

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

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

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

**Минск
«Современная школа»
2009**

УДК 159.9(075.8)
ББК 88я73
В17.

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

Вайнштейн, Л. А.

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

ISBN 978-985-513-428-3.

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

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

УДК 159.9(075.8)
ББК 88я73

Учебное издание

Вайнштейн Л.А.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Учебник

Редактор *О.В. Федькова*

Компьютерная верстка *О.Ю. Соловей*

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

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

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

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

Ул. П. Глебки, 11, 220104, Минск.

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

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

ISBN 978-985-513-428-3

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

© Издательство «Современная школа», 2009

ПРЕДИСЛОВИЕ

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

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

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

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

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

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

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Глава 15. ПОТРЕБНОСТИ И МОТИВЫ

15.1. Понятие потребности

Большинство психологов разделяют точку зрения о том, что потребность выполняет функцию побуждения активности (поведения, деятельности) человека. И это, пожалуй, единственное, что их объединяет. Понимание сущности потребности и ее роли в мотивации человека — вот что является «яблоком раздора».

Потребность как нужда. Согласно справочной литературе слово «нужда» имеет два значения: 1) *недостаток* чего-то необходимого (дефицит); 2) *потребность, надобность* в чем-нибудь.

В психологии нужда чаще всего понимается как дефицит, нехватка чего-то в организме животного или человека и именно в таком значении она интерпретируется как потребность. В принципе, при таком толковании понятие «потребность» кажется всего, что является нужным для организма, но чем в данный момент он не обладает (Д.Н. Узнадзе).

Вместе с тем потребности человека связаны не только с дефицитом, но и с избытком чего-то вредного для нормального функционирования организма, в связи с чем и появляется потребность в ликвидации этого избытка. Например, речь идет о некоторых физиологических потребностях, знакомых каждому, когда необходимо «сходить по нужде». Потребность может появляться и в отношении психологических раздражителей, возникающих спонтанно, без предшествующего переживания дефицита, а из-за определенных характеристик появившегося объекта. Это было подробно изложено при рассмотрении особенностей эмоциогенных ситуаций.

В российской психологии наиболее распространенной является точка зрения, согласно которой потребность — это не сама нужда, а ее отражение в сознании человека. Так, К.К. Платонов пишет, что потребность — это психическое явление отражения объективной нужды в чем-либо организма (биологические потребности) и личности (социальные потребности).

Л.И. Божович считала, что в основе любого человеческого поведения лежат потребности, которые непосредственно побуждают индивида к активности. Однако потребность никак нельзя отождествлять с наличием объективно существующей нужды. Нужда, не отраженная в соответствующем переживании, не становится побудителем поведения. Поэтому под потребностью она понимала отражаемую в форме переживания (а не обязательно осознаваемую) нужду индивида в том, что необходимо для поддержания организма и развития его личности.

М.М. Филиппов рассматривает потребность как психический образ нужды.

Но и вопрос об отражении нужды в сознании решается психологами неоднозначно. У разных авторов результатом отражения являются различные психологические феномены: ощущение, переживания, состояние напряжения, испытываемая необходимость. С.Л. Рубинштейн писал, что конкретной формой существования потребности является эмоция. Многие психологи за потребность принимают предмет ее удовлетворения. У некоторых же потребность выступает сразу в нескольких качествах: как деятельность и как напряжение, как состояние и как свойство личности. Рассмотрим эти точки зрения.

Потребность как предмет удовлетворения нужды. Достаточно часто потребность рассматривается как отраженный в сознании человека предмет (объект), который может удовлетворить (устранить) нужду.

Многими потребностью считается не только психический образ предмета (объекта), но и сам предмет (объект). При данном толковании потребность как бы выносится за пределы психической жизни человека. Такой взгляд на потребность приводит к тому, что именно предметы рассматриваются как средство развития потребностей. Следуя этой логике, выходит, чем больше предметов окружают человека, тем больше у него потребностей. Однако это совсем не так. Думается, что речь должна идти, скорее, об *обогащении способов и средств удовлетворения потребности*, а не о появлении новых потребностей (Е.П. Ильин).

Потребность как отсутствия блага. Потребность как ценность. Основу этого подхода составляют понятия *сохранения и развития (совершенствования)* человека, научным и обыденным сознанием воспринимающиеся как проявления его благополучия. Поэтому для их обозначения используется термин *благо* (В.С. Магун). Им обозначаются состояния и процессы

субъекта и его внешней среды, которые являются *причинами* (факторами, условиями) сохранения и развития этого субъекта. Поскольку таких причин может быть много, а главное, что между ними существуют множественные причинно-следственные связи, вводится понятие *порядков*. При этом под благом первого порядка понимается, например, состояние сытости, под благом второго порядка — хлеб, затем — зерно, мельница, поле, на котором выращивают зерно, и так до бесконечности. *Состояние отсутствия блага* определяется как *потребность*. Находясь в таком состоянии, человек как бы требует восстановления своей нарушенной целостности (сохранности), или развития, или появления условий, обеспечивающих эти результаты. *Отсутствующее благо*, следовательно, будет выступать как *предмет потребности*. Итак, потребность в благом *X* — это состояние отсутствия блага *X*, а наличие блага *X* означает отсутствие потребности в нем.

