

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

Факультет начального образования

Кафедра педагогики и психологии начального образования
(рег. № УМ 27-1-10-2023)

СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой

 В.Г.Игнатович

23 июня 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета



Д.В.Жданович

27 июня 2023г.

ЭЛЕКТРОННЫЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

для специальности
6-05-0112-02 Начальное образование

Составители:

Толкач Наталия Михайловна, старший преподаватель;

Хомчик Марина Александровна, старший преподаватель

Рассмотрено и утверждено
на заседании Совета БГПУ

29.06

2023г., протокол № 10

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1.ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	6
1.1 РАЗДЕЛ «ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ».....	6
1.1.1 Психология как область научного знания	6
1.1.2 Психика и сознание человека	26
1.1.3 Психологическая теория деятельности.....	50
1.2 РАЗДЕЛ «ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ»	63
1.2.1 Сенсорно-перцептивная сфера человека	63_
1.2.2 Внимание.....	76
1.2.3 Память	79
1.2.4 Мышление и речь	88
1.2.5 Воображение.....	102
1.3 Раздел «ПСИХОЛОГИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ».....	111
1.3.1 Темперамент	111
1.3.2 Характер	124
1.3.3 Эмоции и чувства	134
1.3.4 Воля	145
1.3.5 Способности	154
2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	161
2.1.Методы исследования в психологии.....	161
2.2. Структура сознания и его основные психологические характеристики	169
2.3 Навыки, умения и привычки, их характеристика.	172
2.4 Виды восприятия и их характеристика.....	174
2.5 Формирование и развитие внимания	186
2.6 Индивидуальные особенности и различия процессов памяти	193
2.7 Речь как средство общения и обобщения.....	199
2.8 Индивидуальные особенности мышления и речи.	202
2.9 Творческое воображение как отражение личности человека.....	206
2.10 Типология темпераментов и их характеристика.....	209

2.11 Акцентуации характера, их учет в воспитании и обучении	215
2.12 Развитие эмоционально-личностной сферы человека	217
2.13 Возрастные особенности произвольной активности.....	230
2.14 Индивидуальные различия в способностях и их развитие в деятельности	234
3. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ.....	241
3.1. Вопросы к зачету по учебной дисциплине «Общая психология»	241
3.2. Тест-контроль по учебной дисциплине «Общая психология».....	242
4. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	262
4.1. Темы рефератов по учебной дисциплине «Общая психология»	262
4.2. Литература по учебной дисциплине «Общая психология».....	263
4.3.УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»	264

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психологические знания и умения являются структурным компонентом профессиональной компетентности учителя. Изучение учебной дисциплины «Общая психология» является важнейшей частью системы подготовки к профессиональной деятельности студентов специальности «Начальное образование».

Систематическое изучение психологии способствует расширению и углублению психологических знаний и умений студентов педагогического университета, пониманию общих, индивидуальных и возрастных закономерностей развития психики учащихся, служит основой для формирования теоретической, практической и психологической готовности к работе в школе, способствует повышению эффективности обучения и воспитания. Знание условий и механизмов становления и совершенствования личности на разных этапах онтогенеза помогает учителю не только следовать логике этих условий в образовательном процессе, но специально создавать и организовывать данные условия.

Содержание электронного учебно-методического комплекса (ЭУМК) по учебной дисциплине «Общая психология» соответствует современному уровню развития представлений о теоретических основах психологии как науки и возможностях их практического использования в образовательном процессе.

Содержание учебной дисциплины «Общая психология» представлено в трех разделах: «Введение в психологию», «Психология познавательных процессов», «Психология индивидуальных различий». Его освоение направлено на формирование у студентов методологических основ психологии, системы категориальных понятий, целостного представления об особенностях психических явлений и специфике их развития и функционирования на разных возрастных этапах. Систематизация и закрепление знаний осуществляется на семинарских, практических занятиях. Содержание учебной дисциплины «Общая психология» тесно связана с учебными дисциплинами «Социальная психология», «Возрастная и педагогическая психология», «Педагогика».

Изучение учебной дисциплины «Общая психология» способствует формированию системы общих представлений о закономерностях, свойствах и механизмах психики, методологической основе психологических знаний, базовых психологических категориях и понятиях. Данная дисциплина является определяющим в формировании у студентов педагогического университета психологической культуры, мировоззрения, самосознания личности.

Каждый раздел учебной дисциплины «Общая психология» включает в себя содержание учебного материала, примерный учебно-тематический план, теоретический раздел, практические занятия, раздел контроля знаний и вспомогательный раздел. В теоретическом разделе представлены материалы для теоретического изучения дисциплины в соответствии с содержанием

учебной программы. Практический раздел содержит материалы для проведения практических. В раздел контроля знаний включены задания для проведения текущей аттестации. Во вспомогательном разделе представлена основная и дополнительная литература по программе учебной дисциплины, информационно-аналитические материалы.

Цель и задачи дисциплины «Общая психология»

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов системы представлений о сущности, строении, закономерностях функционирования и развития психики человека, условиях и факторах формирования личностных и субъектных качеств; развитие умения анализировать познавательную деятельность, особенности личности учащихся в социальном контексте как основы профессиональной и социально-личностной компетентности; формирование психологической культуры, профессионального сознания и самосознания будущих педагогов.

Задачи учебной дисциплины:

освоение системы представлений о психических процессах, свойствах и состояниях, специфике их проявлений в условиях образовательного процесса, а также о способах и формах их организации и изменения в образовательном процессе;

формирование обобщенных умений применять теоретические знания по психологии, исследовательские методы для решения задач профессиональной деятельности (анализ и интерпретация поведения обучающихся в контексте особенностей психических процессов, состояний и свойств);

освоение способов системного и сравнительного анализа, форм продуктивного, критического мышления; развитие умений самопознания и рефлексии деятельности; формирование мотивации к саморазвитию, самообразованию и эффективной самореализации.

Требования к освоению учебной дисциплины в соответствии с типовым учебным планом

Согласно образовательному стандарту высшего образования, учебному плану изучение учебной дисциплины «Общая психология» направлено на формирование у студентов *базовой профессиональной компетенции (БПК 5)*: осуществлять отбор содержания, форм, методов и средств обучения и воспитания, применять их в образовательном процессе с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **знать:**

культурно-исторические аспекты развития психологии; ее предмет и методы исследований; место и роль психологии в системе наук о человеке, общекультурное значение психологии;

основные категории, базовые положения и теории общей психологии;

характеристики психических процессов, свойств и состояний,

специфику их проявлений в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы.

уметь:

давать характеристику психических процессов и различных видов деятельности;

применять базовые научно-теоретические знания по психологии для решения теоретических и практических задач профессиональной деятельности, осуществлять учебно-исследовательскую деятельность;

понимать и обосновывать сущность познавательного развития обучающихся в учебно-познавательной и исследовательской деятельности;

анализировать педагогические ситуации урока с точки зрения проявления психологических феноменов.

владеть:

исследовательскими навыками;

навыками первичной психологической диагностики;

приемами рефлексии и самооценки своей деятельности в процессе обучения.

Общее количество часов, отводимых на изучение учебной дисциплины в соответствии с учебным планом

Общее количество часов, отводимых на изучение учебной дисциплины в соответствии с учебным планом

Программа учебной дисциплины «Общая психология» рассчитана на 108 часов. Учебная дисциплина изучается на первом курсе, в первом семестре.

Для дневной формы получения образования:

108 часов, из них аудиторных – 54 часа. Лекции – 24 часов, из них управляемая самостоятельная работа (УСР) – 2 часа; практические занятия – 30 часов, из них управляемая самостоятельная работа (УСР) – 4 часа, самостоятельная работа – 54 часа. Учебная дисциплина «Общая психология» изучается на первом курсе в первом семестре. Текущая аттестация проводится в форме зачета в конце учебного семестра.

Для заочной формы получения образования (5 лет обучения):

108 часов, из них аудиторных – 14 часов. Лекции – 6 часов; практические занятия – 8 часов; самостоятельная работа – 94 часа. Текущая аттестация проводится в форме зачета в первом семестре.

Для заочной формы получения образования (3,5 года обучения):

108 часов, из них аудиторных – 6 часов. Лекции – 4 часа; практические занятия – 2 часа; самостоятельная работа – 102 часа. Текущая аттестация проводится в форме зачета в первом семестре.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1 РАЗДЕЛ «ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ»

1.1.1 Психология как область научного знания

План:

1. Основные этапы развития психологической науки
2. Особенности психологии как науки
3. Предмет психологии
4. Методологические основы психологии
5. Методы исследования в психологии

1. Основные этапы развития психологической науки

Термин «психология» состоит из двух древнегреческих слов: «psyche» (душа) и «logos» (понимание, знание).

Веками осознавались проблемы, изобретались гипотезы, строились концепции, готовившие почву для современной науки о психической организации человека. В этом вечном поиске научно-психологическая мысль очерчивала грани своего предмета.

С древнейших времен потребности общественной жизни заставляли человека различать и учитывать особенности психического склада людей. В философских учениях древности уже затрагивались некоторые психологические аспекты, которые решались либо в плане идеализма, либо в плане материализма. Так, материалистические философы древности Демокрит, Лукреций, Эпикур понимали душу человека как разновидность материи, как телесное образование, образуемое из шаровидных, мелких и наиболее подвижных атомов. Но философ-идеалист Платон понимал душу человека как что-то божественное, отличающееся от тела. Душа, прежде чем попасть в тело человека, существует обособленно в высшем мире, где познает идеи – вечные и неизменные сущности. Попав в тело, душа начинает вспоминать виденное до рождения. Идеалистическая теория Платона, трактующая тело и психику как два самостоятельных и антагонистических начала, положила основу для всех последующих идеалистических теорий.

Великий философ Аристотель в трактате "О душе" выделил психологию как своеобразную область знания и впервые выдвинул идею неразделимости души и живого тела. Душа, психика проявляется в различных способностях к деятельности: питающей, чувствующей, движущей, разумной; высшие способности возникают из низших и на их основе. Первичная познавательная

способность человека – ощущение, оно принимает формы чувственно воспринимаемых предметов без их материи, подобно тому как "воск принимает отпечаток печати без железа и золота". Ощущения оставляют след в виде представлений – образов тех предметов, которые прежде действовали на органы чувств. Аристотель показал, что эти образы соединяются в трех направлениях: по сходству, по смежности и контрасту, тем самым указав основные виды связей – ассоциации психических явлений.

В научном употреблении термин «психология» появился впервые в XVI вв. Первоначально он относился к особой науке, которая занималась изучением так называемых душевных, или психических, явлений, т.е. таких, которые каждый человек легко обнаруживает в собственном сознании в результате самонаблюдения. Позднее, в XVII–XIX вв., сфера исследований психологов значительно расширилась, включив в себя неосознаваемые психические процессы (бессознательное) и деятельность человека.

Только к середине XIX века психология из разрозненных знаний стала самостоятельной наукой. Это вовсе не значит, что в предшествующие эпохи представления о психике (душе, сознании, поведении) были лишены признаков научности. Они прорезывались в недрах естествознания и философии, педагогики и медицины, в различных явлениях социальной практики.

История психологии как экспериментальной науки начинается в 1879 году в основанной немецким психологом Вильгельмом Вундтом в Лейпциге первой в мире экспериментальной психологической лаборатории. Вскоре, в 1885 году В. М. Бехтерев организовал подобную лабораторию в России.

В XX веке психология вступила в период создания научных основ разработки ее важнейших проблем. В настоящее время психология имеет свой особый предмет изучения, свои специфические задачи, свои специальные методы исследования; она располагает сетью психологических учреждений (институтов, лабораторий, учебных заведений, готовящих кадры психологов), журналами. Систематически собираются международные психологические конгрессы, психологи объединяются в научные ассоциации и общества. Значение психологии как одной из важнейших наук о человеке в настоящее время осознается повсеместно.

Таким образом, в истории становления и развития психологии можно выделить 4 этапа:

I этап – психология как наука о душе. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

II этап – психология как наука о сознании. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать назвали сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

III этап – психология как наука о поведении. Возникает в XX веке: Задача психологии – ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно

непосредственно увидеть, а именно: поведение, поступки, реакции человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались).

IV этап – психология как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики [8, с. 8].

2. Особенности психологии как науки

Психология – наука на стыке гуманитарных и естественных дисциплин. Современная психология находится в ряду наук, занимая промежуточное положение между философскими науками, с одной стороны, естественными – с другой, социальными – с третьей. Объясняется это тем, что в центре ее внимания всегда остается человек, изучением которого занимаются и названные выше науки, но в других аспектах. Известно, что философия и ее составная часть – теория познания (гносеология) решает вопрос об отношении психики к окружающему миру и трактует психику как отражение мира, подчеркивая, что материя первична, а сознание вторично. Психология же выясняет ту роль, которую играет психика в деятельности человека и его развитии. Психология интегрирует все данные этих наук и в свою очередь влияет на них, становясь общей моделью человекознания. Психологию следует рассматривать как научное исследование поведения и умственной деятельности человека, а также практическое применение приобретенных знаний.

Прежде всего психология занимается изучением субъективного духовного мира человека, а также неосознаваемых психических явлений. Первоначально изучение психики было связано с описанием. Описательный период в развитии всех наук имел огромное значение. Особенно это относится к психологии, так как объектом этой науки являются внутренние, субъективные явления, которые были представлены самому человеку. Однако это обстоятельство в дальнейшем явилось одним из препятствий в развитии самой науки, так как представлены человеку только высшие психические процессы, связанные с функционированием сознания. Бессознательные формы психики, присущие человеку и животным, оказались вне поля зрения науки.

Описание является необходимым, но не единственным назначением науки. Главная задача науки – объяснить сущность изучаемых явлений, открыть закономерности их возникновения и функционирования. Для психологии эта задача была более трудной, чем для других наук в силу субъективного подхода к изучению психики. Объективный подход требовал применения экспериментальных методов, использования разнообразных приборов и аппаратов, которые дали бы возможность получить достоверные данные о связях психики с другими явлениями. С этой задачей могла справиться только современная психология, открывшая многие закономерности в психической деятельности человека и животных.

Прежде всего были изучены общие закономерности, которые дали возможность понять зависимость психики от условий существования

животных и человека. Наряду с общими закономерностями психология ставит задачу изучить возрастные и индивидуальные закономерности психического развития человека.

Наконец, познание психики человека невозможно без изучения механизмов, на основе которых происходит ее функционирование. Вопрос о механизме психики – это прежде всего вопрос о ее связи с телесной организацией человека, или, иначе – это вопрос о соотношении души и тела. Люди давно заметили, что состояние тела оказывает влияние на психику человека. Недаром существует выражение: “В здоровом теле – здоровый дух”. В то же время имеет место и обратное явление, когда психика мобилизует все ресурсы на поддержание жизнедеятельности организма.

Для того, чтобы понять эти связи, необходимо рассмотреть три вида механизмов. Прежде всего существуют телесные механизмы, далее имеются физиологические механизмы и, наконец, существуют чисто психологические механизмы.

Телесные механизмы связаны с функционированием различных частей тела и прежде всего с деятельностью органов чувств и органов движений. Ведущими органами в этом отношении являются зрение и рука. Глаза, отражая предмет, с которым манипулирует рука, а также движения самой руки, управляют предметными действиями человека. Но и сама рука несет определенную психологическую нагрузку. Нередко мы говорим: “Нежные, ласковые руки матери”, “выразительные руки артиста” и т. п.

Физиологические механизмы связаны с деятельностью нервной системы, и прежде всего, функционированием головного мозга. “Думай головой, шевели мозгами,” – часто говорим мы.

Существуют и чисто психологические механизмы. Например, механизмы взаимодействия ощущений, механизмы смысловой памяти, механизмы воссоздающего воображения и т. д.

Все эти механизмы связаны между собой и функционируют в единстве. Поэтому психология – это наука о субъективном духовном мире человека, осознаваемых и неосознаваемых психических явлениях, законах их развития и механизмах функционирования.

Усвоение научных знаний по психологии является необходимым, но недостаточным для успешного осуществления педагогической деятельности. Для этого необходимо научиться применять научные знания как в обыденной жизни, так и в процессе обучения и воспитания учащихся.

Конечно, у каждого человека и до изучения научной психологии имеются житейские знания, так как каждый из нас должен быть в известной степени психологом, иначе мы не могли бы жить среди людей и не достигли бы желаемых результатов в своей деятельности. Уже в раннем детстве ребенок говорит «я хочу», «я думаю», «я чувствую». Эти слова свидетельствуют о том, что маленький человек, не отдавая себе отчета в том, чем он занимается, исследует свой внутренний мир. На протяжении всей жизни каждый человек, осознанно или неосознанно, изучает себя и свои возможности. Следует

отметить, что уровень познания своего внутреннего мира во многом определяет то, насколько человек может понять других людей, насколько успешно может построить с ними взаимоотношения.

Человек – это социальное существо, и он не может жить вне общества, без контактов с окружающими. В практике живого общения каждый человек постигает многие психологические законы. Так, каждый из нас уже с детства умеет «читать» по внешним проявлениям – мимике, жестам, интонации, особенностям поведения – эмоциональное состояние другого человека. Таким образом, каждый человек – своего рода психолог, поскольку в обществе невозможно жить без определенных представлений о психике людей. Кроме того, содержание житейской психологии находит своё воплощение в народных обрядах, традициях, поверьях, в устном народном творчестве, в сказках, пословицах, поговорках, притчах, песнях и т.п.

