоборот, о белой вазе на фоне красной стены. Яркий тон в малых количествах подобен соли в пище: соль в большом количестве портит вкус блюда, а цвет нарушает гармонию.

Форма окрашенной поверхности (цветового пятна) также играет известную роль. Один и тот же цвет оказывает разное воздействие в зависимости от того, каковы его контуры — мягкие или резкие, и это независимо от впечатления, связанного с формой.

Цвет фона также является важным фактором в психологическом восприятии цвета. Сущность этого явления состоит в том, что при снижении яркости ахроматического цвета на хроматическом фоне приобретает окраску дополнительного хроматического тона.

Таким образом, цвет оказывает определенное психофизиологическое влияние на человека, проявляющееся в его тонизирующем (или угнетающем), информационном и регулирующем воздействии. Поэтому при проектировании рабочей и бытовой среды следует учитывать рассмотренные влияния цвета на человека. Так, например, чтобы улучшить вид длинного, но узкого помещения, можно окрасить его торцовые стены в иные цвета, нежели боковые. Окраска дальней стены помещения в один из отступающих цветов (зеленый, синий, голубой) создаст ощущение его удлинения. Для создания иллюзии сокращения длинного помещения дальнюю стену окрашивают в один из выступающих цветов (красный, оранжевый, желтый). Аналогичным образом может быть достигнут психологический эффект «снижения» или, наоборот, «подъема» потолка помещения. При повышенной температуре помещения рекомендуется использовать цвета холодных тонов, а при пониженной — цвета теплых тонов.

Вопросы для самоконтроля

1. Понятие о восприятии.
2. Общие закономерности восприятия.
3. Иллюзии: их сущность и различные проявления.
4. Классификация восприятия.
5. Виды восприятия и их основные свойства.
6. Восприятие человека человеком.
7. Особенности восприятия линейной и воздушной перспективы.
8. Восприятие величины формы и объемности предметов.
9. Восприятие времени и движений.
10. Индивидуальные различия в восприятии.
11. Особенности психологического воздействия цвета.

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, вычленив 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 будущее, 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. *hupo* — 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.

Мишени — 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.

Оптимум 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).

Оптимум 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, вызываемыми 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. <i>Mysterium coniunctionis</i> (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