Таким образом, потребности превращаются для человека в определенные ценности. Это дало повод утверждать, что удовлетворение потребности (и возникающая при этом удовлетворенность) не всегда приводит к исчезновению или ослаблению силы потребности, а наоборот, может приводить к ее усилению (В.С. Магун). Предполагается, что эту закономерность можно описать следующим образом:

$$\text{удовлетворенность} = \frac{\text{сила соответствующей потребности}}{\text{объем реально полученного блага}}$$

Это опровергает точку зрения о существовании обратной зависимости между силой потребности и удовлетворенностью: чем больше удовлетворяется потребность и снижается ее сила, тем большее удовлетворение испытывает человек. Однако данная зависимость была бы справедливой, если бы делимое (объем реально полученного блага) было постоянной величиной. В действительности же делимое (величина блага) изменяется, и это может привести даже к прямой зависимости между силой потребности и ее удовлетворенностью, т. е. чем больше удовлетворение, тем сильнее потребность, и наоборот, чем сильнее выражена потребность, тем большее удовлетворение испытывает человек. Таким образом, удовлетворенность может влиять на потребность двояко: *по мере роста удовлетворенности потребность в соответствующем благом может как ослабевать, так и усиливаться.*

Потребность как необходимость. В некоторых подходах потребность определяется как объективная необходимость (Б.Ф. Ломов). Однако, как уже отмечалось, нужда — это внутренняя необходимость. Следовательно, в данном случае потребность может отражать не только внешнюю, объективную, необходимость, но и внутреннюю, субъективную. В справочной филологической литературе необходимость трактуется как надобность обязательная, неизбежная, без которой не обойтись. Однако если соотносить потребность с любой надобностью вне конкретного временного отрезка, то это, как и в предыдущем случае, будет слишком абстрактно (Б.И. Додонов, П.А. Рудик). Например, организму, чтобы нормально развиваться, в принципе необходимы (нужны) белки, жиры, углеводы, соли, витамины. Но понимание и словесное обозначение этого является просто констатацией факта, обозначением знаний человека о зависимости его организма от этих веществ, но не обозначением нужды в них *в данный момент* и тем более *не переживанием* нужды в них. Нужность и нужда — разные вещи. Если *нужность* в каких-то веществах обеспечивается регулярно без нарушения внутреннего гомеостаза, то и *нужда* как особое, специфическое потребностное состояние не возникает. Для того чтобы необходимость отражала потребность, она должна стать для субъекта актуальной в данный момент, превратиться в нужду, чтобы человек захотел того, что ему необходимо. Но и в этом случае соотношения между необходимостью и потребностью могут быть разными, не всегда совпадающими. В жизни случается так, что человек не всегда хочет то, что ему необходимо, и в то же время он может сделать что-либо, не испытывая потребности. Например, человек может поесть «в прок», зная, что потом долго не представится такой возможности. Как отмечает Е.П. Ильин, это как бы удовлетворение *предвидимой* потребности, которая должна появиться в будущем, а по сути — предупреждение ее возникновения.

Необходимость может отражать и зависимость организма и личности от конкретных условий существования, от факторов внешней среды, существенных для собственного сохранения и развития. Именно так некоторые авторы и понимают потребность, т. е. как зависимость от чего-то. У Б.И. Додонова *потребность — это внутренняя программа жизнедеятельности индивида*, отражающая, с одной стороны, зависимость от усло-

вий существования, а с другой — необходимость выполнения этой программы для того, чтобы существовать.

Потребность как состояние. Довольно большое число психологов рассматривают потребность как состояние, в частности как состояние напряжения. Действительно, переживание нужды, как и само появление нужды, свидетельствуют об изменениях состояния организма и личности (нарушении гомеостаза). Другое дело, какое это состояние и является ли оно единственным выражением потребности, т. е. достаточно ли сказать, что потребность есть специфическое состояние организма и личности. Б.И. Додонов, называя переживание нужды потребностным состоянием, считает, что оно еще не потребность, так как не является первоисточником активности человека и вроде бы не выполняет свою главную функцию — побудительную. С его точки зрения, потребностное состояние лишь сигнализирует о том, что удовлетворение потребности натолкнулось на трудности или не может далее осуществляться без тщательной ориентировки во внешней ситуации, т. е. без активизации познавательной деятельности. Потребностное состояние заставляет искать причину «страдания», выяснять, чего человеку не хватает.

Исходя из этого И.А. Фурманов предлагает различать содержательный и динамический компоненты потребности. *Содержательный компонент* определяет предполагаемую направленность поведения опосредствованно через поставленную цель или принятое решение. *Динамический компонент* выполняет собственно побудительную функцию.

Заметим, что близкое к этому разделение потребностей имеется у Ш.Н. Чхартишвили, который различает два понятия: потребность и идею потребности. *Потребность* — это динамическое состояние данного момента конкретной личности, реальный процесс ее жизни. *Идея потребности* — это знание, отражающее потребность вообще, вне указания на какого-либо конкретного индивида. Поэтому она доступна не только тому, кто фактически имеет эту потребность, но и тому, кто никогда не переживал ее непосредственно. Обладание идеей потребности, по Ш.Н. Чхартишвили, не означает наличия самой потребности. Идея потребности лишена силы (энергии), нужной для возбуждения к действию индивида.