Однако житейские психологические знания очень приблизительны, расплывчаты и во многом отличаются от научных знаний.

Во-первых, житейские психологические знания конкретны, привязаны к конкретным ситуациям, людям, задачам. Научная же психология стремится к обобщению, для чего используются соответствующие понятия.

Во-вторых, житейские психологические знания носят интуитивный характер. Это обусловлено способом их получения – случайным опытом и его субъективным анализом на бессознательном уровне. В отличие от этого научное познание основано на эксперименте, а полученные знания вполне рациональны и осознаваемы.

В-третьих, существуют различия в способах передачи знаний. Как правило, знания житейской психологии передаются с большим трудом, а часто эта передача просто невозможна. Как пишет Ю. Б. Гиппенрейтер, «вечная проблема "отцов и детей" состоит как раз в том, что дети не могут и даже не хотят перенимать опыт отцов». В то же время в науке знания аккумулируются и передаются намного легче.

В-четвертых, научная психология располагает обширным, разнообразным и подчас уникальным фактическим материалом, недоступным во всем объеме ни одному носителю житейской психологии [3, с. 23-24].

Таким образом, житейские знания имеют бессистемный характер, интуитивны, мало осмыслены и могут быть причиной ошибочных действий и поступков. Поэтому житейская психология представляет собой совокупность разрозненных эмпирических знаний о психике человека, сформулированных на основе взаимодействия личности с другими людьми и осуществления различных форм поведения и деятельности.

Знания научной психологии не только дополняют и уточняют житейские знания, но и делают их более осознанными и рациональными, что дает возможность целенаправленно применять их в практической деятельности. Однако применение научных знаний сопряжено с большими трудностями, так как они имеют обобщенный характер и не связаны с действиями конкретного человека. Этот разрыв между житейской и научной психологией может быть

устранен при помощи практической психологии, которая разрабатывает приемы и способы применения научной психологии в практической деятельности. Практическая психология дает возможность человеку познать самого себя, свои положительные и отрицательные качества и, используя специальные диагностические методики, научиться владеть собой и своими состояниями.

В настоящее время психология представляет собой весьма разветвленную систему наук. В ней выделяется много отраслей, представляющих собой относительно самостоятельно развивающиеся направления научных исследований. Имея в виду этот факт, а также то обстоятельство, что в настоящее время система психологических наук продолжает активно развиваться (каждые 4-5 лет появляется какое-либо новое направление), правильнее было бы говорить не об одной науке психологии, а о комплексе развивающихся психологических наук.

Их в свою очередь можно разделить на:

- фундаментальные и прикладные;
- общие и специальные.

Фундаментальные, или базовые, отрасли психологических наук имеют общее значение для понимания и объяснения психологии и поведения людей независимо от того, кто они и какой конкретной деятельностью занимаются. Эти области призваны давать знания, одинаково необходимые всем, кого интересуют психология и поведение людей. В силу такой универсальности эти знания иногда объединяют термином «общая психология». Прикладными называют отрасли науки, достижения которых используются на практике.

Общие отрасли ставят и решают проблемы, одинаково важные для развития всех без исключения научных направлений, а специальные – выделяют вопросы, представляющие особый интерес для познания какой-либо одной или нескольких групп явлений [2].

Рассмотрим некоторые фундаментальные и прикладные, общие и специальные отрасли психологии, связанные с образованием.

Общая психология исследует индивида, выделяя в нем познавательные процессы и личность.

Специальные отрасли психологии, тесно связанные с теорией и практикой обучения и воспитания детей, включают генетическую психологию, психофизиологию, дифференциальную психологию, возрастную психологию, социальную психологию, педагогическую психологию, медицинскую психологию, патопсихологию, юридическую психологию, психодиагностику и психотерапию.

Генетическая психология изучает наследственные механизмы психики и поведения, их зависимость от генотипа. *Дифференциальная психология* выявляет и описывает индивидуальные различия людей, их предпосылки и процесс формирования. *В возрастной психологии* эти различия представлены по возрастам. Эта отрасль психологии изучает также изменения, происходящие при переходе из одного возраста в другой. Генетическая,

дифференциальная и возрастная психология вместе взятые являются научной основой для понимания законов психического развития ребенка.

Социальная психология изучает человеческие взаимоотношения, явления, возникающие в процессе общения и взаимодействия людей друг с другом в разного рода группах, в частности в семье, школе, в ученическом и педагогическом коллективах. Такие знания необходимы для психологически правильной организации воспитания.

Педагогическая психология объединяет всю информацию, связанную с обучением и воспитанием. Особое внимание здесь обращается на обоснование и разработку методов обучения и воспитания людей разного возраста.

Три следующие отрасли психологии – *медицинская и патопсихология*, а также *психотерапия* – имеют дело с отклонениями от нормы в психике и поведении человека. Задача этих отраслей психологической науки – объяснить причины возможных психических нарушений и обосновать методы их предупреждения и лечения. Такие знания необходимы там, где педагог имеет дело с так называемыми трудными, в том числе педагогически запущенными, детьми или людьми, нуждающимися в психологической помощи. *Юридическая психология* рассматривает усвоение человеком правовых норм и правил поведения и также нужна для воспитания. *Психодиагностика* ставит и решает проблемы психологической оценки уровня развития детей и их дифференциации.

3. Предмет психологии

Каждая конкретная наука отличается от других наук особенностями своего предмета. Так, геология отличается от геодезии тем, что имея предметом исследования Землю, первая из них изучает состав, строение и историю Земли, а вторая – размеры ее и форму. Выяснение специфических особенностей явлений, изучаемых психологией, представляет значительно большую трудность. Понимание этих явлений во многом зависит от мировоззрения, которого придерживаются люди, сталкивающиеся с необходимостью постигнуть психологическую науку. Как же можно определить предмет психологии? Какими бы сложными путями ни продвигалась на протяжении столетий психологическая мысль, осваивая свой предмет, как бы ни изменялись и обогащались знания о нем, какими бы терминами его бы ни обозначали (душа, сознание, психика, деятельность и т.д.), можно выделить признаки, которые характеризуют собственный предмет психологии, отличающий ее от других наук.

Предметом психологии является *психика* как совокупность психических явлений и фактов. Явления, изучаемые психологией, издавна выделялись человеческим умом и отграничивались от других проявлений жизни как особые явления. В самом деле, совершенно очевидно, что мое восприятие пишущей машинки – это нечто совершенно особое и отличное от самой пишущей машинки, реального предмета, который стоит передо мной на столе; мое желание пойти на лыжах – это нечто иное по сравнению с реальным

лыжным походом; мое воспоминание о встрече Нового года – это нечто отличающееся от того, что реально происходило в канун Нового года, и т.п. Так постепенно сложились представления о различных разрядах явлений, которые стали именовать психическими (психическими функциями, свойствами, процессами, состояниями и т.д.). Их особый характер видели в принадлежности к внутреннему миру человека, отличающемуся от того, что человека окружает и относили к области душевной жизни, противопоставляемой реальным событиям и фактам. Эти явления группировались под названиями «восприятие», «память», «мышление», «воля», «чувства» и др., в совокупности образуя то, что именуется психикой, психическим, внутренним миром человека, его душевной жизнью и т.д.

И хотя непосредственно люди, наблюдавшие других людей в повседневном общении, имели дело с различными фактами поведения (действиями, поступками, трудовыми операциями и др.), однако потребности практического взаимодействия вынуждали их различать скрытые за внешним поведением психические процессы. За поступком всегда усматривались намерения, мотивы, которыми руководствовался человек, за реакцией на то или иное событие – особенности характера. Поэтому задолго до того, как психические процессы, свойства, состояния стали предметом научного анализа, накапливалось житейское психологическое знание людей друг о друге. Оно закреплялось, передаваясь от поколения к поколению, в языке, в памятниках народного творчества, в произведениях искусства. Его вбирали, например, пословицы и поговорки: «Лучше один раз увидеть, чем десять раз услышать» (о преимуществах зрительного восприятия и запоминания перед слуховым); «Привычка – вторая натура» (о роли упрочившихся привычек, которые могут конкурировать с врожденными формами поведения) и т.п. [2].

Как писал А. Н. Леонтьев, мы называем психическими такие явления, как ощущение, восприятие, процессы памяти, запоминания или припоминания, процессы мышления, воображения, эмоциональные переживания удовольствия и неудовольствия и другие чувства. Наконец, мы часто говорим об индивидуально психологических особенностях личности человека (например, слабовольный человек, общительный или человек сильной воли), мы учитываем эти особенности.

Конечно, научное знание не ограничивается и не может ограничиваться описанием тех или иных явлений. Например, мы наблюдаем такое великолепное явление как радуга. Можно радоваться, созерцая эту красоту, но от того, что мы наблюдаем множество раз одно и то же, наши научные знания не увеличиваются. Научное знание заключается в том, чтобы проникнуть в самую природу тех или иных явлений и процессов, в порождающие их причины, управляющие ими законы, то есть, как обычно говорят, в их сущность.

Задачи психологии заключаются именно в том, чтобы исследовать, познать природу, сущность тех явлений, которые описываются как явления психические или психологические. И вот здесь психология как наука

встречается с очень серьезными затруднениями с точки зрения того, как подойти к решению задачи познания сущности тех явлений и процессов, которые называются психическими.

Психические явления есть отражение независимо существующего в действительности, в реальности. Это общее теоретическое положение, которое бесспорно потому, что оно свидетельствует о всем опыте жизни отдельного человека и, особенно, об опыте всего человечества.

Биологически обусловленные компоненты имеются и у животных (чувственные образы среды, мотивация поведения, как инстинктивного, так и приобретенного в процессе приспособления к ней). Однако психическая организация человека качественно отлична от этих биологических форм. Социокультурный образ жизни порождает у человека сознание. В межличностных контактах, опосредованных языком и совместной деятельностью, индивид, «всматриваясь» в других людей, приобретает способность познавать самого себя как субъекта психической жизни, заранее ставить цели, предваряющие его поступки, судить о внутреннем плане своего поведения. Не все компоненты этого плана переводимы на язык сознания. Но и они, образуя сферу бессознательного, служат предметом психологии, которая выявляет характер соответствия действительных побуждений, влечений, ориентации личности сложившимся у нее представлениям о них. Как осознаваемые, так и неосознаваемые психические акты реализуются посредством нейрогуморальных механизмов, но протекают не по физиологическим, а по собственно психологическим законам. Исторический опыт говорит, что знание о предметной области психологии складывалось и расширялось благодаря связи этой, науки с другими науками – естественными, социальными, техническими.

Кроме того, предметом психологии являются *конкретные факты психической жизни*, характеризующиеся качественно и количественно. Так, исследуя процесс восприятия человеком окружающих его предметов, психология установила существенно важный факт: образ предмета сохраняет относительное постоянство и при изменяющихся условиях восприятия. Например, страница, на которой напечатаны эти строки, будет восприниматься как белая и на ярком солнечном свете, и в полутьме, и при электрическом освещении, хотя физическая характеристика лучей, отбрасываемых бумагой при столь различной освещенности, будет весьма различной. В данном случае перед нами качественная характеристика психологического факта. Примером количественной характеристики психологического факта может послужить величина времени реакции данного человека на воздействующий раздражитель (если испытуемому предлагают в ответ на вспышку лампочки нажать на кнопку как можно скорее, то у одного скорость реакции может быть 200 миллисекунд, а у другого - 150, т.е. значительно более быстрая). Индивидуальные различия скорости реакции, наблюдаемые в эксперименте, являются психологическими фактами,

устанавливаемыми в научном исследовании. Они позволяют количественно характеризовать некоторые особенности психики различных испытуемых.

Однако научная психология не может ограничиться описанием психологического факта, каким бы интересным он ни был. Научное познание с необходимостью требует перехода от описания явлений к их объяснению. Последнее предполагает раскрытие законов, которым подчиняются эти явления. Поэтому предметом изучения в психологии вместе с психологическими фактами становятся психологические законы. Так, возникновение некоторых психологических фактов наблюдается с необходимостью всякий раз, когда для этого имеются соответствующие условия, т.е. закономерно. Закономерный характер имеет, например, приведенный выше факт относительного постоянства восприятия, при этом постоянством обладает не только восприятие цвета, но и восприятие величины и формы предмета. Специальные исследования показали, что постоянство восприятия не дано человеку изначально, от рождения. Оно формируется постепенно, по строгим законам. Если бы не было постоянства восприятия, человек не смог бы ориентироваться во внешней среде – при малейшем изменении его положения относительно окружающих предметов происходило бы радикальное изменение картины видимого мира, предметы воспринимались бы искаженно.

Подводя итог сказанному, представим в виде схемы основные типы явлений, которые изучает современная психология (рис. 1, табл. 1).

На рис. 1 обозначены основные понятия, через которые определяются явления, изучаемые в психологии. С помощью этих понятий формулируются названия двенадцати классов явлений, изучаемых в психологии.



Рис. 1. Общие понятия, с помощью которых описываются явления, изучаемые в психологии (по А.Г.Ковалеву)

В таблице 1 перечислены основные понятия, через которые определяются явления, изучаемые в психологии, а также приведены примеры конкретных понятий, характеризующих соответствующие явления.

Таблица 1.

**Примеры общих понятий и частных явлений,
изучаемых в современной психологии**

№ п/п	Явления, изучаемые психологией	Понятия, характеризующие эти явления
1	Процессы: индивидуальные, внутренние (психические)	Познавательные процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, воображение и речь
2	Процессы: индивидуальные, внешние (поведенческие)	Действие, деятельность, жест, игра, импринтинг, мимика, навык, подражание, поступок, реакция, упражнение.
3	Процессы: групповые, внутренние	Идентификация, коммуникация, конформность, общение, межличностное восприятие, межличностные отношения, формирование групповых норм.
4	Процессы: групповые, внешние	Межгрупповые отношения.
5	Состояния: индивидуальные, внутренние (психические)	Адаптация, аффект, влечение, возбуждение, галлюцинация, гипноз, желание, интерес, любовь, меланхолия, мотивация, намерение, напряженность, настроение, отчуждение, переживание, понимание, потребность, рассеянность, самоактуализация, самообладание, склонность, страсть, стремление, стресс, стыд, темперамент, тревожность, убежденность, уровень притязаний, усталость, установка, утомление, фрустрация, чувство, эйфория, эмоция.
6	Состояния: индивидуальные, внешние (поведенческие)	Готовность, интерес, установка.
7	Состояния: групповые, внутренние	Конфликт, сплоченность, групповая поляризация, психологический климат.

8	Состояния: групповые, внешние	Паника, открытость группы, закрытость группы.
9	Свойства индивидуальные, внутренние (психические)	Иллюзии, константность, воля, задатки, индивидуальность, комплекс неполноценности, личность, одаренность, предрассудок, работоспособность, решительность, ригидность, совесть, упрямство, флегматичность, характер, эгоцентризм.
10	Свойства: индивидуальные, внешние (поведенческие)	Авторитетность, внушаемость, гениальность, настойчивость, обучаемость, одаренность, организованность, темперамент, трудолюбие, фанатизм, характер, честолюбие, эгоизм.
11	Свойства: групповые, внутренние	Совместимость, стиль лидерства, соперничество, сотрудничество, эффективность деятельности группы.
12	Свойства: групповые, внешние	Организованность.

Задачи психологии в основном сводятся к следующим:

- научиться понимать сущность психических явлений и их закономерности;
- научиться управлять ими;
- использовать полученные знания с целью повышения эффективности тех отраслей практики, на пересечении с которыми лежат уже оформившиеся науки и отрасли;
- быть теоретической основой практики психологической службы.

Изучая закономерности психических явлений, психологи вскрывают сущность процесса отражения объективного мира в мозгу человека, выясняют, как регулируются действия человека, как развивается психическая деятельность и формируются психические свойства личности. Поскольку психика, сознание человека есть отражение объективной действительности, изучение психологических закономерностей означает, прежде всего, установление зависимости психических явлений от объективных условий жизни и деятельности человека. Но поскольку любая деятельность людей всегда закономерно обусловлена не только объективными условиями жизни и деятельности человека, но и иногда субъективными (отношения, установки человека, его личный опыт, выражающийся в знаниях, навыках и умениях, необходимых для этой деятельности), то перед психологией стоит задача выявления особенностей осуществления деятельности и ее результативности в зависимости от соотношения объективных условий и субъективных моментов.

Так, устанавливая закономерности познавательных процессов (ощущений, восприятий, мышления, воображения, памяти), психология

способствует научному построению процесса обучения, создавая возможность правильного определения содержания учебного материала, необходимого для усвоения тех или иных знаний, навыков и умений. Выявляя закономерности формирования личности, психология оказывает содействие педагогике в правильном построении воспитательного процесса.

Широкий спектр задач, решением которых заняты психологи, обуславливает, с одной стороны, необходимость взаимосвязей психологии с другими науками, участвующими в решении комплексных проблем, а с другой – выделение внутри самой психологической науки специальных отраслей, занятых решением психологических задач в той или иной сфере общества.

4. Методологические основы психологии

Методология (от греч. *methodos* – путь исследования или познания, *logos* – учение, наука) – система принципов и способов организации и построения теоретической и практической деятельности, а также учение об этой системе. Психологическая наука при решении своих задач как теоретического, так и практического характера, основывается на методологии. Методология определяет исходные принципы исследования, нормы и требования к использованию методов, правила оказания воздействия. Традиционно в психологии выделяют **3 уровня методологии**:

общая методология определяет философский подход к пониманию окружающего мира, роли и места психики в нем. Можно сказать, что её содержание составляют философские законы;

специальная методология – учение о методологических принципах науки.

частная методология – совокупность используемых в науке методов. Частная методология, или методы психологии, определяется более высокими уровнями методологии (общей и специальной). Методология существенным образом влияет и на развитие психологических теорий. При этом если теория представляет собой результат познания психических явлений, то методология определяет способы достижения и построения этого знания. Использование методов в конкретной исследовательской ситуации определяет методику исследования.

Под **принципом** (от лат. *principium* – начало, основа – руководящая идея, основное правило деятельности понимают основное исходное положение какой-либо теории, науки, организации. основополагающими принципами психологии являются: принцип развития, принцип системности, принцип личностного подхода, принцип детерминизма, принцип активности, принцип единства сознания и деятельности и др.

Принцип *развития* – подход к изучению психических явлений, который предполагает познание их сущности в процессе развития. Любое сложное психическое явление развивается из более простых психических явлений по определённым законам, и чтобы познать сложное явление, недостаточно изучить его только в том виде, в котором оно существует на данный момент

времени; необходимо также проследить процесс его развития с момента возникновения этого явления до появления его высших форм. Психика может быть правильно понята, если рассматривается как результат социального взаимодействия, взаимодействия человека с социальной и природной средой, как результат его деятельности и общения с другими людьми, результат его обучения и воспитания.

Принцип системности (от греч. *systema* – соединение, целое; упорядоченное множество элементов, взаимосвязанных между собой и образующих некоторое целостное единство) – современный научный подход к изучению, представлению, описанию и объяснению психических явлений, основанный на их понимании как сложно устроенных систем. Этот принцип, в частности, не позволяет рассматривать какое-либо психическое явление (например, характер человека) изолированно, без учёта ряда других факторов (особенностей его жизнедеятельности, социального окружения и пр.).

Принцип *личностного подхода* указывает, что изучение психики адекватно лишь при учете совокупности личностных и групповых особенностей людей, их потребностей, интересов, способностей, жизненного и профессионального опыта, учета психотипических и индивидуально-психологических особенностей.

Принцип *детерминизма* (причинной обусловленности, от греч. *determinans* – определяющий) предполагает закономерную зависимость психических явлений от порождающих их факторов. Этот принцип позволяет выделить факторы, определяющие важнейшие характеристики психики человека, выявляя зависимость последних от условий окружающего мира. Вместе с тем психика не просто продукт, а результат взаимодействия и воздействия на человека социальных, биологических и природных факторов. Таким образом, психика способна изменяться и развиваться.

Принцип *активности* ориентирует исследователя при изучении психических явлений учитывать, что внешние и другие обстоятельства отражаются в сознании человека сознательно, целенаправленно, а не только зеркально. Активность обеспечивает непрерывность развития.

Принцип *единства сознания и деятельности* означает, что сознание и деятельность человека не противопоставлены друг другу, но и не тождественны. Они образуют единство, поскольку сознание образует внутренний план деятельности, её программу, оно обеспечивает ориентирование человека в окружающей среде. Данный принцип позволяет психологам, изучая поведение и деятельность человека, выяснять их внутренние психологические механизмы.

Метод (от греч. *methodos* – путь исследования или познания) – способ достижения какой-либо цели, решения конкретной задачи. *Методы психологии* – совокупность способов и приемов изучения психических явлений. *Методика исследования психических явлений* – воплощение психологического метода (методов) в соответствии с целями и задачами конкретного исследования.

Таким образом, любое психологическое исследование предполагает чёткое согласование всех уровней методологии, при этом решающим выступает содержание общей методологии. Не только психологическое исследование, но и любая теория строится в соответствии с методологией.

5. Классификация методов исследования

В психологической науке существуют различные классификации методов психологии. Одной из наиболее популярных является классификация советского психолога Б. Г. Ананьева. В соответствии с ней выделяют 4 группы методов психологии:

1) *организационные методы*, которые определяют общий способ организации психологического исследования (сравнительный, лонгитюдный и комплексный методы). Сравнительный метод (метод «поперечных срезов») – это организация исследования, которая основывается на сопоставлении различных групп по возрастам, деятельности и т. п. Лонгитюдный метод (метод «продольных срезов») предполагает длительное изучение интересующего явления. Комплексный метод предполагает междисциплинарное изучение предмета;

2) *эмпирические методы*, с помощью них получают первичные данные об изучаемом явлении. Поэтому эмпирические методы известны еще как «методы сбора первичной информации». Эмпирическими методами исследования являются наблюдение и эксперимент (которые часто признаются основными), а также тесты, анкеты, опросники, социометрия, интервью, беседа, анализ продуктов деятельности, биографический метод и др.;

3) *методы обработки данных*, которые позволяют провести количественный (статистический) и качественный анализ первичных данных (дифференциация материала по группам, сопоставление, сравнение и т. д.);

4) *интерпретационные методы*, объясняющие закономерности, выявленные в результате обработки данных, и сопоставляющие их с ранее установленными фактами. Выделяют генетический метод интерпретации (анализ материала в плане развития, выделения отдельных фаз, стадий, критических моментов и т. д.) и структурный метод (установление структурной связи между всеми характеристиками личности).

5) *методы психологического воздействия* – специфические приемы влияния на психические явления с целью их изменения в соответствии с поставленной целью (аутотренинг, групповой тренинг, психотерапия, ролевые игры, гипноз, психоанализ и др.). Целесообразность выделения данной группы методов обусловлена тем, что часто психологам приходится оказывать влияние на развитие личности, на оптимальное формирование ее познавательной сферы и т. д.

Основными эмпирическими методами получения фактов в психологии являются наблюдение, беседа и эксперимент. Каждый из этих общих методов имеет ряд модификаций, которые уточняют, но не изменяют их сущность.

Наблюдение – древнейший метод познания. Его примитивной формой – житейскими наблюдениями – пользуется каждый человек в своей повседневной практике.

Общая процедура наблюдения складывается из следующих этапов:

- 1) определение задачи и цели (для чего, с какой целью?);
- 2) выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?);
- 3) выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходимой информации (как наблюдать?);
- 4) выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?);
- 5) обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).

На рисунке 2 представлена структурная схема способов наблюдения.

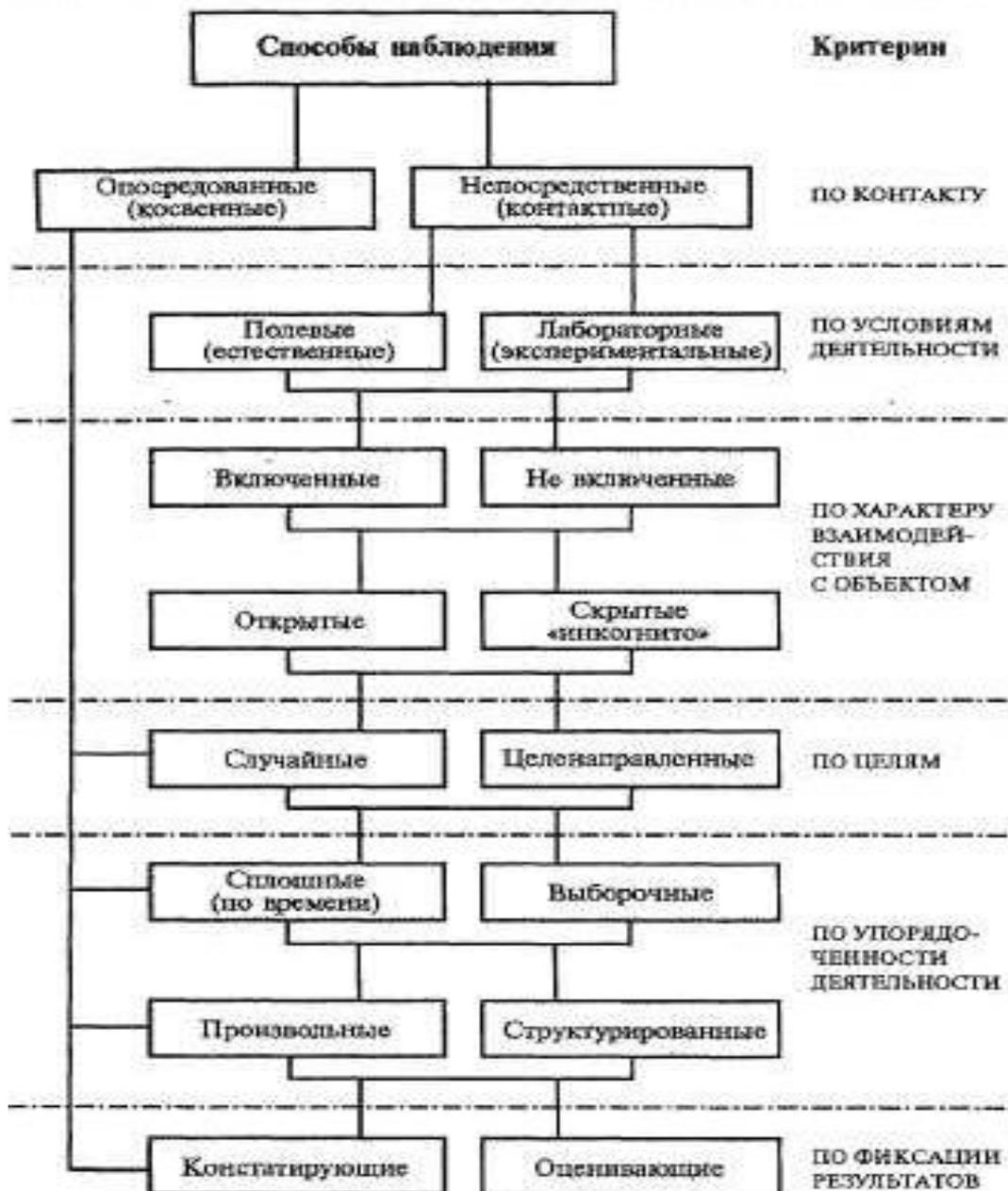


Рис. 2. Структурная схема способов наблюдения

Одна из разновидностей наблюдения – **самонаблюдение**, непосредственное либо отсроченное (в воспоминаниях, дневниках, мемуарах человек анализирует, что он думал, чувствовал, переживал).

Опрос – метод психологического исследования, основанный на получении от человека информации в ответ на заданные ему вопросы. *Устный* опрос применяется в тех случаях, когда желательно вести наблюдение за поведением и реакциями человека, отвечающего на вопросы. К разновидности устного опроса относится **беседа**. Беседа как психологический метод предусматривает прямое или косвенное, устное или письменное получение от изучаемого сведений о его деятельности, в которых объективируются свойственные ему психологические явления. Виды бесед: сбор анамнеза, интервью, вопросники и психологические анкеты. Анамнез (*лат.* по памяти) – сведения о прошлом изучаемого, получаемые от него самого или – при объективном анамнезе – от хорошо знающих его лиц. Интервью – вид беседы, при которой ставится задача получить ответы опрашиваемого на определенные (обычно заранее подготовленные) вопросы. В этом случае, когда вопросы и ответы представляются в письменной форме, имеет место анкетирование.

Существует ряд требований к беседе как методу. Первое – непринужденность. Наибольший результат приносит беседа в случае установления личного контакта исследователя с обследуемым человеком. Важно при этом тщательно продумать беседу, представить ее в форме конкретного плана, задач, проблем, подлежащих выяснению. Метод беседы предполагает наряду с ответами и постановку вопросов обследуемыми. Такая двусторонняя беседа дает больше информации по исследуемой проблеме, чем только ответы испытуемых на поставленные вопросы. Этот вид опроса позволяет глубже, чем письменный, проникнуть в психологию человека, однако требует специальной подготовки, обучения и, как правило, больших затрат времени на проведение исследования. Ответы, получаемые при устном опросе, существенно зависят и от личности того человека, который ведёт опрос, и от индивидуальных особенностей того, кто отвечает на вопросы, и от поведения обоих лиц в ситуации опроса.

Письменный опрос позволяет охватить большее количество людей, но его недостатком является отсутствие возможности учёта, особенно при заочном варианте, индивидуальных реакций людей на содержание вопросов. **Анкета** является разновидностью письменного опроса; предназначена для получения такой информации о человеке, которая не имеет непосредственного отношения к его личностным чертам и особенностям. Наиболее типичные вопросы анкет относятся к уровню и характеру образования человека, специальным навыкам, которыми он владеет, и другим относительно объективным показателям. В психодиагностике такие анкеты позволяют получать информацию, необходимую для достоверной интерпретации

показателей других методик. Выделяют различные типы анкетного опроса: сплошной и выборочный, индивидуальный и групповой, очный и заочный.

Однако главным методом психологического исследования является эксперимент – активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания условий, в которых выявляется психологический факт. Бывает **лабораторный эксперимент**, он протекает в специальных условиях, используется специальная аппаратура, действия испытуемого определяются инструкцией, испытуемый знает, что проводится эксперимент, хотя до конца истинного смысла эксперимента может не знать. Эксперимент многократно проводится с большим количеством испытуемых, что позволяет устанавливать общие математико-статистически достоверные закономерности развития психических явлений.

При организации психологического исследования выделяют пять основных этапов.

Первый этап – ориентировочный. Он включает в себя предварительное наблюдение за объектом исследования, изучение условий его проявления, формулирование догадки о возможной связи каких-либо фактов или событий между собой. Заканчивается этап формулированием предварительной (или рабочей) гипотезы исследования.

Второй этап начинается с разработки плана эксперимента, который включает в себя формулирование задач исследования на основе рабочей гипотезы; выделение факторов, которые будут выступать независимой переменной (изменяемой только по плану экспериментатора) и зависимой переменной (изменяющейся в результате изменения независимой переменной). Кроме того, обязательно проводится анализ всех обстоятельств экспериментальной ситуации для выявления дополнительных переменных, которые могут повлиять на результаты эксперимента. На этапе планирования выбираются методы и разрабатываются методики проведения эксперимента. Если эксперимент связан, предположим, с исследованием мнений, установок, то может быть выбран метод опроса. Если это исследование поведения, то метод наблюдения и т.д. При этом, в зависимости от задач исследования выбираются существующие методики экспериментирования или разрабатываются новые.

Обязательной составляющей этапа планирования является подготовка необходимых для эксперимента материалов, протоколов, журналов, аппаратуры и т.д.

Третий этап – собственно экспериментирование. Нередко оно включает пробное (пилотажное) исследование, задача которого – точнее сформулировать гипотезу, доработать методики, проверив их на надежность, и, кроме того, проверить, является ли намеченный план эксперимента удачным, т.е. близким к безупречному эксперименту. Чем ближе результаты практического эксперимента к идеальному, безупречному, тем выше его валидность (пригодность). После пилотажного идут серии базовых экспериментов, задача которых – сбор первичных данных. Так как

исследователь при этом имеет дело с людьми, то он обязан придерживаться ряда принципов научной этики. Главные из них: принцип добровольности участия обследуемых в эксперименте, использование полученных сведений только в научных целях, обязательное изъятие из экспериментальных данных недостаточно качественной информации. Это связано с тем, что главное в любом исследовании – получить надежную и достоверную информацию, иначе все дальнейшее исследование теряет смысл.

Четвертый этап исследования – обработка экспериментальных данных. Он предполагает применение количественных и качественных методов обработки полученной информации. При этом активно используются методы математической статистики, приемы шкалирования, обработка данных на ЭВМ. Основная цель применения методов математической статистики – повысить обоснованность выводов психологического исследования за счет использования вероятностной логики и вероятностных моделей, т.е. подтвердить или опровергнуть гипотезу исследования.

Пятый этап – анализ и интерпретация полученных результатов. Этот процесс является творческим, не подчиняющимся четкой алгоритмизации и нередко требующим привлечения данных других теоретических и эмпирических исследований.

Метод тестов – метод испытаний, установления определенных психических качеств человека. Тест – кратковременное, одинаковое для всех испытуемых задание, по результатам которого определяются наличие и уровень развития определенных психических качеств человека. Тесты могут быть прогностическими и диагностирующими. Часто все психологические методики называют тестами, однако это не совсем корректно. Тесты имеют строгую, проверенную, обязательную для соблюдения процедуру применения, включая одинаковость даваемой инструкции и бланков обследования, заранее установленный, стандартный способ регистрации, обработки и интерпретации результатов, а также «нормы теста» (усреднённые показатели уровня развития психологического качества, оцениваемого с помощью теста). Благодаря своей стандартизованности тесты применимы к людям разного возраста, принадлежащим к различным культурам, имеющим разный уровень образования, разные профессии и неодинаковый жизненный опыт. Тесты должны быть научно обоснованы, надежны, валидны и выявлять устойчивые психологические характеристики.