Следует различать словосочетания «испытывать (ощущать) потребность» (А. Пьерон, пишет, например, что испытывать потребность — это, в сущности, ощущать нехватку чего-либо),

«иметь потребность» (не осознавая ее) и «быть обладателем потребности», т. е. ее носителем как живым реактивным существом (наподобие того, как человек обладает разумом, способностями, психическими функциями и т. д., которые в данный момент вовсе не обязательно должны находиться в актуализированном состоянии). Следует иметь в виду, что для человека потребность является одной из *побудительных сил*, детерминирующей его активность (прежде всего психическую).

15.2. Потребности организма и личности

Различные точки зрения на феномен потребности содержат ряд умозаключений, которые необходимо учитывать при рассмотрении проблем мотивации.

Первое положение заключается в том, что потребность тесно связана с нуждой, понимаемой в широком плане как нужность, желанность чего-то, а не только как дефицит чего-то. Однако прямая аналогия потребности с нуждой недопустима вследствие того, что нужда организма отражает объективное состояние, а потребность личности связана с осознанием и пониманием нужды, т. е. имеет и субъективную сторону.

Второе положение состоит в том, что из потребности личности нельзя исключить потребностное состояние, отражающее возникновение нужды и служащее сигналом для человека о необходимости удовлетворения возникшего желания. Это состояние является *реакцией организма и личности* на воздействия внешней и внутренней среды, приобретающие для человека (в силу необходимости, привлекательности, валентности) личную значимость.

Третье положение заключается в том, что возникновение потребности личности является механизмом, запускающим активность человека на поиск и достижение цели (предмета или объекта), которая может удовлетворить эту потребность. Таким образом, потребность является необходимым звеном в процессе самосохранения и развития организма и личности.

Четвертое положение состоит в необходимости разделения понятий «потребность организма» и «потребность личности». Это важное обстоятельство обусловлено следующими закономерностями:

- не всякая нужда организма (органическая потребность, дефицит) осознается человеком и превращается в побуждение,

поэтому часть нужд организма (которые не отражаются в сознании) могут не превращаться в потребность личности;

- осознаваемые органические потребности (часто называемые *биологическими*) отражаются в сознании человека в виде ощущений и как переживание напряжения в виде желания разрядить это напряжение, а порой и усилить, если оно связано с положительными эмоциями. Поэтому потребность личности — это не просто осознание нужды в виде ощущения, это чаще всего *трансформированная в переживание и желание нужда*. Человек испытывает нужду не в белках, жирах и углеводах, а в пище, притом приготовленной определенным способом, не в кислороде, а в воздухе, во вдохе и т. д.

Акцентируя внимание на рассмотрении потребности личности как состояния, важно иметь в виду две ее стороны, выступающие в единстве: физиологическую (биологическую) и психологическую.

С *физиологической стороны* потребность, как уже отмечалось, является реакцией организма и личности на воздействие как внутренних раздражителей — *эндогенные потребности*, так и внешних (как приятных, так и неприятных, угрожающих) — *экзогенные потребности*. При этом переживаемое личностью актуальное потребностное состояние не всегда воспринимается как дискомфортное. Оно может быть и положительно эмоционально окрашенным, переживаемым как удовольствие, как предвкушение приятного (сладкая истома, сладостное томление).

Потребностное состояние связано:

- с возбуждением определенных чувствительных центров, реагирующих на воздействие того или иного раздражителя (назовем это *специфическим возбуждением*);

- возбуждением центров эмоций, например, удовольствия или неудовольствия (назовем это возбуждение *частично специфическим*, поскольку эмоции можно испытывать по поводу воздействия разных по модальности раздражителей);

- возбуждением, равно как и с напряжением, отражающим возникновение временного доминантного очага и требующего своего разрешения (назовем это *неспецифическим возбуждением*, поскольку в нем могут принимать участие неспецифические системы возбуждения — ретикулярная формация и гипоталамус).

Если потребность долго не удовлетворяется, то напряжение может перерасти в психическую напряженность.

С *психологической точки зрения* биологическая потребность представляет отражение в сознании этих видов возбуждения:

- специфическое возбуждение отражается *в виде ощущения возникшего отклонения от гомеостаза* (например, ощущение голода);

- частично специфическое — *в виде переживания приятного или неприятного* (комфорта или дискомфорта), а неспецифическое возбуждение — *в виде внутреннего напряжения и стремления (желания) усилить или устранить переживание*.

Итак, на основании вышеизложенного можно дать следующее определение потребности личности: *это отражение в сознании нужды (нужности, желанности чего-то в данный момент), часто переживаемое как внутреннее напряжение (потребностное состояние) и побуждающее психическую активность, связанную с целеполаганием*.

15.3. Этапы формирования и реализации потребности личности

Последовательное углубление отражения в сознании нужды (от возникновения ощущения до понимания его причины) свидетельствует о том, что образование потребности — это стадийный процесс.