Литература

1. Березовин, Н. А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособие / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. – Минск : ООО «Новое знание», 2004. – 336 с.
2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
5. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.
6. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
7. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
8. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.1.2 Психика и сознание человека

План:

1. Основные этапы развития психики в филогенезе
2. Сознание как высшая форма развития психики
3. Структура и содержание сознания
4. Функции сознания
5. Сознание и бессознательное

1. Основные этапы развития психики в филогенезе

Принципиальным отличием человека как вида от остальных животных является его способность абстрактно мыслить, планировать свою деятельность, размышлять о своем прошлом и оценивать его, строить планы на будущее, разрабатывая и реализуя программу выполнения этих планов. Все эти перечисленные качества человека связаны со сферой его сознания. Сознание не дается человеку автоматически при его рождении, оно развивается в ходе его взаимодействия с другими людьми, в ходе усвоения социального опыта. Психическое отражение во многом зависит от функционирования **мозга** – центрального отдела нервной системы человека и животных, обеспечивающего координацию деятельности организма и нервной системы с целью активной ориентации субъекта. Мозг (спинной и головной) образует ЦНС. Помимо нее, жизнь организма обеспечивает периферическая нервная система, основная функция которой связать все участки организма с ЦНС. У человека носителем психики является головной мозг.

Однако психику нельзя свести просто к нервной системе. Психические свойства являются результатом нейрофизиологической деятельности мозга, однако содержат в себе характеристики внешних объектов, а не внутренних физиологических процессов, при помощи которых психическое возникает. Преобразования сигналов, совершающиеся в мозгу, воспринимаются человеком как события, разыгрывающиеся вне его, во внешнем пространстве и мире. Мозг выделяет психику, мысль подобно тому, как печень выделяет желчь. Недостаток этой теории в том, что отождествляют психику с нервными процессами, не видят качественных отличий между ними.

Психические явления соотносятся не с отдельным нейрофизиологическим процессом, а с организованными совокупностями таких процессов, т.е. психика - это системное качество мозга, реализуемое через многоуровневые функциональные системы мозга, которые формируются у человека в процессе жизни и овладения им исторически сложившимися формами деятельности и опыта человечества через собственную активную деятельность. Таким образом, специфически человеческие качества (сознание, речь, труд и пр.), человеческая психика формируются у человека только прижизненно, в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями. Таким образом, психика человека включает в себя по меньшей мере три составляющих: внешний мир, природу, ее отражение – полноценную деятельность мозга –

взаимодействие с людьми, активную передачу новым поколениям человеческой культуры, человеческих способностей.

Психическое отражение не является зеркальным, механически пассивным копированием мира (как зеркало или фотоаппарат), оно сопряжено с поиском, выбором, в психическом отражении поступающая информация подвергается специфической обработке, т.е. психическое отражение – это активное отражение мира в связи с какой-то необходимостью, с потребностями, это субъективное избирательное отражение объективного мира, так как принадлежит всегда субъекту, вне субъекта не существует, зависит от субъективных особенностей. Психика – это "субъективный образ объективного мира".

Психическое отражение характеризуется рядом особенностей:

- оно дает возможность правильно отражать окружающую действительность, причем правильность отражения подтверждается практикой;
- сам психический образ формируется в процессе активной деятельности человека;
- психическое отражение углубляется и совершенствуется;
- обеспечивает целесообразность поведения и деятельности;
- преломляется через индивидуальность человека;
- носит опережающий характер.

Развитие психики в филогенезе (от греч. *phyle* род, племя, и *genesis* – рождение, происхождение) – качественные изменения психики, происходящие в рамках эволюционного развития живых существ, обусловленные усложнением их взаимодействия с внешней средой. Могут происходить на биологической или общественно-исторической основе.

Существуют разные подходы к пониманию того, кому присуща психика:

- 1) антропсихизм** (Декарт) – психика присуща только человеку;
- 2) панпсихизм** (французские материалисты) – всеобщая одухотворенность природы, всей природе, всему миру присуща психика (и камню в том числе);
- 3) биопсихизм** – психика – это свойство живой природы (присуща и растениям);
- 4) нейропсихизм** (Ч. Дарвин) – психика свойственна только организмам, которые имеют нервную систему;
- 5) мозгопсихизм** (К. К. Платонов) – психика только у организмов с трубчатой нервной системой, имеющих головной мозг (при таком подходе, у насекомых психики нет, т.к. у них узелковая нервная система, без выраженного головного мозга);
- 6) критерием появления зачатков психики у живых организмов является наличие чувствительности** (А. Н. Леонтьев) – способность реагировать на жизненно незначимые раздражители среды (звук, запах и т. п.), которые являются сигналами для жизненно важных раздражителей (пища, опасность) благодаря их объективно устойчивой связи. Критерием

чувствительности является способность образовывать условные рефлексy – закономерная связь внешнего или внутреннего раздражителя с той или иной деятельностью через посредство нервной системы.

Эволюционная теория утверждает, что наиболее приспособленные к данной среде особи оставят больше потомства, чем менее приспособленные, потомки которых постепенно будут уменьшаться и исчезать. Эта теория позволяет понять, как происходила эволюция поведения и психики со времени появления жизни на Земле до наших дней. *Психика возникает и развивается у животных именно потому, что иначе они не могли бы ориентироваться в среде и существовать.*

В современной отечественной психологической науке существует гипотеза, которая получила наибольшее развитие и признание. Она принадлежит **А. Н. Леонтьеву** (1903–1979). Его теория развития психики (от простейших животных до психики человека) изложена в книге «Проблемы развития психики». Позднее она была доработана и уточнена **К. Э. Фабри** на основе новейших зоопсихологических данных. Теперь ее называют **концепцией Леонтьева-Фабри**. В качестве объективного критерия психики А. Н. Леонтьев предложил рассматривать способность живых организмов реагировать на определенные воздействия или раздражители среды (звук, запах), (другими словами – отражать). История развития психики и поведения животных делится на ряд стадий и уровней. А. Н. Леонтьев выделил основные **три стадии**:

- 1) стадия элементарной сенсорной психики,
- 2) стадия перцептивной психики,
- 3) стадия интеллекта.

К. Э. Фабри сохраняет лишь первые две стадии, растворяя стадию интеллекта в стадии перцептивной психики. Затем ученый вводит разделение каждой стадии на уровни. Первая включает в себя два уровня: низший и высший, а вторая – три уровня: низший, высший и наивысший.

Таблица 2. Стадии и уровни развития психики и поведения животных (по А.Н.Леонтьеву и К.Э.Фабри)

Стадии и уровень психического отражения, его характеристика	Особенности поведения, связанные с данной стадией и уровнем	Виды живых существ, достигших этого уровня развития
I. Стадия элементарной сенсорной психики		
А. Низший уровень Примитивные элементы чувствительности. Развитая раздражимость.	А. Четкие реакции на биологически значимые свойства среды через изменение скорости и направления движения. Элементарные формы движений. Слабая пластичность поведения. Несформированная способность реагирования на биологически нейтральные, лишённые жизненного значения свойства среды. Слабая, нецеленаправленная двигательная активность.	А. Простейшие. Многие низшие многоклеточные организмы, живущие в водной среде.

<p>Б. Высший уровень Наличие ощущений. Появление важнейшего органа манипулирования – челюстей. Способность к формированию элементарных условных рефлексов.</p>	<p>Б. Четкие реакции на биологически нейтральные раздражители. Развитая двигательная активность (ползание, рытье в грунте, плавание с выходом из воды на сушу). Способность избегать неблагоприятных условий среды, уходить от них, вести активный поиск положительных раздражителей. Индивидуальный опыт и научение играют небольшую роль. Главное значение в поведении имеют жесткие врожденные программы.</p>	<p>Б. Высшие (кольчатые) черви, брюхоногие моллюски (улитки), некоторые другие беспозвоночные.</p>
<p>II. Стадия перцептивной психики.</p>		
<p>А. Низкий уровень Отражение внешней действительности в форме образов предметов. Интеграция, объединение воздействующих свойств в целостный образ вещи. Главный орган манипулирования – челюсти.</p>	<p>А. Формирование двигательных навыков. Преобладают ригидные, генетически запрограммированные компоненты. Двигательные способности весьма сложны и разнообразны (ныряние, ползание, ходьба, бег, прыжки, лазанье, полет и др.). Активный поиск положительных раздражителей, избегание отрицательных (вредных), развитое защитное поведение.</p>	<p>А. Рыбы и другие низшие позвоночные, а также (отчасти) некоторые высшие беспозвоночные (членистоногие и головоногие моллюски). Насекомые.</p>
<p>Б. Высший уровень Элементарные формы мышления (решение задач). Складывание определенной «картины мира».</p>	<p>Б. Высокоразвитые инстинктивные формы поведения. Способность к научению.</p>	<p>Б. Высшие позвоночные (птицы и некоторые млекопитающие).</p>
<p>В. Наивысший уровень Выделение в практической деятельности особой, ориентировочно-исследовательской, подготовительной фазы. Способность решать одну и ту же задачу разными методами. Перенос однажды найденного принципа решения задачи в новые условия. Создание и использование в деятельности примитивных орудий. Способность к познанию окружающей действительности независимо от наличных биологических потребностей. Непосредственное</p>	<p>В. Выделение специализированных органов манипулирования: лап и рук. Развитие исследовательских форм поведения с широким использованием ранее приобретенных знаний, умений и навыков.</p>	<p>В. Обезьяны, некоторые другие высшие позвоночные (собаки, дельфины)</p>

усмотрение и учет причинно-следственных связей между явлениями в практических действиях (<i>инсайт</i>).		
--	--	--

На **стадии элементарной сенсорной психики** животное реагирует только на отдельные свойства предметов внешнего мира и его поведение определяется врожденными инстинктами (питания, самосохранения, размножения и т. п.).

Простейшие микроорганизмы не обладают психикой. Для них характерна наиболее элементарная форма отражения – раздражимость. **Раздражимость** – это свойство живых организмов реагировать изменением своего состояния или движения на внешнее воздействие. Внешне раздражимость проявляется в двух формах: **притягивание** (приближение), вызываемое положительными воздействиями, и **отталкивание** (избегание) при отрицательных воздействиях. Так, амеба, представляющая собой всего лишь одну живую клетку, удаляется от одних раздражителей и приближается к другим.

Дальнейшее развитие раздражимости у живых существ связано с усложнением условий жизни более развитых организмов, которые соответственно имеют и более сложное анатомическое строение. Сочетание этих внешних и внутренних условий (условия обитания и строение) предопределяет возникновение – чувствительности. **Чувствительность** характеризует общую способность к ощущениям. По мнению А. Н. Леонтьева, *появление чувствительности у животных может служить объективным признаком возникновения психики.*

Позднее в процессе эволюционного самосовершенствования живых существ в их организмах выделился специальный орган, взявший на себя функцию управления развитием, поведением и воспроизводством. Это – **нервная система**. Элементарная нервная система впервые появляется у кишечнорастных животных (гидра, медуза, актиния). Эта нервная система представляет собой отдельные нервные клетки с отростками, переплетающимися между собой, и называется **сетевидной** или **диффузной**. При такой нервной системе наблюдается недифференцированные реакции всего организма на различные раздражители. Управляющий центр появляется на следующем этапе развития нервной системы – **ганглиозной** (узловой или цепочечной) **нервной системы**. У червей нервные узлы (ганглии) расположены в каждом сегменте тела. Все узлы соединены между собой, и организм действует как единое целое. При этом головной узел устроен значительно сложнее, чем все остальные.

Нервная система насекомых еще более развита и усложнена. У них уже отчетливо выделяются брюшной, грудной и головной участки. Заметно усложняется головной узел, регулирующий движение конечностей, крыльев и других органов. У высших насекомых (пчелы, муравьи) имеются обонятельные, вкусовые, осязательные, зрительные ощущения. Психическое отражение, характерное для насекомых, также относится к сенсорной стадии

развития психики. На этой стадии отражаются отдельные свойства предметов при их непосредственном воздействии на живое существо, но нет еще отражения предмета в целом.

Стадия перцептивной психики. У позвоночных животных появляется новый тип нервной системы – **центральная**, для которой характерно выделение **спинного** и **головного мозга**. На этой стадии развитие центральной нервной системы выражается в постепенной кортикализации, то есть увеличении объема и роли коры головного мозга. Развитие ЦНС у различных животных происходит неодинаково и неравномерно. Оно обусловлено образом жизни вида, особенно среды обитания. Например, у рыб наиболее существенную роль играет обоняние, и в соответствии с этим у них особенно развиты доли мозга (низший уровень данной стадии), ведающие этой чувствительностью. Для птиц решающее значение имеет зрение, и зрительная область коры получила у них наибольшее развитие. У обезьян и человека ведущую роль играют зрительные ощущения. Зрительная область коры у них развита значительно лучше, чем, например, обонятельная. С появлением ЦНС появляется и новая форма психического отражения – перцептивная стадия развития психики. На этой стадии для животных доступно одновременное отражение нескольких раздражителей и их синтезирование в образ предмета. Благодаря этому создается предметное отражение.

Формы поведения животных. Различают три основных формы поведения животных: **инстинкт**, **навык** и **интеллектуальную форму поведения** (является наивысшей стадией развития психики животных).

Инстинкт – это врожденная видовая форма поведения. Каждый вид животных имеет присущий только ему набор инстинктов. В основном они остаются неизменными на протяжении всей жизни. Инстинкт – это шаблонная форма поведения, она оказывается целесообразной при неизменности условий жизни животного. Если же условия меняются, то этого животное не замечает. Оно продолжает действовать по заложенной в генном аппарате программе.

Например, действия пчелы, тщательно заделывающей воском каждую соту с медом, кажутся весьма целесообразными. Провели такой эксперимент: прокололи соты с противоположной стороны, и мед вытек. Пчелы так же тщательно заливали их воском. Птицы улетают на зимовку в южные географические районы, где обычно для них бывают благоприятные условия. Однако некоторые зимы в этих районах оказываются суровыми, многие тысячи птиц гибнут, но не перелетают в более южные области.

Инстинкт – жестко организованная форма поведения животных. Бобры строят плотины строго определенным образом. Каждый вид муравьев возводит свой вид муравейника. Каждый вид птиц вьет гнезда по-своему, причем это проявляется и у птиц, выведенных в инкубаторе. Последние, помещенные в искусственную обстановку, строили гнездо по шаблону, присущему данному виду птиц. Шаблонность инстинктов проявляется и в том, что они вызываются строго определенными раздражителями. Экспериментально было установлено, что сосательные движения щенка

начинаются только тогда, когда он прикасается к теплой шерсти. На теплую резиновую грелку подобная реакция отсутствует, когда же подносили к щенку нагретый кусок меха, он начинал искать сосок и производить сосательные движения.

Таким образом, инстинкты – биологически полезная форма поведения, но она обеспечивает приспособление животных, сохранение вида только по отношению к постоянным и, как правило, основным условиям существования. Более полное и точное приспособление к условиям жизни обеспечивают навыки.

Навык. Навыки в отличие от инстинктов – индивидуально приобретенная форма поведения животных. Навыки вырабатываются у животных, как в естественных условиях жизни, так и в процессе их дрессировки человеком.

Навыки формируются у животных методом проб и ошибок. Многократное повторение какого-нибудь действия и получение положительного подкрепления при достижении результата приводят к постепенному формированию соответствующей реакции. В эксперименте перед курицей была поставлена П-образная сетка, а за сеткой насыпано зерно. Курица совершила многократные попытки через сетку попасть к зерну. Таких проб было совершено много десятков, пока случайно курица не обогнула сетку и не достигла зерна. В повторных экспериментах количество ошибочных проб постепенно сокращалось, и у данной курицы вырабатывалась новая форма поведения.

Навык – изменяющаяся форма поведения животных, поэтому без соответствующего подкрепления он постепенно исчезает. Так, в аквариум, разделенный стеклянной перегородкой, в одну секцию была помещена щука, а в другую – маленькие рыбки. Щука сотни раз пыталась схватить рыбок, но ударялась о стекло. Прошло время, и у щуки выработался навык: она перестала бросаться на рыбок. Этот навык сохранился и после того, как убрали стеклянную перегородку. Однако скоро навык исчез, и щука начала вести себя обычным образом.

Кроме того, изменение навыка проявляется в *переносе*. У обезьян был выработан навык открывать защелку ящика, где лежал банан, правой передней лапой. Эту лапу прибинтовали к туловищу, обезьяна открыла защелку левой передней лапой. Прибинтовали и ее. Обезьяна стала открывать защелку задней лапой. Когда и это оказалось невозможным – в ход пошли зубы. Перенос навыков в основном характерен для высокоорганизованных животных. Возможность образования навыков зависит от общего уровня развития животного и от степени соответствия вырабатываемого навыка имеющимся инстинктивным формам поведения. Опытные дрессировщики всегда учитывают это. Очень умело его использовал В. А. Дуров.

Существует теснейшая связь между навыками и инстинктами, которая выражается в том, что наиболее успешно вырабатываются навыки, соответствующие инстинктам. С другой стороны – навыки влияют на

инстинкты, подчас тормозят их проявление. Хорошо дрессированная собака берет пищу только из рук хозяина. Здесь навык подавляет один из сильнейших инстинктов – пищевой. Специально обученные собаки с привязанными минами бросались под танки. В этом случае навык подавил не менее сильный инстинкт самосохранения. В процессе эволюционного развития навыки, соответствующие условиям жизни многих поколений животных, постепенно закрепляются и превращаются в наследуемые формы поведения. Именно в этом и проявляется естественный отбор, обеспечивающий приспособление животных к существующим условиям их жизни.