В начале XX в. епископ Феофан писал: «В душе и теле есть потребности, к которым привились и потребности житейские — семейные и общественные. Эти потребности сами по себе не дают определенного желания, а только нудят искать им удовлетворения. Когда удовлетворение потребности тем или иным способом дано однажды, то после того вместе с побуждением потребности рождается и желание того, чем удовлетворена уже была потребность. Желание всегда имеет определенный предмет, удовлетворяющий потребность. Иная потребность разнообразно была удовлетворена, потому что с пробуждением ее рождаются и разные желания — то того, то другого, то третьего предмета, могущего удовлетворить потребность».

В этом смысле представляет интерес концепция, разработанная американским психологом К. Гольдштейном. Согласно его теории организм имеет постоянное среднее состояние напряжения, к которому он стремится вернуться всякий раз, когда наступает какое-либо отклонение в результате действия вне-

шних или внутренних факторов. Скорость этого процесса зависит как от потенциальных возможностей организма, так и от социальных условий. Примерно тот же принцип присущ и процессу ликвидации человеком ощущения нехватки чего-то путем удовлетворения потребностей.

Кроме того, чтобы ответить на поставленный вопрос, необходимо более подробно остановиться на механизме удовлетворения потребностей. Следует указать, что в динамике процесс удовлетворения потребностей проходит три стадии:

1) *стадию напряжения*, когда возникает ощущение объективной недостаточности в чем-либо. Для этой стадии характерно общее увеличение энергии потребности. Это выражается в возникновении некоторой внутренней напряженности, появлении эмоционального возбуждения. Процесс этот протекает по законам нервной доминанты (А. Ухтомский, Н. Введенский): возникновение сильного очага напряжения угнетает или ликвидирует другие напряжения, стягивая к себе всю их энергию. Здесь большую роль играет значимость объекта, потребление которого привлекает человека, его притягательная сила. Так, например, для подростка, имеющего потребность в физическом совершенствовании, занятия в секциях атлетической и ритмической гимнастики обладают различной привлекательностью, хотя занятия и в той, и в другой секциях могут удовлетворять его насущную потребность. В данном случае существенным для подростка может оказаться не обязательно практическая польза, развивающий эффект того или иного занятия, а, к примеру, его популярность в молодежной среде, доступность, полоролевая принадлежность (бытующий стереотип о том, что мальчик должен заниматься мужским занятием, т. е. качать мускулы);

2) *стадию оценки*, когда появляется реальная возможность обладания, например, определенным предметом и человек может удовлетворить свою потребность. Это стадия соотнесения объективных и субъективных возможностей удовлетворения потребностей. Почувствовав, что та или иная ситуация может удовлетворить потребность, человек начинает взвешивать имеющиеся в его распоряжении средства и способы действия, анализировать конкретные условия достижения цели. К субъективным возможностям относится в первую очередь оценка собственной готовности к действию, степень информированности и уверенности в вероятности удовлетворения потребности;

3) *стадию насыщения*, когда до минимума снижаются напряжение и активность. Эта стадия отличается разрядкой накопившейся напряженности и, как правило, сопровождается получением удовольствия или наслаждения.

Вместе с тем сам процесс реализации потребностей, как уже отмечалось ранее, в большинстве случаев индивидуален и в основном определяется тремя факторами:

1) *фактор конкретизации* означает, что каждая потребность удовлетворяется определенным способом. Число этих способов ограничено, так как человек отбрасывает неэффективные (не приносящие успеха, вредные для здоровья, заслуживающие отрицательной оценки окружающих) способы и ведет поиск более приемлемых, которые затем закрепляются, а впоследствии перерастают в индивидуальный стиль поведения. Это метод проб и ошибок;

2) *фактор ментализации* основывается на отражении в сознании содержания потребности или отдельных ее сторон. Возможность сознательного участия человека в конкретизации способов удовлетворения потребностей может существенно влиять на весь ход поведения. Например, человек предпринимает попытку тем или иным способом удовлетворить потребность; вдруг поняв, что его действия не приносят удовольствия и эмоционального комфорта, говорит себе: «Стоп! Это не мое. Поищу в другом месте, попробую иначе»;

3) *фактор социализации* означает соотнесение и подчинение потребностей определенным ценностям культуры, социальной среды. Осуждение одних способов действия и одобрение других в зависимости от нравственных норм, характерных для той или иной общности людей, предполагает существование унифицированной (порой стереотипной и жестко табуированной) системы способов удовлетворения потребностей.

Таким образом, осознанное поведение вообще предполагает активность человека с определенным намерением, направленным на удовлетворение насущных потребностей. Своеобразие же механизма реализации потребностей состоит в обязательном существовании реальной или идеальной (воображаемой) ситуации, в которой эти потребности удовлетворяются. Если такой ситуации не существует, то, как правило, человек начинает проявлять поисковую активность. Он или остужает пыл своих желаний, или активно ищет, или самостоятельно создает такие ситуации, которые способствовали бы максималь-

ному удовлетворению его потребности. В итоге только тогда, когда человек с той или иной потребностью попадает в определенную ситуацию, ведущую к ее удовлетворению, возникает соответствующее поведение.