Стадия интеллектуального поведения животных. Интеллектуальное поведение – это высший тип поведения животных. Оно наблюдается у высших обезьян и дельфинов. Интеллектуальное поведение обеспечивает наиболее полное и точное приспособление животных к изменяющимся условиям окружающей среды. На основе многочисленных опытов И. П. Павлов пришел к выводу, что обезьянам доступно изменение сформировавшихся навыков, объединение их в новые комбинации в соответствии с изменением внешней обстановки. Обезьяны, как писал И. П. Павлов, осуществляют «ассоциации ассоциаций». Этим животным доступно целостное отражение отдельных предметов, а также связей между ними, данных непосредственно во внешних признаках.

Установление связей подтверждается многочисленными опытами, которые проводились различными исследователями с обезьянами. Высоко подвешивалась приманка, и обезьяна могла ее достать только палкой, которую нужно было составить из нескольких отрезков. Задача осложнялась тем, что у разных отрезков палки один из концов имел форму квадрата, треугольника или круга, а с другого конца было соответствующей формы углубление. Палку можно было составить, лишь правильно подобрав отрезки. После многочисленных проб и ошибок обезьяна справлялась с этой задачей и составленной палкой сбивала приманку. В другом эксперименте перед клеткой обезьяны ставилась кружка, в которой находился мандарин. В ручку кружки была продета лента. Концы ленты располагались так, что обезьяна не могла дотянуться до них лапой. Это можно было сделать с помощью палки, которая лежала перед клеткой. Но и до этой палки обезьяна тоже не могла дотянуться лапой. Это можно было сделать, используя короткую палочку, лежащую в клетке. Совершив много безрезультатных попыток непосредственно достать кружку с мандарином, схватить концы ленты, достать большую палку, обезьяна, в конце концов, совершила всю цепь необходимых действий: маленькой палочкой придвинула большую палку, с помощью этой палки, после очень большого количества проб и ошибок, за оба конца ленты (вначале обезьяна все время брала только один конец ленты, тянула за него, лента свободно выходила из ручки, а кружка оставалась на месте) подтянула к себе кружку и взяла мандарин. Первый из этих опытов свидетельствует о том, что для интеллектуальной формы поведения характерно установление связи между различными формами предметов, а

второй – о возможности устанавливать пространственные связи в наглядной ситуации.

Следует отметить еще одну важную особенность интеллектуального поведения высших животных – способность решать так называемые «двухфазные задачи». Суть этих задач заключается в том, что первая часть действий животного непосредственно не ведет к достижению желаемого результата, а только подготавливает необходимые условия. Это проиллюстрировано в только что приведенных примерах. Составление палки из отдельных отрезков прямо не направлено на овладение приманкой, а лишь подготавливает условия для этого. Когда во втором эксперименте обезьяна берет короткую палочку, чтобы достать длинную, это тоже лишь подготовка к решению основной задачи. Особенно отчетливо подготовительный этап заметен в следующем опыте. В длинную трубку была помещена конфета, достать которую лапой нельзя. Рядом лежала широкая щепка, довольно быстро обезьяна попробовала использовать ее, но щепка не проходила в трубку. Тогда обезьяна принялась обкусывать, обламывать ее. Только после этого конфету удалось вытолкнуть из трубки. В возможности совершать подготовительные действия зарождается прообраз изготовления орудий труда, что характерно только для человека.

Итак, интеллектуальная форма поведения характеризуется тем, что она обеспечивает достаточно точное приспособление животных к изменяющимся условиям; при ней оказывается возможным не только отражение отдельных предметов, но и внешних связей между ними; эта форма поведения может включать в себя подготовительный этап, обеспечивающий успешное решение основной задачи.

Особенности психической деятельности животных, отличающие ее от психики человека:

- вся активность животных определяется биологическими мотивами. Это хорошо выражено в словах немецкого психолога А. Гельба: «Животное не может делать ничего бессмысленного. На это способен только человек»;
- вся деятельность животных ограничена рамками наглядных конкретных ситуаций. Они не способны планировать свои действия, руководствоваться «идеально» представляемой целью. Это проявляется, например, в отсутствии у них изготовления орудий впрок;
- основу поведения животных, включая язык и общение, составляют наследственные программы. Научение у них ограничивается приобретением индивидуального опыта, благодаря чему они приспособляются к конкретным условиям существования индивида;
- у животных отсутствуют закрепление, накопление и передача опыта поколений в материальной форме, то есть в форме предметов материальной культуры.

2. Сознание как высшая форма развития психики

Психика человека – качественно более высокий уровень, чем психика животных (*Homo sapiens* – человек разумный). Сознание, разум человека развивались в процессе трудовой деятельности, которая возникает в силу необходимости, осуществления совместных действий для добывания пищи при резком изменении условий жизни первобытного человека. И хотя видовые биолого-морфологические особенности человека устойчивы уже в течение 40 тысячелетий, развитие психики человека происходило в процессе трудовой деятельности. Таким образом, материальная, духовная культура человечества – это объективная форма воплощения достижений психического развития человечества.

В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции в высшие психические функции – специфически человеческие, общественно-исторически обусловленные формы памяти, мышления, восприятия (логическая память, абстрактно-логическое мышление), опосредованные применением вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития. Единство высших психических функций образует сознание человека.

Вертикальное положение тела оказалось существенной предпосылкой для развития мозга человека, расширяло его кругозор, приводило к дифференциации передних и задних конечностей. Освобождение передних конечностей от выполнения только функции опоры и передвижения создавало возможность использовать их для захвата предметов, манипулирования ими. Манипуляция предметами приводила к формированию мелких, скоординированных движений, что совершенствовало центры мозга, которые управляли подобными движениями. Рассмотрение предмета с различных сторон, восприятие таких свойств, как форма, вес, характер поверхности, степень твердости, формировали различные органы чувств и соответствующие им участки мозга.

Стадный образ жизни обезьян предполагал совместную жизнедеятельность, в процессе которой дифференцировались обязанности между отдельными представителями стада. Совместная деятельность при дифференциации обязанностей порождала необходимость общения. Необходимость общения формировала систему сигналов, послужившую основой для зарождения членораздельной человеческой речи. Зарождение и развитие речи приводило к совершенствованию голосового аппарата, к усложнению и развитию сложнейшей речевой системы мозга, которую И. П. Павлов назвал **второй сигнальной системой**. Вторая сигнальная система стала мощным средством самоуправления и саморегуляции человека. Восприятие приобрело такие качества, как предметность, константность, осмысленность, структурность; внимание стало произвольным, память – логической, мышление словесным и абстрактным.

Значительным изобретением человечества, оказавшим влияние на развитие людей, стали знаковые системы. Появление буквенной символики привело к возможности записи, хранения и воспроизведения информации. Благодаря языку человек стал носителем **общественного сознания**. Если вникнуть в этимологию слова «сознание», то получается, что со-знание – это совместное знание. Каждый человек в ходе индивидуального развития через овладение языком приобщается к «совместному знанию», и только благодаря этому формируется его индивидуальное сознание. Итак, вертикальное положение тела, стадный образ жизни – все это биологические предпосылки возникновения сознания. Решающим условием, благодаря которому возникло сознание человека, явился труд. Именно изготовление орудий труда и является показателем появления разумного человека (*homo sapiens*).

Таким образом, ускоренному психическому развитию людей способствовали три основных достижения человечества: изобретение орудий труда, производство предметов материальной и духовной культуры и возникновение языка и речи. С помощью орудий труда человек получил возможность воздействовать на природу и глубже ее познавать. Первые такие орудия – топор, нож, молоток – одновременно служили и той и другой цели. Человек изготавливал предметы домашнего обихода и изучал свойства мира, не данные непосредственно органам чувств. Совершенствование орудий и выполняемых с их помощью трудовых операций вело к преобразованию и улучшению функций руки, благодаря чему она превратилась со временем в самое тонкое и точное из всех орудий трудовой деятельности. На примере руки учился познавать действительность глаз человека, она же способствовала развитию мышления и создавала основные творения человеческого духа.

Создаваемые людьми предметы материальной и духовной культуры не пропадали бесследно, а передавались и воспроизводились из поколения в поколение, совершенствуясь. Новому поколению людей не было необходимости изобретать их заново, достаточно было обучиться пользоваться ими с помощью других людей, уже умеющих это делать. Из этого следует, что кроме пищевой, оборонительной, половой и других, имеющих чисто биологический характер, у человека зарождается потребность в ориентировочно-поисковой деятельности. Эта потребность знаменует собой зарождение познавательного отношения к действительности, которое характерно для человека и принципиально отличает его от животного мира. Следовательно, человека от животных отличает способность рассуждать и мыслить абстрактно, размышлять о своем прошлом, критически оценивать его, и думать о будущем.

Таким образом, *главным условием возникновения и развития человеческого сознания является совместная продуктивная опосредованная речью орудийная деятельность людей*. В результате психика человека не только освобождается от тех черт, которые характерны для психики животных, но и начинает в большей степени подчиняться законам

общественно-исторического развития, а не только и не столько законам биологического развития.

Сознание – это высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущий человеку как социальному существу. Сознание может включать мысли, ощущения, восприятия, настроения, воображение и самосознание. В разное время оно может выступать как тип ментального состояния, как способ восприятия, как способ взаимоотношений с другими. Оно может быть описано как точка зрения, как «Я» и т. д. В общем смысле сознание означает состояние бодрствования и ответную реакцию на окружающий мир в противоположность состояниям сна или комы. Многие философы рассматривают сознание как самую важную вещь в мире. С другой стороны, они считают, что это понятие слишком расплывчатое по значению для того, чтобы его использовать.

Основные пути научного решения проблемы о природе психики человека наметил Л. С. Выготский. Он разработал культурно-историческую теорию развития психики человека и показал, что у человека возникает особый вид психических функций, названный им «высшими психическими функциями» (произвольное внимание, произвольная память, логическое мышление и т. д.), которые полностью отсутствуют у животных. Эти функции составляют высший уровень развития психики человека, обобщенно называемый сознанием. Они формируются в ходе социальных взаимодействий и благодаря им. Эпицентром сознания является сознание собственного «Я».

Основными **психологическими свойствами сознания** являются:

активность – указывает на то, что при сознательном отражении действительности человек выступает в качестве активного, а не пассивного начала, что выражается в выделении наиболее значимого, в способности определять приоритеты своей деятельности и поведения;

интенциональность – сознание человека всегда направлено на какой-либо объект. Благодаря этому свойству сознания человек различает субъект и объект, то есть то, что принадлежит «Я» человека и его «не Я»;

рефлексивность – способность человека направлять сознание на свой внутренний мир и вследствие этого познавать себя, сравнивать себя с опытом других людей, вставать на место других;

целостность – сознание психически здорового человека, как правило, обладает целостностью. В рамках данного свойства не исключены внутренние конфликты ценностей и интересов. Некоторые психические заболевания характеризуются нарушениями целостности сознания, как, например, при шизофрении;

константность – относительная устойчивость, неизменчивость и преемственность сознания, определяемые памятью;

мотивационно-ценностная природа – сознательное отражение действительности человеком пристрастно. Пристрастность определяется доминирующими мотивами и личными ценностями конкретного человека;

динамичность – изменяемость и способность сознания к непрерывному развитию;

индивидуальность – сознание каждого человека отличается от сознания других людей, что обусловлено генетическими отличиями, условиями воспитания, жизненным опытом, социальным окружением;

уровень ясности – степень осознания человеком отражаемых в данный момент объектов.

Таким образом, сознание как особенность психики человека является продуктом общественно-исторического развития человеческого общества, возможность существования коего обусловлена использованием и изготовлением орудий труда, элементов языка, знаний, норм поведения.

3. Структура и содержание сознания

Одно из первых собственно научных представлений о структуре сознания принадлежит З. Фрейду. Австрийский ученый считал, что сознание имеет иерархическую структуру и включает в себя:

- *бессознательное* (инстинкты, влечения, забытая информация, «вытесненные» переживания);
- собственно *сознание* (то, что находится в поле актуального внимания и то, что легко вспоминается);
- *сверхсознание* (совокупность морально-нравственных установок и норм поведения, усваиваемые в процессе воспитания и выполняющие функцию совести).

Отечественный психолог А. В. Петровский в структуре сознания выделяет следующие содержательные характеристики:

- сознание является совокупностью знаний об окружающем мире;
- в сознании зафиксировано четкое различие между субъектом и объектом, между «я» и «не я»;
- сознание обеспечивает осуществление целеполагающей деятельности человека;
- в структуру сознания входит и эмоциональная сфера человека. Она отвечает за формирование эмоциональных оценок в межличностных отношениях и самооценки, эмоциональных реакций на явления окружающего мира, на внутренние явления [8].

Выделяют два слоя сознания (В. П. Зинченко):

I. Бытийное сознание (сознание для бытия), включающее в себя:

- 1) биодинамические свойства движений, опыт действий;
- 2) чувственные образы.

II. Рефлексивное сознание (сознание для сознания), включающее в себя:

- 1) значение;
- 2) смысл.

Значение – содержание общественного сознания, усваиваемое человеком. Это могут быть операционные значения, предметные, вербальные значения, житейские и научные значения – понятия.

Смысл – субъективное понимание и отношение к ситуации, информации. Непонимание связано с трудностями осмысления значений. Процессы взаимной трансформации значений и смыслов (осмысление значений и означение смыслов) выступают средством диалога и взаимопонимания.

На бытийном слое сознания решаются очень сложные задачи, так как для эффективного в той или иной ситуации поведения необходима актуализация нужного в данный момент образа и нужной двигательной программы, т.е. образ действия должен вписываться в образ мира. Мир идей, понятий, житейских и научных знаний соотносится со значением (рефлексивного сознания).

4. Функции сознания

Выделяют следующие свойства сознания: построение отношений, познание и переживание. Отсюда непосредственно следует включение мышления и эмоций в процессы сознания. Действительно, основной функцией мышления является выявление объективных отношений между явлениями внешнего мира, а основной функцией эмоции – формирование субъективного отношения человека к предметам, явлениям, людям. В структурах сознания синтезируются эти формы и виды отношений, и они определяют как организацию поведения, так и глубинные процессы самооценки и самосознания. Реально существуя в едином потоке сознания, образ и мысль могут, окрашиваясь эмоциями, становиться переживанием.

Сознание развивается у человека только в социальных контактах. В филогенезе сознание человека развивалось и становится возможным лишь в условиях активного воздействия на природу, в условиях трудовой деятельности. Сознание возможно лишь в условиях существования языка, речи, возникающей одновременно с сознанием в процессе труда.

Описанные выше феномены сознания позволяют выделить основные его **функции:**

отражательная – сознание организует познавательные процессы (восприятие, представление, память, мышление);

оценочная – сознание принимает участие в формировании части эмоций и большинства чувств, что ведет к оценке большинства событий и самого себя;

креативная – творчество невозможно без сознания, оно есть путь и средство самопознания и развития человека через восприятие им своих собственных творений;

преобразующая – благодаря сознанию человек преобразует себя и окружающий мир в соответствии со своими потребностями;

духовная – обуславливает становление индивидуальности и развитие духовности;

рефлексивная – человек на уровне сознания оценивает самого себя, анализирует свои мысли и поступки, наблюдает за собой, сосредоточивается

на самом себе, что позволяет ему лучше понять, как мыслят и чувствуют другие люди, с которыми он взаимодействует, как они его оценивают.

В качестве объекта рефлексии могут выступать:

- отражение мира,
- мышление о нем,
- способы регуляции человеком своего поведения,
- сами процессы рефлексии,
- свое личное сознание.

5. Сознание и бессознательное

В зоне ясного сознания находит свое отражение малая часть одновременно приходящих из внешней и внутренней среды организма сигналов. Сигналы, попавшие в зону ясного сознания, используются человеком для осознанного управления своим поведением. Остальные сигналы также используются организмом для регулирования некоторых процессов, но на подсознательном уровне. Осознание затрудняющих регуляцию или решение задачи обстоятельств способствует нахождению нового режима регулирования или нового способа решения, но как только они найдены, управление вновь передается в подсознание, а сознание освобождается для разрешения вновь возникающих трудностей. Эта непрерывная передача управления, обеспечивающая человеку возможность решать все новые задачи, опирается на гармоничное взаимодействие сознания и подсознания. Сознание привлекается к данному объекту только на короткий интервал времени и обеспечивает выработку гипотез в критические моменты недостатка информации.

Таким образом, психика человека имеет два уровня: высший, образуемый сознанием и низший, образуемый бессознательным (или подсознательным).

Сознательная деятельность человека не исключает наличия в ней бессознательного. Сознание и подсознание находятся между собой в постоянном взаимодействии. **Бессознательное** – это совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных явлениями действительности, во влиянии которых субъект не отдает себе отчета. Бессознательное отличается от сознательного тем, что отражаемая им реальность сливается с переживаниями субъекта, поэтому в бессознательном невозможны произвольный контроль осуществляемых субъектом действий и оценка их результатов. Бессознательное проявляется в сновидениях, эмоциональном заражении, панике, интуиции, аффектах, гипнозе, непроизвольном запоминании (забывании), ошибочных действиях (описки, оговорки) и т. д., а также в стремлениях, чувствах, поступках, причины которых не осознаются личностью.