15.4. Понятие мотива

Взгляды психологов на сущность мотива существенно разнятся. Однако, несмотря на разнообразие мнений, в основном психологи группируются вокруг следующих точек зрения на мотив как на побуждение, потребность, цель, намерение, свойства личности, состояния.

Мотив как потребность. Как уже отмечалось, многими психологами потребность рассматривается как *побудитель действий, деятельности, поведения человека.*

Трактовка потребности как *мотива* происходит прежде всего потому, что она объясняет в значительной степени, *почему* человек хочет проявить активность. В качестве обоснования этой точки зрения обычно приводятся следующие умозаключения:

- как только субъект переходит в состояние потребностного напряжения (нужды), начинается активность организма, направленная на высвобождение и трату энергии;
- чем выше напряжение потребности, тем интенсивнее побуждение.

Поэтому в случае, когда условия не позволяют удовлетворить потребность, энергия возрастает и проявляется во все увеличивающейся «нецеленаправленной», «спонтанной», «общей» активности человека. Такое представление о детерминации активности господствовало в экспериментальной психологии в течение нескольких десятилетий, получило экспериментальное подтверждение и сохраняется у многих авторов сегодня.

Вместе с тем ряд исследований доказывает, что:

- потребностное напряжение не влияет на изменение активности, а вызывает лишь снижение порога ответа на внешние стимулы;
- может наблюдаться стабилизация либо снижение активности при повышении потребностного напряжения и увеличение активности лишь в ответ на внешнюю ситуацию;
- может происходить не только снижение общей активности, но и изменение ее структуры. На основании чего Ж. Нют-

тен (1975) высказал мнение, что активность, вероятно, никогда не является «общей», «ненаправленной»;

- активность скорее всего вызывается лишь определенным стимулом и наличными, находящимися под рукой способами действия с ним.

Таким образом, из изложенного выше следует, что потребность (нужда) часто не приводит прямо к активности по устранению нужды, а лишь создает повышенную чувствительность к воздействию соответствующих ей внешних раздражителей. При этом возникает состояние «оперативного покоя» (А.А. Ухтомский), отражающее появление доминантного очага возбуждения в соответствующих мозговых центрах.

Мотив как цель (предмет удовлетворения потребности). Цель — это то, к чему стремятся, и то, что надо осуществить. Поэтому целью могут являться как предмет, объект, так и действие.

Предмет удовлетворения потребности рассматривают как цель тогда, когда предметы становятся объектами желаний и возможными целями действий субъекта, когда он включает их в практическое осознание своего отношения к потребности (С.Л. Рубинштейн, 1946). Примерно эту же точку зрения имел в виду А.Н. Леонтьев и сторонники, когда отстаивали представление о предмете, способном удовлетворить потребность, как о мотиве. В частности, А.Н. Леонтьев (1972) подчеркивал, что термин «мотив» употребляется им не для обозначения переживания потребности, а как обозначающий то объективное, в чем эта потребность конкретизируется в данных условиях и на что направлена деятельность. Воспринимаемый (представляемый, мыслимый) предмет приобретает свою побудительную функцию, т. е. становится мотивом. Следует отметить, что мотивом деятельности он называл как идеальный (представляемый) предмет потребности, так и материальный.

По А.Н. Леонтьеву, направленность побуждению придает именно предмет, объект. Более того, «опредмечивание потребности» придает этому побуждению *смысл*. В итоге, по существу, побудителем деятельности выступает как бы не сам предмет, а *его значение для человека*. Исходя из этого, становится понятной идея о «сдвиге мотива на цель», когда побуждает к деятельности уже не желание завладеть предметом, а выполнение самого действия (вследствие пробуждения к нему интереса), получение от него удовольствия. Подобную точку зрения выска-

звал и Г. Олпорт (1937), когда формулировал принцип функциональной автономии: первоначально инструментальные действия, выполняющие вспомогательную роль как средства, могут приобретать самостоятельную (интринсивную) привлекательность. По существу, речь идет о приобретении действием самостоятельного смысла (и поэтому точнее было бы сказать, что на цель сдвигается не мотив, а смысл).

Схожую позицию занимает также и С.П. Манукян (1984), утверждая, что определенные предметы и явления (объекты) связывают потребность с конкретным предметным содержанием. Это содержание каждый раз *актуализирует* данную потребность, если человек встречается с этим объектом или, образ предмета по каким-то причинам воспроизводится в сознании. Значит, делает вывод С.П. Манукян, не собственно сама потребность вызывает деятельность, направленную на удовлетворение потребности, а предмет потребности или его образ.

Мотив как побуждение. Многими психологами мотив трактуется как побудительная (движущая) сила, как побуждение. Такое расширенное толкование понятия привело к тому, что за мотив стала приниматься любая причина, вызывающая побуждение, а не только само побуждение. Отсюда мотивами стали именоваться любые стимулы, а слова «побудитель» и «побуждение» стали синонимами. При этом в качестве мотива рассматриваются как внешние стимулы, так и объекты, лишь представляемые или воображаемые. Таким образом, побудителей (детерминант) поведения может быть много, и они могут быть как внешними, так и внутренними (например, боль).

В западной психологии распространенным решением вопроса такого деления является различение способа (как?) и причины (почему?) поведения: к мотивации относят только причины. Считается, что мотивация отвечает за стратегическую направленность поведения на цель, тогда как способ поведения, его тактическая реализация определяются не причиной, а опытом и научением.

Другим важным моментом детерминации является *разграничение побуждения и стимула*. Детерминирована не только и не столько физиологическая реакция, сколько психическая, затрагивающая высшие уровни психической регуляции, связанная с осознанием стимула и приданием ему той или иной значимости. Только после этого у человека может появиться желание или осознание необходимости реагировать на стимул тем

или иным способом, определяется цель и появляется стремление к ее достижению. Вследствие этого считается, что мотив — это не любое возникшее в организме человека побуждение (понимаемое как состояние), а *внутреннее осознанное побуждение, отражающее готовность человека к действию или поступку*. Таким образом, стимул вызывает (побуждает) действие или поступок не прямо, а опосредствованно, через мотив: побудителем мотива является стимул, а побудителем действия или поступка — внутреннее осознанное побуждение, т. е. собственно мотив.

Мотив как намерение. К. Левин (1969) понимал намерение как такой волевой акт, который создает ситуации, позволяющие человеку положиться на действие внешних стимулов так, что выполнение намеренного действия становится уже не волевым действием, а чисто условно-рефлекторным. Если, например, человек решает выполнить какое-либо действие, то он устанавливает соответствующую связь между предметом (объектом) и своим действием. В этом случае намерение похоже на потребность (он называет ее *квазипотребностью*). Созданная связь дальше будет действовать автоматически, на манер естественной потребности. Намеренность и основывается на том, пишет К. Левин, чтобы создать действие, вытекающее из непосредственного требования вещей (окружающего поля).

Л.И. Божович намерения рассматривала в качестве побудителей поведения в тех случаях, когда принимаются решения. При этом она отмечает, что намерения возникают на базе потребностей, которые не могут быть удовлетворены прямо и требуют ряда промежуточных звеньев, не имеющих своей собственной побудительной силы. В этом случае они выступают в качестве побудителя действий, направленных на достижение промежуточных целей.

Достаточно распространено мнение о том, что намерение формируется тогда, когда цель деятельности отдалена и ее достижение отсрочено, и что оно является результатом влияния потребности, с одной стороны, и интеллектуальной активности человека (связанной с осознанием средств достижения цели) — с другой. Таким образом, в намерении подчеркивается интеллектуальная сторона возникающего побуждения, приводящая к принятию человеком решения.

Хотя ни в одной работе намерение не отождествляется прямо с мотивом и не рассматривается их соотношение, признание за намерением побудительной силы указывает на то, что

оно самым тесным образом связано с мотивацией и мотивом. Намерение подчеркивает устремление человека в будущее, его замысел, предположение, готовность что-то сделать, осмысленность принимаемого решения. И наоборот, если человек сделал что-то без всякого намерения (т. е. без определенной цели, неумышленно, ненарочно, случайно), то это указывает на отсутствие предварительного осмысления действия и его последствий. Таким образом, *в намерении наиболее ярко проявляется смысл предполагаемых действий и поступков, их произвольный характер.*

Мотив как устойчивые свойства (личностные диспозиции). В западной психологии бытует точка зрения, что мотив — это устойчивые характеристики личности. Устойчивые (диспозиционные) и переменные факторы мотивации (М. Мадсен, 1959), устойчивые и функциональные переменные (Г. Мюррей, 1938), личностные и ситуационные детерминанты (Дж. Аткинсон, 1964) рассматриваются как критерии разделения мотива и мотивации. Считается, что устойчивые характеристики личности обуславливают поведение в такой же степени, как и внешние стимулы. Личностные диспозиции (предпочтения, склонности, установки, ценности, мировоззрение, идеалы) принимают участие в формировании конкретного мотива. Ряд отечественных психологов (К.К. Платонов, В.С. Мерлин, М.Ш. Магомед-Эминов) тоже считают, что в качестве мотивов, наряду с психическими состояниями, могут выступать и свойства личности.

Многие личностные свойства (диспозиции) часто сами являются потребностями, например стремление к деятельности, к наслаждению, потребность в новых впечатлениях, либидо, потребность в самосохранении, в знаниях, стремление к самоуважению, творчеству, художественная потребность. В то же время устойчивые свойства личности (интересы и склонности, предпочтения и идеалы, установки и мировоззрение) могут оказывать влияние на принимаемые человеком решения, т. е. свойства личности могут быть включены в основание действий и поступков человека.

Мотив как состояние. Такой подход предлагает *мотивом называть особое состояние человека, заставляющее его действовать или бездействовать.* Е.Р. Хилгард (1957) считает, что мотивом является любое состояние организма, которое имеет влияние на его готовность к началу или продолжению определен-

ного поведения. Некоторые авторы за мотивы принимают эмоции, ведь они по существу тоже являются состояниями.

Конечно, трудно оспаривать мнение, что побуждение к действию или поступку может быть обусловлено возникновением того или иного состояния. Ведь переживание нужды (как одного из компонентов потребности личности) также является состоянием, и именно это переживание дает толчок к проявлению человеком психической и физической активности. Однако свести мотив только к состоянию так же неправомерно, как и принять за мотив нужду.