Значительный вклад в разработку проблемы бессознательного внес австрийский психиатр Зигмунд Фрейд (1856–1939). Согласно его теории бессознательного, в психике человека существуют три сферы, или области:

сознание, предсознание и бессознательное. Предсознание – это скрытые, латентные знания, которыми человек располагает, но которые в данный момент в его сознании не присутствуют. В свое время З. Фрейд сравнил человеческое сознание с айсбергом, который на 9/10 погружен в море бессознательного. Бессознательное в личности человека – это те качества, интересы, потребности и т. п., которые человек не осознает у себя, но которые присущи ему и проявляются в разнообразных произвольных реакциях, действиях, психических явлениях. Бессознательное оказывает сильное влияние на наше поведение, действия. Они с трудом переходят в сознание, благодаря таким механизмам, как вытеснение и сопротивление.

З. Фрейд выделил три основные формы проявления бессознательного – сновидения, ошибочные действия (забывание вещей, намерений, имен; опуски, оговорки и т. п.) и невротические симптомы.

1) *Сновидения.* Традиционно психология признает два состояния сознания, присущих всем людям: а) сон, рассматриваемый как период отдыха, б) состояние бодрствования, или активное состояние сознания, которому соответствует активация всего организма, позволяющая ему улавливать, анализировать сигналы внешнего мира, отправлять некоторые из них в память или же реагировать на них адекватным или неадекватным поведением в зависимости от предшествующего опыта и навыков. Таким образом, бодрствование – это состояние, в котором мы можем приспосабливаться к внешнему миру.

В среднем наш организм функционирует с чередованием: 16 часов бодрствования и 8 часов сна. Этот 24-часовой цикл управляется внутренним контрольным механизмом, называемым биологическими часами, которые ответственны за возбуждение центра сна, расположенного в стволе мозга, и центра бодрствования, которым служит ретикулярная формация мозга. Долгое время полагали, что сон – это просто полный отдых организма, позволяющий ему восстанавливать силы, израсходованные в период бодрствования. Так, недостаток сна существенно сказывается на поведении: ухудшается или даже нарушается мыслительная и трудовая деятельность, некоторые люди засыпают буквально стоя, галлюцинируют или начинают бредить после 2-3 дней лишения сна. Сейчас известно, что сон – не просто восстановительный период для организма, а включает различные стадии, выполняет разнообразные функции. Выделяют "медленный сон" и "быстрый, парадоксальный сон" в зависимости от особенностей мозговой активности.

Согласно гипотезе Хартмана (1978), отключение человека от внешней среды во время сна необходимо для содержательной обработки накопленной за день информации.

Содержание сновидений, по З. Фрейду, связано с бессознательными желаниями, чувствами, намерениями человека, его неудовлетворенными или не вполне удовлетворенными важными жизненными потребностями. Во сне неудовлетворенные потребности получают галлюцинаторную реализацию. Если соответствующие мотивы поведения неприемлемы для человека, то их

явное проявление даже во сне блокируется усвоенными нормами морали, так называемой цензурой. Действие цензуры искажает, запутывает содержание сновидений, делая их алогичными, непонятными и даже странными. Для их расшифровки требуется специальная интерпретация, называемая психоанализом.

Сновидения отражают мотивацию, желания человека, эти мотивации как бы всплывают во время сна, когда клетки ретикулярной формации посылают возбуждающие импульсы центрам, ответственным за влечения и инстинкты. Сновидения как бы служат для символической реализации нереализованных желаний человека, разряжают очаги возбуждения, возникшие из-за неоконченных дел и тревожных мыслей. По мнению Фрейда, сновидения обеспечивают психологический комфорт, уменьшая возникшую в течение дня эмоциональную напряженность и вызывая этим чувство удовлетворения и облегчения. Исследование Фаулкса (1971) показали, что сновидения, интенсивная работа мозга во сне имеют своей целью помочь человеку решить его проблемы во время сна либо ослабить или даже устранить тревожащее человека желание, переживание.

Согласно гипотезе Френча и Фромма, в сновидениях используются механизмы образного мышления для решения мотивационных конфликтов, которые не удастся решить с помощью логического анализа во время бодрствования, т.е. сновидения представляют собой механизм психологической защиты и стабилизации человека, благодаря которой человек черпает энергию, необходимую для разрешения своих проблем. Сновидения являются своеобразным "окном" в бессознательное человека и своеобразным "каналом" обмена информацией между бессознательным и сознанием, когда более информационно насыщенное "бессознательное" способно в символической или явной форме передать важную информацию для сознания (например, пророческие сны о будущих возможных событиях, о возникающих заболеваниях, о внутренних душевных болевых точках и т.п.).

2) *Ошибочные действия* (забывание вещей, намерений, имен; опiski, оговорки и т. п.) и невротические симптомы.

В повседневной жизни возникает много неприятных переживаний, которые подавляются или вытесняются субъектом. Они образуют аффективные очаги, которые «прорываются» в ошибочных действиях.

Вот несколько случаев из наблюдений З. Фрейда. Первый относится к анализу «провала» его собственной памяти. Однажды З. Фрейд поспорил со своим знакомым по поводу того, сколько в хорошо известной им обоим дачной местности ресторанов: два или три? Знакомый утверждал, что три, а З. Фрейд – что два. Он назвал эти два и настаивал, что третьего нет. Однако этот третий ресторан все-таки был. Он имел то же название, что и имя одного коллеги З. Фрейда, с которым тот находился в натянутых отношениях.

Следующий пример относится к оговоркам. З. Фрейд считал, что оговорки возникают не случайно: в них прорываются истинные (скрываемые) намерения и переживания человека. Однажды председатель собрания,

который по некоторым личным причинам не хотел, чтобы собрание состоялось, открывая его, произнес: «Разрешите считать наше собрание закрытым».

А вот пример ошибочного действия. Когда З. Фрейд был молодым практикующим врачом и ходил к больным на дом (а не они к нему), он заметил, что перед дверями некоторых квартир он вместо того чтобы позвонить, доставал собственный ключ. Проанализировав свои переживания, он нашел, что это случалось у дверей тех больных, где он чувствовал себя «как дома».

3) *Невротические симптомы* были главными проявлениями, с которыми начал работать З. Фрейд. Вот один пример из его врачебной практики. Молодая девушка заболела тяжелым неврозом после того, как, подойдя к постели умершей сестры, на мгновение подумала о своем шурине (муже сестры): «Теперь он свободен и сможет на мне жениться». Эта мысль была тут же ею вытеснена как совершенно неподходящая в данных обстоятельствах, и, заболев, девушка совершенно забыла всю сцену у постели сестры. Однако во время лечения она с большим трудом и волнением вспомнила ее, после чего наступило выздоровление.

Согласно представлениям З. Фрейда, невротические симптомы – это следы вытесненных травмирующих переживаний, которые образуют в сфере бессознательного сильно заряженный очаг и отсюда производят разрушительную работу. Очаг должен быть вскрыт и разряжен – и тогда невроз лишится своей причины.

Кроме того, все неосознаваемые психические процессы принято разделять на три класса:

- 1) неосознаваемые механизмы сознательных действий,
- 2) неосознаваемые побудители сознательных действий,
- 3) «надсознательные» процессы.

Рассмотрим явления, характерные для каждого из них.

1) *Неосознаваемые механизмы сознательных действий*. В свою очередь, в первый класс входят три подкласса: неосознаваемые автоматизмы; явления неосознаваемой установки; неосознаваемые сопровождения сознательных действий.

Под *неосознаваемыми автоматизмами* подразумевают обычно действия или акты, которые совершаются без участия сознания, как бы «сами собой». В этих случаях часто говорят о «механической работе», о работе, «при которой голова остается свободной». Вот это состояние – состояние «свободной головы» – и означает отсутствие сознательного контроля.

Следует отметить, что процессы, входящие в подкласс неосознаваемых автоматизмов, имеют двойную природу. Одни процессы никогда не осознавались, а другие сначала были осознаваемыми, но затем перестали фиксироваться в сознании. Первые процессы составляют группу первичных автоматизмов. Эту группу процессов еще иногда называют автоматическими действиями. В данную группу входят действия, которые являются

врожденными или были сформированы в первый год жизни ребенка. К их числу относятся: сосательные движения, мигание и конвергенция глаз, схватывание предметов, ходьба и многое другое. Вторая группа явлений, входящих в подкласс неосознаваемых автоматизмов, называется автоматизированными действиями, или навыками. К этой группе действий относятся те, которые вначале были осознаваемыми, т. е. осуществлялись при участии сознания, но затем в результате многократного повторения и совершенствования их выполнение перестало требовать участия сознания, они стали исполняться автоматически. Процесс формирования навыков имеет фундаментальное значение для каждого индивида, поскольку он лежит в основе развития всех наших умений, знаний и способностей. Например, обучение игре на музыкальных инструментах. Все начинается с простого – с обучения правильной посадке, правильному положению рук. Затем отрабатывается аппликатура пальцев и формируется техника исполнения. Постоянные тренировки со временем позволяют перейти на более высокий уровень исполнения музыкального произведения, которое начинает звучать выразительно и чувственно. Так, путем продвижения от простых движений к сложным, благодаря передаче на неосознаваемые уровни уже освоенных действий, человек приобретает мастерство исполнения. Рассматривая проблему автоматизмов, мы должны поставить перед собой вопрос: существуют ли автоматизмы в других, не связанных с движением тела, сферах психической жизни и деятельности человека? Да, существуют, и с многими из них вы хорошо знакомы. Например, бегло читая какой-либо текст, мы, не задумываясь над значением отдельных букв, сразу воспринимаем смысл прочитанного. Трансформация графических символов (в данном случае – букв) в логические понятия проходит для нас совершенно незаметно. Аналогичным образом радист, работающий с азбукой Морзе, воспринимая звучание коротких и длинных сигналов, совершенно свободно переводит их в логическое сочетание букв и слов. Однако все это становится возможным лишь в результате длительной тренировки.

Конечно, не надо думать, что в процессе освобождения действий от сознательного контроля человек совсем не знает, что он делает, – контроль за деятельностью остается. При выполнении какой-либо деятельности часть действий, являющихся наиболее сложными и требующих постоянного контроля, находятся в фокусе нашего сознания. Более отработанные или более простые действия отесняются на периферию нашего сознания, а наиболее освоенные или наиболее простые действия уходят за границу нашего сознания в область бессознательного. Таким образом, контроль сознания за деятельностью человека в целом сохраняется. Кроме того, когда человек начинает совершать много ошибок, например, при усталости или плохом самочувствии, то вновь начинает контролировать свои простейшие действия. Подобное явление можно наблюдать и после длительного перерыва в выполнении какой-либо деятельности.

Явления неосознаваемой установки. Понятие «установка» занимает в психологии очень важное место, потому что стоящие за ним явления пронизывают практически все сферы психологической жизни человека. В отечественной психологии существовало целое направление, разрабатывающее проблему установки в очень широких масштабах. Данное направление было создано основателем грузинской школы психологов Дмитрием Николаевичем Узнадзе (1886-1950), который многие годы разрабатывал его со своими учениками.

По мнению Д. Н. Узнадзе, *установка* – это готовность организма или субъекта к совершению определенного действия или реагирования в определенном направлении. В этом определении делается упор на готовность к действию или реагированию. Можно предположить, что скорость и точность реагирования человека на какой-то раздражитель зависит от навыка совершать определенные действия, поэтому навык и установка – это одно и то же. Однако следует подчеркнуть, что понятия «навык» и «установка» абсолютно не тождественны. Если навык проявляется во время осуществления действия, то готовность относится к периоду, предшествующему осуществлению действия.

Существуют различные виды установки: моторная установка – готовность к выполнению конкретного действия; умственная установка, заключающаяся в готовности решать интеллектуальные задачи с помощью известных и доступных вам способов; перцептивная установка – готовность воспринимать то, что вы ожидаете увидеть, и т. д.

Установка очень важна для человека, поскольку обеспечивает в случае внезапной необходимости выполнение заранее спланированного действия. Такая готовность даже при воздействии другого, не ожидаемого раздражителя может вызвать выполнение заранее предполагаемого действия, что, конечно, очень часто является ошибкой. Такое явление получило название «ошибки установки».

Например, широко известен проводимый среди детей дошкольного возраста опыт по определению вкуса каши. Сладкая каша с одной стороны тарелки обильно посыпается солью. Детям дают ее пробовать, причем, первым шести-семи испытуемым предлагают сладкую кашу, а последнему – соленую. Под воздействием мнения первых испытуемых о том, что каша сладкая, последний уверен, что каша будет сладкой, и даже почувствовав во рту соль, все равно говорит, что каша сладкая. Чем это объяснить? С одной стороны, боязнь выглядеть не так, как все, а с другой – тем, что в процессе проведения эксперимента, пока испытуемый ждал своей очереди попробовать кашу, в его сознании сформировалась установка, что каша сладкая (поскольку все это говорят), и когда его спросят о том, какая каша, он должен будет ответить, что каша сладкая. Поэтому, даже попробовав соленую кашу, он, следуя групповой установке, все равно говорит, что каша сладкая. В этом примере мы сталкиваемся с явлением осознаваемой установки. Испытуемый, в определенной степени осознанно, дает неверный ответ.

Но бывают явления другого рода, когда установка оказывается неосознаваемой, что для нас представляет сейчас наибольший интерес в контексте рассматриваемой проблемы. Например, при проведении одного эксперимента испытуемому предлагалось оценить объемы шаров. Шары разных объемов испытуемому давали одновременно – один шар в правую руку, другой – в левую. Предположим, что 15 раз подряд в левую руку испытуемому давали шар большего объема, а в правую меньшего. Затем в шестнадцатый раз ему предлагают оценить шары одинакового объема, но он не может этого заметить и по-прежнему утверждает, что объем у шаров различен. При этом разные испытуемые давали один из двух вариантов ответов: а) в левой руке шар меньше, а в правой больше; б) продолжали утверждать, что в левой руке шар больше. Здесь мы сталкиваемся с явлением иллюзии установки. В первом случае – это контрастная иллюзия установки, заключающаяся в том, что испытуемый ожидал, что рано или поздно в левую руку будет предложено взять шар меньшего объема. Поэтому, ощутив изменение объема шара, он, не задумываясь, начинал утверждать, что в левой руке оказался шар меньших размеров. Во втором случае мы сталкиваемся с ассимилятивной иллюзией установки, которая заключается в том, что испытуемый после пятнадцати одинаковых экспериментов ожидает повторения опыта.

В результате целой серии подобных экспериментов Д. Н. Узнадзе и его сотрудники пришли к выводу о том, что установка действительно неосознаваема. Подтверждением этого является один из вариантов эксперимента по оцениванию объемов шаров. Этот эксперимент проводился с использованием гипноза. Предварительно испытуемого вводили в гипнотическое состояние и в этом состоянии ему предлагали проделать первые пятнадцать установочных проб. Затем ему внушалось, что необходимо забыть все, что он делал. После выхода из гипнотического состояния испытуемый не помнил, что он делал, но когда ему предложили оценить объем шаров уже в состоянии бодрствования, он совершал ошибку, утверждая, что шары разные по объему, хотя на самом деле их объем был одинаковым.

2) Неосознаваемые побудители сознательных действий.

Толчком к глубокому изучению бессознательного явилось для Фрейда присутствие на одном из сеансов гипноза, когда пациентке, находящейся в гипнотическом состоянии, было произведено внушение, в соответствии с которым она после пробуждения должна была встать и взять зонтик, стоящий в углу и принадлежащий одному из присутствующих. Причем перед пробуждением ей была дана установка на то, чтобы она забыла о том, что это внушение было проведено. После пробуждения пациентка встала, подошла и взяла зонтик, а затем раскрыла его. На вопрос, зачем она это сделала, она ответила, что хотела проверить, исправен зонтик или нет. Когда ей заметили, что зонтик не ее, она крайне смутилась.

Этот эксперимент привлек внимание Фрейда, которого заинтересовал ряд феноменов. Во-первых, неосознаваемость причин совершаемых действий.

Во-вторых, абсолютная действенность этих причин: человек выполняет задание, несмотря на то, что сам не знает, почему он это делает. В-третьих, стремление подыскать объяснение своему действию. В-четвертых, возможность иногда путем длительных расспросов привести человека к воспоминанию об истинной причине его действия.

Например, все вы прекрасно знаете теорему Пифагора. Но до того момента, пока я не упомянул ее, она не присутствовала в вашем сознании. Таким образом, можно сделать вывод о том, что психика значительно шире сознания. Сознание – это лишь видимая часть айсберга, а его большая часть скрыта от осознанного контроля человеком.

3) «Насознательные» процессы.

К этой категории относятся процессы образования некоего интегрального продукта в результате большой сознательной (как правило, интеллектуальной) работы. С этим явлением мы сталкиваемся, когда пытаемся решить какую-то сложную и значимую для нас проблему. Мы долго перебираем всевозможные варианты, анализируем имеющуюся информацию, но четкого решения проблемы еще нет. И вдруг, неожиданно, как-то само собой, а иногда используя какой-то незначительный повод, мы приходим к решению данной проблемы. Нам становится все ясно, мы четко представляем себе суть этой проблемы и знаем, как ее решить. Это уже не просто взгляд на решение какой-то проблемы, это качественно новый взгляд, который может изменить всю нашу жизнь.