Мотив как формулировка. В распространенном определении мотива как психического процесса, который изнутри стимулирует человека к постановке цели и принятию соответствующих средств действия, К. Обуховский (1972) заменил слово «процесс» словом «формулировка». С его точки зрения, *мотив — это формулировка цели и средств.* Он намеренно сужает понятие «мотив», не включая в него побудительные факторы, связанные с состоянием напряжения как следствием потребности. За мотивом оставляется только содержательная сторона (мотив как довод, аргумент, который может быть приведен и другим человеком, поэтому мотив можно внушить). К. Обуховский (1972) рассматривает мотив как фактор, который дает возможность человеку сформулировать решение о начале деятельности. Если человек не сформулировал мотив совершенного или совершаемого действия, это практически означает только то, что он не имел мотива действия и, следовательно, действие его было немотивированным. Таким образом, формулировка помогает человеку уяснить цель действия и дает возможность принять решение о начале действия.

Несомненным достоинством точки зрения К. Обуховского на мотив является то, что она акцентирует внимание на осознанности цели и средств ее достижения, и это сближает ее с пониманием В.Н. Мясищевым (1957), И.В. Имедиадзе (1989) и другими авторами мотива как основания своего действия и поступка. Однако нельзя не видеть и ограниченность такого понимания мотива только как толкования, объяснения причины действия, лишённого энергетического потенциала.

Мотив как удовлетворенность. Удовлетворенность в качестве мотива рассматривалась В.Г. Асеевым (1976), А.Г. Ковалевым (1969) и П.М. Якобсоном (1969).

Удовлетворенность следует отличать от понятия «удовлетворение». Удовлетворение является следствием достижения цели — удовлетворения потребности. *Удовлетворение* — это эмоциональное состояние, возникающее вследствие реализации мотива. Поэтому удовлетворение не может быть ни самим мотивом, ни влиять на его формирование, как следствие не может быть причиной самого себя.

Под *удовлетворенностью* понимается отношение к выполняемой деятельности, образу жизни. *Удовлетворенность* выполняет долгосрочную оценочную функцию, поэтому она является положительным оценочным отношением, а *неудовлетворенность* — отрицательным. На основании положительного отношения к своей деятельности человек имеет долгосрочную мотивационную установку на ее выполнение. Таким образом, удовлетворенность выступает одним из факторов, влияющих на принятие решения о продолжении деятельности, но не более того. Удовлетворенность, скорее, усиливает мотив, а не является его непосредственным побудителем. Она может служить основанием, т. е. содержательной стороной мотива, объяснять, почему человек занимается данной деятельностью столь длительное время. Однако мотивирующее воздействие удовлетворенности оказывает не всегда. Например, самоуспокоенность достигнутым результатом может снижать силу мотива.

Таким образом, подводя итоги, можно заключить, что *мотивация* — это внутренняя детерминация поведения и деятельности, которая, конечно же, может быть обусловлена и внешними раздражителями, окружающей человека средой. Но внешняя среда воздействует на человека физически, в то время как мотивация — процесс психический, преобразовывающий внешние воздействия во внутреннее побуждение.

15.5. Мотивационный процесс

Одни мотивы, побуждая деятельность, вместе с тем придают ей личностный смысл; эти мотивы называются *смыслообразующими*. Другие, сосуществующие с ними и выполняющие роль побудительных факторов (положительных или отрицательных), порой остро эмоциональных, аффективных, лишены смыслообразующей функции; условно их называют *мотивами-стимулами*.

Появление того или иного стимула создает предвидение возможного удовлетворения, которое запускает и поддерживает последовательность актов, направленных на цель. Такими стимулами могут быть:

- влечения;
- аффекты (эмоции);
- внутренняя потребность в чувствах компетентности и уверенности в себе.

Предвидение возможного удовлетворения заставляет человека ставить себе цели, которые, как он ожидает, приведут к вознаграждению и, таким образом, к удовлетворению, предположение о котором возникло раньше. Цель обеспечивает направление поведения, которое заканчивается при достижении цели. Внутренняя мотивация по сути и есть состояние уверенности в достижении цели и удовлетворении потребности.

На внутреннюю мотивацию влияют следующие условия или ситуации:

- внутренняя мотивация снижается при переходе причин (условий, событий), вызвавших эту мотивацию, от внутренних к внешним;
- внутренняя мотивация увеличивается с усилением уверенности человека в своих силах;
- положительная обратная связь (одобрение или похвала) усиливает внутреннюю мотивацию у мужчин и снижает у женщин, ибо контролирующий аспект положительной обратной связи играет для женщин большую роль, чем для мужчин.

Различные предметы и объекты окружающего мира могут иметь как положительную (иметь какой-то личностный смысл или быть эмоционально привлекательными), так и отрицательную (быть субъективно абсолютно бессмысленными и отталкивающими) валентность.

Мотивационная притягательность может обеспечиваться:

- удовольствием от самого процесса удовлетворения потребности, т. е. совершением действий, способствующих достижению цели;
- самим результатом деятельности (овладением желаемым предметом или объектом);
- вознаграждением за деятельность (переживанием удовольствия, получением каких-то благ, преимуществ и т. д.);
- избеганием санкций, которые грозят в случае уклонения от деятельности или недобросовестного ее исполнения.

Мотивация «избегания» может возникать, когда:

- сам по себе процесс деятельности человеку неприятен, тягостен;
- отталкивает тот результат, к которому должна привести деятельность;
- вознаграждение предлагается за отказ от деятельности;
- за данную деятельность грозит наказание или за нее приходится дорого платить самому деятелю.

Кроме того, мотивы поведения могут быть как неосознаваемыми (инстинкты и влечения), так и осознаваемыми (стремления, желания, хотения). Реализация того или иного мотива тесно связано с волевым усилием (произвольность/непроизвольность) и контролем за поведением.

Инстинкт — это 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.).

Влечение наиболее характерно для детей очень раннего возраста. Влечение самым тесным образом связано с элементарными чувствами удовольствия и неудовольствия. Всякое чувство удовольствия связано с естественным стремлением к поддержанию и продолжению этого состояния, что особенно заметно, когда по тем или другим причинам чувственное наслаждение прерывается. Тогда ребенок начинает проявлять состояние большего или меньшего беспокойства. Всякое неприятное чувство сопровождается естественным стремлением избавиться от его источника. Так как характерной особенностью влечения, при всей его неосознанности, является его активный характер, оно должно рассматриваться как исходный момент развития воли. Влечения в их чистом виде свойственны младенческому возрасту, когда потребности сильны, а сознание еще слабо и неразвито.

Стремление — это первичное побуждение, чувственное переживание потребности. По мере развития сознания ребенка его влечения начинают сопровождаться вначале пока еще смутным, а затем все более ясным сознанием переживаемой потребности. Это происходит в тех случаях, когда бессознательное влечение к удовлетворению возникшей потребности наталкивается на препятствие и не может осуществиться. В таких случаях неудовлетворенная потребность начинает осознаваться в

виде стремления к более или менее определенному предмету или объекту, с помощью которого эта потребность может быть удовлетворена.

Желание характерной своей особенностью имеет ясное и определенное представление цели, к которой стремится человек. Желание всегда относится к будущему, к тому, чего еще нет в настоящем, что еще не наступило, но чем мы хотели бы обладать или что хотели бы сделать. При этом пока еще отсутствуют или имеют весьма смутную форму представления о средствах, с помощью которых можно достигнуть отчетливо поставленной цели.

Хотения являются более высокой стадией в развитии мотивов действий, когда к представлению цели присоединяется представление и о средствах, с помощью которых эта цель может быть достигнута. Это позволяет составить более или менее твердый план для достижения поставленной цели. По сравнению с простым желанием хотение имеет более активный, деловой характер: в нем выражено намерение осуществить действие, стремление с помощью определенных средств добиться поставленной цели. Само представление цели становится более определенным и конкретным, более реальным, чему в немалой степени содействует выраженное в хотении знание конкретных средств и путей достижения цели.

Вопросы для самоконтроля

1. Основные подходы к определению понятия «потребность».
2. Функции содержательного и динамического компонентов потребности.
3. Потребность с физиологической и психологической точек зрения.
4. Основные стадии процесса удовлетворения потребности.
5. Факторы, от которых зависит процесс реализации потребностей.
6. Подходы к пониманию сущности понятия «мотив».
7. Случай, согласно концепции А.Н. Леонтьева, когда предметы становятся мотивами деятельности человека.
8. Критерии для разграничения понятий «мотив» и «мотивация».
9. Личностные диспозиции, выступающие в качестве мотивов поведения и деятельности человека.
10. Неосознаваемые и осознаваемые мотивы поведения.

ГЛОССАРИЙ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Валентность — привлекательность, притягательность чего-либо.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Восприятие объектов — построение целостных образов объектов материальной действительности.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Гипоталамус (от греч. *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.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Мышление — психический процесс опосредованного и обобщенного познания объективной действительности.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Ощущения тактильные — ощущения прикосновения.

Ощущения температурные — ощущения холода и тепла.

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

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

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

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

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

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

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

Память образная — память на представления.

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

Память произвольная — целенаправленное запоминание с помощью волевых усилий.

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

Память эмоциональная — память на эмоции и чувства.

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

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

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

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

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

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

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

Поведение — внешне наблюдаемые действия.

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

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

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

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

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

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

Порог восприятия — минимум признаков, необходимых для опознания объекта.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Речь эгоцентрическая — речь, обращенная к самому себе.

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

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

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

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

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

Сенсорный ряд — диапазон ощущений.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Узнавание — воспроизведение информации при ее повторном восприятии.

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

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

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

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

Фонематический слух — способность различать звуки речи.

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

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

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

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

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

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

Чувствительность — способность человека иметь ощущения.

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

мотивационно-потребностную и личностную значимость для человека.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Электромиограмма (ЭМГ) – регистрация биопотенциалов мышц человека.

Электроокулограмма (ЭОГ) – регистрация электрической активности глазных мышц.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ЛИТЕРАТУРА

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

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

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

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

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

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

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