Таким образом, то, что вошло в наше сознание, является действительно интегральным продуктом, хотя у нас не осталось четкого представления, почему мы пришли к такому решению проблемы. Мы знаем только то, о чем мы думали или переживали в каждый конкретный момент или определенный промежуток времени. Сам же процесс выработки решения для нас самих остался неосознаваемым. В повседневной жизни подобные явления часто называют интуицией, т. е. способом принятия решения путем анализа на уровне, находящемся вне контроля сознания.

Каковы основные характеристики данного процесса? Во-первых, субъект не знает того конечного решения или итога, к которому приведет надсознательный процесс. В отличие от надсознательных процессов сознательные, или контролируемые субъектом, процессы характеризуются наличием четкой цели, к которой должны привести выполняемые нами действия. Во-вторых, мы не знаем, в какой момент надсознательные процессы прекращаются, потому что они, как правило, завершаются внезапно, неожиданно для нас. Сознательные действия, наоборот, предполагают контроль за приближением к конечной цели и знание момента, в который они должны быть прекращены.

Сознательные и надсознательные процессы постоянно соседствуют друг с другом. Например, хорошо известное всем человеческое чувство – любовь. Вы знаете, что любите этого человека, но почему вы его любите? Что побуждает вас любить именно этого человека, а не другого? Тем более что

весьма часто ваш избранник не является лучшим из числа ваших знакомых. Это можно объяснить лишь работой определенных механизмов, которые мы назвали надсознательными процессами. Другой пример – выбор профессии. Априори считается, что выбор профессии есть осознанный шаг. Это так, но как четко в вашем сознании отражаются причины сделанного вами выбора? Очень часто на вопрос о причинах выбора той или иной профессии мы отвечаем, что она нам нравится, или более всего подходит, или позволяет заработать на жизнь, но при этом мы часто имеем лишь смутное представление о профессии. Мы не знаем (или не стремимся узнать) условия и особенности труда. Очень часто мы действуем под давлением мнения своих родителей, друзей, жизненных условий и т. п., но не отдаем себе в этом отчета. Таким образом, наш выбор, или, точнее, процесс, определивший наше решение, не всегда осознается нами. Поэтому надсознательные процессы играют весьма значимую роль в жизни людей. К рассматриваемому классу процессов в полной мере следует отнести процессы творческого мышления, процессы переживания значимых жизненных событий, кризисы чувств, личностные кризисы и др.

Кроме рассмотрения проблемы надсознательных процессов необходимо остановиться на пояснении самого термина «надсознательные процессы». Почему именно надсознательные?

Одним из первых психологов, обративших внимание на эти процессы, был У. Джемс. Собранные им факты были изложены в книге «Многообразие религиозного опыта». Позднее на эту тему были опубликованы работы З. Фрейда, Э. Линдемана и др. Наблюдаемые процессы У. Джемс называл бессознательными. Однако позднее, после появления теории психоанализа, этот термин приобрел слишком специальный смысл, и те процессы, которые мы рассматриваем в качестве надсознательных, имеют качественное отличие от процессов, рассматриваемых в рамках теории Фрейда. Термин «надсознательные процессы», который мы используем в данной главе, широко использует в своих работах профессор Московского университета Ю. Б. Гиппенрейтер. По ее мнению, этот термин наиболее полно отражает смысл процессов, входящих в третий из рассматриваемых нами классов, поскольку процессы, входящие в этот класс, по своему содержанию и масштабам крупнее всего того, что может вместить сознание. Эти процессы лишь частично представлены в сознании, тогда как основное действие разворачивается за пределами сознания.

Литература

1. Березовин, Н. А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособие / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. – Минск : ООО «Новое знание», 2004. – 336 с.
2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
5. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.
6. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
7. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
8. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.1.3 Психологическая теория деятельности

План:

1. Понятие о деятельности
2. Структура деятельности
3. Основные виды деятельности
4. Психологические особенности освоения деятельности
5. Индивидуальный стиль деятельности

1. Понятие о деятельности

Человек по своей природе активен. Он является творцом и созидателем независимо от того, каким видом труда занимается. **Деятельность** – специфический вид человеческой активности, направленной на творческое преобразование, совершенствование действительности и самого себя. Использование категории деятельность – отличительная черта советской психологической науки, для которой были характерны следующие идеи: а) положение о единстве психики и деятельности; б) деятельность – движущая сила развития психического отражения.

Изучение деятельности впоследствии вылилось в особое научное направление отечественной психологии – деятельностный подход (к изучению психики), родоначальниками которого были А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Б. М. Теплов, Б. Г. Ананьев, В. Н. Мясищев и др. Наиболее полно теория деятельности изложена в трудах **А. Н. Леонтьева**, в частности, в его книге «Деятельность. Сознание. Личность». Так, согласно теории деятельности, основными ее характеристиками являются:

социальная обусловленность (деятельность продукт общественного развития);

целенаправленность (деятельность преследует сознательно выбранные цели);

плановость (все действия подчинены системе и осуществляются по особому плану);

предметность (деятельность всегда ориентирована на идеальный или материальный объект);

субъективность (субъективной является всякая психическая деятельность, в том числе и та, в ходе которой человек раскрывает объективную реальность и которая выражается в объективной истине);

активность (совокупность обусловленных индивидом моментов движения деятельности, т. е. нет деятельности вне активности и активности вне деятельности).

Деятельность человека принципиально отличается от поведения животных, даже если это поведение достаточно сложно. Животным доступна лишь жизнедеятельность, проявляющаяся как биологическое приспособление организма к условиям окружающей среды. Деятельность – категория социальная. Во-первых, деятельность человека носит сознательный характер:

человек осознает цель и способы ее достижения, предвидит результат. Во-вторых, деятельность человека связана с изготовлением, употреблением и хранением орудий труда. В-третьих, деятельность человека носит общественный характер: она осуществляется, как правило, в коллективе и для коллектива. В процессе деятельности человек вступает в сложные отношения с другими людьми. Деятельность детерминируется общественно-историческими условиями. Человек не может отделить свою деятельность от окружающей его жизни, требований общества, в котором он живет. И деятельность его приобретает различный характер в зависимости от требований общества.

Необходимые условия человеческой деятельности – психические процессы. Они являются, с одной стороны, обязательной характеристикой всякой деятельности человека. С другой стороны, все психические процессы протекают, формируются и регулируются в деятельности. Так осуществляется взаимосвязь психических процессов и деятельности человека. Проблема деятельности органически связана с проблемой развития личности. Личность формируется, проявляется и совершенствуется в деятельности. Здесь же происходит и формирование сознания. Деятельность – это процесс взаимодействия человека с миром, процесс не пассивный, а активный и сознательно регулируемый.

Таким образом, *главные отличия деятельности человека от активности животных* сводятся к следующему:

1. Деятельность человека носит продуктивный, творческий, созидательный характер. Активность животных имеет потребительскую основу, она в результате ничего нового по сравнению с тем, что дано природой, не производит и не создает.

2. Деятельность человека связана с предметами материальной и духовной культуры, которые используются им или в качестве инструментов, или в качестве предметов удовлетворения потребностей, или в качестве средств собственного развития. Для животных человеческие орудия и средства удовлетворения потребностей как таковые не существуют.

3. Деятельность человека преобразует его самого, его способности, потребности, условия жизни. Активность животных практически ничего не меняет ни в них самих, ни во внешних условиях жизни.

4. Человеческая деятельность в ее разнообразных формах и средствах реализации есть продукт истории. Активность животных выступает как результат их биологической эволюции.

5. Предметная деятельность людей с рождения им не дана. Она «задана» в культурном предназначении и способе использования окружающих предметов. Таковую деятельность необходимо формировать и развивать в обучении и воспитании. То же относится к внутренним, нейрофизиологическим и психологическим структурам, управляющим внешней стороной практической деятельности. Активность животных

изначально задана, генотипически обусловлена и разворачивается по мере естественного анатомо-физиологического созревания организма.

Анализ деятельности человека и активности животных позволяет выделить особенности психики человека, которые отвечают за успешность его деятельности:

1) умение конструировать образы не существующих в природе предметов (умение решать конструктивные творческие задачи наряду с приспособительными);

2) умение добывать знания о мире и, понимая свойства предметов, строить образ мира (умение решать познавательные задачи наряду с исследовательскими);

3) умение понимать смысл своих и чужих действий, а также событий в мире;

4) умение следить за своими состояниями, желаниями, образами, действиями, чтобы, учитывая требования труда и общества, произвольно управлять своими действиями.

Деятельность отличается не только от активности, но и от поведения. Поведение не всегда целенаправленно, не предполагает создания определенного продукта, носит зачастую пассивный характер. Деятельность всегда целенаправленна, активна, нацелена на создание некоторого продукта. Поведение спонтанно («куда поведет»), деятельность организована; поведение хаотично, деятельность систематична.

2. Структура деятельности

Из определения деятельности следует, что она является творческим процессом преобразования действительности, в ходе которого происходит достижение субъектом поставленных ранее целей, удовлетворение разнообразных потребностей и освоение общественного опыта. Любую деятельность можно рассматривать с точки зрения анализа ее структуры.

Структура (от лат. *structura* – строение, расположение, порядок) – совокупность устойчивых связей объекта, обеспечивающих его целостность и сохранение основных свойств при различных внешних и внутренних изменениях. Под структурой деятельности понимают совокупность связей между ее различными составляющими.

Наиболее полно вопрос структуры деятельности раскрыт в работах советского ученого А. Н. Леонтьева. Согласно точке зрения ученого, деятельность – форма активности. Активность побуждается **потребностью**, то есть состоянием нужды в определенных условиях нормального функционирования индивида. *Потребность* представляется как переживание дискомфорта, неудовлетворенности, напряжения и проявляется в поисковой активности. В ходе поисков происходит встреча потребности с ее предметом, то есть фиксация на предмете, который может ее удовлетворить. С этого момента «встречи» активность становится направленной, опредмечивается как потребность в чем-то конкретном и становится мотивом, который может

осознаваться или нет. Именно теперь, считает А. Н. Леонтьев, возможно, говорить о деятельности.

Деятельность соотносится с **мотивом**; мотив – то, ради чего совершается деятельность. *Мотивами* называются внутренние побудительные силы человека, подталкивающие его заниматься той или другой деятельностью.

Обязательным структурным компонентом деятельности выступает **цель**. *Цель* – это наиболее значимые для человека предметы, явления, задачи и объекты, достижение и обладание которыми составляют существо его деятельности. Цели выступают в образе результата деятельности. Цели могут быть близкими и дальними, личными и общественными, в зависимости от того, какую значимость им придает человек и какую роль в общественной жизни играет его деятельность.

Деятельность – это совокупность действий, которые вызываются *мотивом*. **Действие** – главная структурная единица деятельности. *Действие* – элемент деятельности, направленный на решение текущей задачи. Действие формируется под влиянием осознанного результата, или цели.

В структуру действия входят не только реактивные и исполнительские элементы, но и элементы экспрессии, чувствительности, памяти, предвидения и оценки. В целом, действие состоит из трех частей: ориентировочной, исполнительской и контролирующей. По форме психического отражения различают сенсорные, перцептивные, мнемические и другие виды действий. По соответствию различным видам деятельности выделяют игровые, учебные, трудовые и другие действия. По степени освоения действия различают внешние и внутренние действия. В действиях закреплён исторический опыт человечества, передача которого осуществляется в процессе общения ребенка и взрослого, а также двух и более взрослых людей между собой.

Действие осуществляется на основе определенных способов, эти способы называются **операциями** и представляют более низкий уровень в структуре деятельности. Одна и та же цель может быть достигнута разными способами, с использованием разных операций. В то же время, одна и та же операция может входить в состав разных действий. Например, запоминание цифровой информации можно осуществить либо разложением ее на отдельные части, либо использованием каких-либо мнемических правил или ассоциаций. Операции могут быть реализованы на уровне слабой осознанности в виде автоматических действий и навыков. Это возможно после продолжительных тренировок. Операции и действия могут легко трансформироваться друг в друга. Это затрудняет их различение. Основным отличительным признаком действия является его обязательная осознанность. Операции формируются двумя способами: с помощью подражания и путем автоматизации действий.

Результат – это то, чего достигает человек в ходе деятельности. Конечный результат деятельности может быть достигнут прямо, непосредственно в один акт активности, или через промежуточные результаты, приближающие субъекта к конечной цели.

Но может быть и другая ситуация, когда промежуточный результат становится предметом новой потребности человека, конечным результатом активности (А. Н. Леонтьев обозначает это как «сдвиг мотива на цель»). В этом случае бывшее действие выходит из состава своей деятельности и становится самостоятельной деятельностью. Например, студент изучает психологию, чтобы сдать экзамен по этому учебному предмету. Но психология оказалась очень интересной для студента, и он начинает изучать психологическую литературу не ради экзамена, а в связи с познавательным интересом. Бывшее учебное действие становится одновременно и новой познавательной деятельностью, и может перерасти в новое содержание деятельности профессионального обучения (смена будущей профессии).

Таким образом, деятельность – это не просто сумма отдельных действий или движений. В любом ее виде действия, составляющие ее, представляют собой определенную систему, являются взаимосвязанными, располагаются в известном порядке, строятся по определенному плану.

Действия могут быть направлены не только на предмет, но и на окружающих людей. Тогда эти действия становятся актом поведения – **поступком**, если они соответствуют установившимся в обществе нормам поведения, или **проступком**, если противоречат им.

3. Основные виды деятельности

Деятельность человека многообразна. Основные виды деятельности, обеспечивающие существование человека и формирование его как личности – это общение, игра, учение и труд. Эти виды деятельности отличаются друг от друга как по конечным результатам (продукту деятельности), так и по особенностям мотивации и организации.

Общение – первый вид деятельности, возникающий в процессе индивидуального развития человека, за ним следуют игра, учение и труд. Все эти виды деятельности носят развивающий характер, т.е. при включении и активном участии в них ребенка происходит его интеллектуальное и личностное развитие.

Общение рассматривается как вид деятельности, направленной на обмен информацией между общающимися людьми. Оно также преследует цели установления взаимопонимания, добрых личных и деловых отношений, оказания взаимопомощи и учебно-воспитательного влияния людей друг на друга.

Общение может быть непосредственным и опосредствованным, вербальным и невербальным. При *непосредственном общении* люди находятся в прямых контактах друг с другом, знают и видят друг друга, прямо обмениваются вербальной или невербальной информацией, не пользуясь для этого никакими вспомогательными средствами. При *опосредствованном общении* прямых контактов между людьми нет. Они осуществляют обмен информацией или через других людей, или через средства записи и воспроизведения информации (книги, газеты, радио, телевидение, телефон,

телефакс и т.п.). При *вербальном общении* главным средством передачи информации является речь, при *невербальном* – неречевые средства (такесика, паралингвистика, проксемика и др.).

Игра – это особый вид деятельности человека в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта. Чаще всего игры имеют характер развлечения, преследуют цель отдыха.

Существует несколько типов игр: индивидуальные и групповые, предметные и сюжетные, ролевые и игры с правилами. *Индивидуальные игры* представляют собой род деятельности, когда игрой занят один человек, *групповые* – включают несколько индивидов. *Предметные игры* связаны с включением в игровую деятельность каких-либо предметов. *Сюжетные игры* разворачиваются по определенному сценарию, воспроизводя его в основных деталях. *Ролевые игры* допускают поведение человека, ограниченное определенной ролью, которую в игре он берет на себя. Наконец, *игры с правилами* регулируются определенной системой правил поведения их участников. Бывают и смешанные типы игр: предметно-ролевые, сюжетно-ролевые, сюжетные игры с правилами и т. п.

От других видов деятельности игру отличает то, что она свободная и развивающаяся, предпринимается лишь по желанию, ради удовольствия от самого процесса деятельности, а не только от результата; творческая, импровизационная, активная по своему характеру; эмоционально напряжённая, приподнятая, состязательная, конкурентная; проходящая в рамках прямых или косвенных правил, отражающих содержание игры; имеющая имитационный характер; разыгрывается в определённых рамках пространства и времени, внутри которых царит собственный безусловный порядок.

Учение – деятельность, направленная на систематическое приобретение *знаний* (получение информации об окружающих предметах и явлениях), *умений* (овладение способами использования знаний и навыков в соответствии с целями деятельности) и *навыков* (усвоение приемов, входящих в состав основных видов деятельности). Но это не просто передача знаний от одного к другому. Это, прежде всего, процесс активного овладения знаниями, умениями и навыками под руководством учителя. Поэтому в учебной деятельности участвуют непременно два лица – учитель и учащийся. Учение должно быть развивающим. Сообщая учащимся знания, преподаватель учит их мыслить и наблюдать, выражать понятное в речи. Ученик овладевает не только знаниями, но и способом самостоятельно мыслить, добывать знания. Хорошо организованное обучение носит воспитывающий характер. В процессе обучения формируется личность ученика: ее направленность, волевые качества характера, интересы и способности.

Труд – основной вид деятельности, направленный на создание общественно полезного продукта или удовлетворение материальных и духовных потребностей человека. В труде раскрываются и формируются способности человека, его характер и личность в целом. Благодаря труду

человек стал тем, кто он есть (построил современное общество, создал предметы материальной и духовной культуры, открыл для себя перспективы дальнейшего, практически неограниченного развития). Труд, в котором проявляется нечто новое, приобретает творческий характер. Творческой деятельностью называется деятельность, дающая новый, оригинальный продукт высокой общественной значимости. Творческая деятельность требует наличия способностей, знаний и огромного интереса к делу. Кроме этого, творческая деятельность требует развитого воображения.

4. Психологические особенности освоения деятельности

Различают две формы деятельности: **внешнюю** (практическую, видимую для других людей) и **внутреннюю** (мыслительную, невидимую для посторонних). Обе эти формы представляют собой общность, через которую человек взаимодействует с окружающим его миром. Обе формы имеют одинаковое строение (побуждаются потребностями и мотивами, сопровождаются переживаниями и направляются целями). Внутреннюю деятельность отличает от внешней то, что в нее включены не реальные предметы, а их образы. Кроме того, результат внутренней деятельности выражен не в реальном продукте, а в мыслительной форме.

Единство этих двух форм деятельности проявляется и в их взаимных переходах друг в друга через процессы **интериоризации** и **экстериоризации**. Умственные действия формируются вначале как внешние, предметные и постепенно переносятся во внутренний план. Перевод внешнего действия во внутренний план называется *интериоризацией* (от франц. *interiorisation*, от лат. *interior* – внутренний). Например, когда ребенок учится считать, он вначале считает палочки, складывая их друг к другу. Затем наступает время, когда палочки становятся ненужными, так как счет превращается в умственное действие, а объектом оперирования становятся слова или числа. Постепенно ребенок накапливает умственные действия, которые в совокупности составляют умственную деятельность. Овладение умственной деятельностью приводит к тому, что, прежде чем приступить к внешней деятельности, направленной на достижение желаемой цели, человек продельвает действия в уме, оперируя образами и речевыми стимулами. Внешняя деятельность в этом случае готовится и протекает на основе выполненной умственной деятельности. Реализация умственного действия вовне, в виде действий с предметами, называется *экстериоризацией* (от лат. *exterior* – внешний).

Если деятельность является для человека новой, то он ещё не в достаточной мере владеет составляющими ее действиями и операциями. Таким образом, обучение новой деятельности первоначально сопровождается сознательным контролем выполнения действий, движений и операций. Если данные действия повторяются, то человек через определённое количество повторений приобретает способность к выполнению их как единого целостного целенаправленного акта. Таким образом, сознательный контроль над правильностью выполнения отдельных компонентов сознательного

действия исчезает, это явление получило название автоматизации, а результат – навыка.

Навык – способ выполнения действий, ставший в результате упражнения автоматизированным. Так, к примеру, человек, который впервые садится на велосипед, вначале контролирует свои движения, но через некоторое количество повторений в результате упражнений и тренировок он уже едет на нем, не задумываясь, куда ставить ногу, как держать руль, как сидеть на велосипеде и т. п.

Поскольку навыки входят в структуру действий и различных видов деятельности в большом количестве, они обычно взаимодействуют друг с другом, образуя сложные системы навыков. Характер их взаимодействия может быть различным: от согласованности до противодействия, от полного слияния до взаимно отрицательного тормозного влияния – интерференции.

Согласование навыков происходит тогда, когда:

а) система движений, входящих в один навык, соответствует системе движений, включенных в другой навык;

б) когда реализация одного навыка создает благоприятные условия для выполнения второго (один из навыков служит средством лучшего усвоения другого);

в) когда конец одного навыка является фактическим началом другого, и наоборот.

Интерференция имеет место тогда, когда во взаимодействии навыков появляется одно из следующих противоречий:

а) система движений, включенных в один навык, противоречит, не согласуется с системой движений, составляющих структуру другого навыка;

б) когда при переходе от одного навыка к другому фактически приходится переучиваться, ломать структуру старого навыка;

в) когда система движений, входящих в один навык, частично содержится в другом, уже доведенном до автоматизма навыке (в этом случае при выполнении нового навыка автоматически возникают движения, характерные для ранее усвоенного навыка, что приводит к искажению движений, нужных для вновь усваиваемого навыка);

г) когда начала и концы последовательно выполняемых навыков не состыкуются друг с другом.

При полной автоматизации навыков явление интерференции сводится к минимуму или вовсе исчезает. Важное значение для понимания процесса формирования навыков имеет их перенос, т.е. распространение и использование навыков, сформированных в результате выполнения одних действий и видов деятельности, на другие. Для того чтобы такой перенос осуществлялся нормально, необходимо, чтобы навык стал обобщенным, универсальным, согласующимся с другими навыками, действиями и видами деятельности, доведенным до автоматизма. Навык без использования может угасать, происходит так называемая деавтоматизация. Причём, чем более

сложен навык, тем меньший перерыв в его использовании может привести к деавтоматизации.

Кроме навыков, к автоматизированным действиям можно отнести привычку. **Привычка** – действия, выполнение которых стало потребностью. Для формирования привычки необходимо многократное, неуклонное повторение выбранной деятельности. В настоящее время в зависимости от конкретной психологической теории существует множество взглядов на пути формирования привычки. Так, для того, чтобы выработать привычку, согласно поведенческой теории в психологии, после желаемого действия человек должен получать положительное подкрепление (то, что ему хочется, в чём нуждается). Причём если подкрепления будут постоянными, то привычка образуется достаточно быстро, однако она имеет тенденцию к быстрому угасанию. Если же подкрепление дается через определённые, всё более отдаляющиеся друг от друга промежутки времени, то привычка, формируясь более длительное время, становится долгосрочной.

Умения в отличие от навыков образуются в результате координации навыков, их объединения в системы с помощью действий, которые находятся под сознательным контролем. Через регуляцию таких действий осуществляется оптимальное управление умениями. Оно состоит в том, чтобы обеспечить безошибочность и гибкость выполнения действия, т.е. получение в результате надежного итога действия. Само действие в структуре умения контролируется по его цели. Например, учащиеся младших классов при обучении письму выполняют ряд действий, связанных с написанием отдельных элементов букв. При этом навыки держания карандаша в руке и осуществления элементарных движений рукой выполняются, как правило, автоматически. Главное в управлении умениями заключается в том, чтобы обеспечить безошибочность каждого действия, его достаточную гибкость. Это означает практическое исключение низкого качества работы, изменчивость и возможность приспособления системы навыков к изменяющимся время от времени условиям деятельности с сохранением позитивных результатов работы. Например, умение делать что-либо собственными руками означает, что обладающий таким умением человек всегда будет работать хорошо и способен сохранить высокое качество труда в любых условиях. Умение обучать означает, что учитель в состоянии научить любого нормального ученика тому, что знает и умеет сам. Одно из основных качеств, относящихся к умениям, заключается в том, что человек в состоянии изменять структуру умений – навыков, операций и действий, входящих в состав умений, последовательность их выполнения, сохраняя при этом неизменным конечный результат. Умелый человек, к примеру, может заменить один материал другим при изготовлении какого-либо изделия, сделать сам или воспользоваться имеющимися под рукой инструментами, другими подручными средствами, словом, найдет выход практически в любой ситуации.

Умения в отличие от навыков всегда опираются на активную интеллектуальную деятельность и обязательно включают в себя процессы

мышления. Сознательный интеллектуальный контроль – это главное, что отличает умения от навыков. Активизация интеллектуальной деятельности в умениях происходит как раз в те моменты, когда изменяются условия деятельности, возникают нестандартные ситуации, требующие оперативного принятия разумных решений. Управление умениями на уровне центральной нервной системы осуществляется более высокими анатомо-физиологическими инстанциями, чем управление навыками, т.е. на уровне коры головного мозга.

Умения и навыки делятся на несколько типов: двигательные, познавательные, теоретические и практические. *Двигательные* включают разнообразные движения, сложные и простые, составляющие внешние, моторные аспекты деятельности. Есть специальные виды деятельности, например, спортивная, целиком построенные на основе двигательных умений и навыков. *Познавательные умения* включают способности, связанные с поиском, восприятием, запоминанием и переработкой информации. Они соотносятся с основными психическими процессами и предполагают формирование знаний. *Теоретические умения и навыки* связаны с абстрактным интеллектом. Они выражаются в способности человека анализировать, обобщать материал, строить гипотезы, теории, производить перевод информации из одной знаковой системы в другую. Такие умения и навыки более всего проявляются в творческой работе, связанной с получением идеального продукта мысли.

Большое значение в формировании всех типов умений и навыков имеют **упражнения**. Упражнение характеризуется такими признаками, как: удержание в сознании конечного результата, эталона правильного выполнения того или иного действия; понимание обучающимися того, на достижение какого результата направлено данное упражнение и сопоставление эталонных образцов деятельности с собственными. Благодаря им происходит автоматизация навыков, совершенствование умений, деятельности в целом. Упражнения необходимы как на этапе выработки умений и навыков, так и в процессе их сохранения. Без постоянных, систематических упражнений умения и навыки обычно утрачиваются, теряют свои качества.

5. Индивидуальный стиль деятельности

Одним из наиболее существенных факторов, влияющих на успешность трудовой деятельности, является стиль деятельности и его взаимосвязь с психофизиологическим складом человека. Под **стилем деятельности** понимается система наиболее эффективных приемов и способов организации своей деятельности, некоторая устойчивая система особенностей деятельности и поведения.

Индивидуальный стиль деятельности – это «индивидуально-своеобразная система психологических средств, к которым сознательно или стихийно прибегает человек в целях наилучшего уравнивания своей

(типологически обусловленной) индивидуальности с предметными, внешними условиями деятельности» (Е. А. Климов).

Многие исследователи считают, что в познавательных процессах индивидуальный стиль деятельности выступает как **стиль мышления**, то есть устойчивая совокупность индивидуальных вариаций в способах восприятия, запоминания и мышления, за которыми стоят различные пути приобретения, переработки и использования информации.

Стиль мышления юноши в значительной степени определяется типом его нервной системы. Люди с инертной нервной системой в условиях перегрузки учебными заданиями учатся хуже, чем обладатели подвижного типа нервной системы, так как не успевают за быстрым темпом преподавания. Лица с инертной нервной системой компенсируют свое «запоздание», несвоевременность реакций более тщательным планированием и контролем своей деятельности [5]

Умственное развитие заключается не столько в накоплении определенных умений и в изменении отдельных свойств интеллекта, сколько в формировании индивидуального стиля умственной деятельности.

В. С. Мерлин выделил три основных аспекта в формировании индивидуального стиля деятельности:

1) формирование «симптомокомплексов», характеризующих отдельные свойства личности.

2) изменение интенсивности и частоты проявления индивидуальных свойств по мере их развития.

3) возникновение новых связей между индивидуальными свойствами, например, возникновение в юношеском возрасте связей между учебными и профессиональными интересами, интеллектуальными свойствами и отношениями личности.

В. С. Мерлин отмечал, что стиль отражает «взаимоотношения объективных требований деятельности и свойств личности. В зависимости от различных объективных требований деятельности одни и те же свойства личности выражаются в разных стилях... Индивидуальный стиль деятельности следует понимать не как набор отдельных свойств, а как целесообразную систему взаимосвязанных действий, при помощи которой достигается определенный результат. Отдельные действия образуют целостную систему именно благодаря целесообразному характеру их связи».

При этом формирование психологической структуры профессиональной деятельности предполагает, что освоение профессии рассматривается как процесс «распредмечивания, индивидуализации нормативно заданного (одобряемого) способа деятельности» (это также связано с формированием индивидуального способа деятельности).

Основные этапы освоения профессии:

1) когнитивный (познание, освоение нормативно заданного способа деятельности);

2) практический этап как центральный момент формирования психологической структуры деятельности, при этом сначала осваиваются отдельные действия, а затем – деятельность в целом.

Обобщенную схему освоения профессиональной деятельности можно представить так:

1. Освоение нормативно-одобряемой, изначально заданной, «правильной» деятельности (образ всей нормативно заданной деятельности – это фактически формирование нормативной ориентировочной основы действия – ООД). Здесь выделяются следующие основные подэтапы:

- построение образа целостной деятельности (как обобщенная ориентировка в данной деятельности);
- освоение отдельных действий;
- освоение множества действий и деятельности в целом.

2. Освоение деятельности по новому образцу (т. е. формирование индивидуального стиля деятельности). Подэтапы данного этапа:

- освоение отдельных действий на основании новых, собственных представлений работника;
- освоение новой деятельности в целом – на основе уже освоенного нормативно-одобряемого образца (как индивидуально приспособленной к себе в результате постепенного формирования индивидуального стиля деятельности).

При этом можно говорить о «парадоксе» освоения профессиональной деятельности в ходе формирования индивидуального стиля труда. Полноценное освоение данной профессии достигается лишь тогда, когда субъект начинает выполнять ее не только так, как «положено» (по нормативно-заданным образцам), а привносит в эту деятельность свои собственные, творческие элементы (через выработку индивидуального стиля деятельности). Полноценное профессиональное творчество возможно лишь при наличии «тылов» в виде освоенной нормативно-заданной деятельности (которая позволяет выполнять задания в случае неудач при творческом экспериментировании) [4].

Литература

1. Березовин, Н. А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособие / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. – Минск : ООО «Новое знание», 2004. – 336 с.
2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.

5. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.

6. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.

7. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.

8. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.2. РАЗДЕЛ «ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ»

1.2.1 Сенсорно-перцептивная сфера человека

План:

1. Понятие об ощущениях
2. Виды ощущений
3. Свойства ощущений
4. Понятие о восприятии
5. Свойства восприятия
6. Виды восприятия
7. Развитие восприятия

1. Понятие об ощущениях

Ощущения (*сенсорика* – от лат. *sensus* – «ощущение») – это простейший психический процесс, состоящий в отражении отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира, а также внутренних состояний организма при непосредственном воздействии раздражителей на соответствующие рецепторы.

Роль ощущений в жизнедеятельности человека трудно переоценить, т.к. они являются источником наших знаний о мире и нас самих. Мы ощущаем при помощи *органов чувств*, это – единственные каналы, по которым внешний мир проникает в человеческое сознание. Ощущения отражают разнообразные свойства среды, такие как свет, вкус, звук и др., давая человеку возможность ориентироваться в окружающем мире.

Согласно концепции А. Н. Леонтьева, ощущение является исторически первой формой психического. Возникновение ощущения связано с развитием раздражимости нервной ткани. На определенном этапе эволюционного процесса у организма элементарная раздражимость перерастает в чувствительность, то есть способность реагировать не только на жизненно важные раздражители, но и на раздражители, имеющие сигнальное значение. Эта точка зрения не является единственно возможной. Так, К. К. Платонов пытался доказать, что элементарной и исторически первой формой психического является эмоция.

Чувствительность, по мнению Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына, выступает показателем типа высшей нервной деятельности человека.

Принципиальное значение для развития теории ощущений имеют исследования, посвященные изучению участия эффекторных процессов в возникновении ощущения. Общий вывод этих исследований: ощущение как психическое явление при отсутствии или неадекватности ответной реакции невозможно; неподвижный глаз столь же слеп, как неподвижная рука астереогностична (работы А. Н. Леонтьева, П. И. Зинченко, В. П. Зинченко, Т. П. Зинченко и др.).

Физиологической основой ощущения является нервный процесс, возникающий при действии раздражителя на адекватный ему анализатор. *Анализатор* – анатомофизиологический аппарат, специализированный для приема воздействий определенных раздражителей из внешней и внутренней среды и переработки их в ощущения. Каждый анализатор состоит из трех специфических отделов:

- 1) периферического (*рецептор*, или орган чувств, преобразующий энергию внешнего воздействия в нервные сигналы),
- 2) передающего (проводящие нервные пути, по которым нервные сигналы передаются в мозг),
- 3) центрального (центр в коре полушарий головного мозга где происходит обработка сигналов, поступающих от рецептора).

Периферический (рецепторный) отдел анализаторов составляют все органы чувств – глаз, ухо, нос, кожа, а также специальные рецепторные аппараты, расположенные во внутренней среде организма (в органах пищеварения, дыхания, в сердечно-сосудистой системе, в мочеполовых органах). Этот отдел анализатора реагирует на конкретный вид раздражителя и перерабатывает его в определенное возбуждение. Рецепторы могут находиться на поверхности тела (экстероцепторы) и во внутренних органах и тканях (интероцепторы). Рецепторы, находящиеся на поверхности тела, реагируют на внешние раздражители. Такими рецепторами обладают зрительный, слуховой, кожный, вкусовой, обонятельный анализаторы. Рецепторы, расположенные на поверхности внутренних органов тела, реагируют на изменения, происходящие внутри организма. С деятельностью интероцепторов связаны органические ощущения. Промежуточное положение занимают проприоцепторы, находящиеся в мышцах и связках, которые служат для ощущения движения и положения органов тела, а также участвуют в определении свойств, качеств объектов, в частности при осязании их рукой. Таким образом, периферический отдел анализатора выполняет роль специализированного, воспринимающего аппарата.

Как возникают ощущения? Для возникновения ощущений необходимо прежде всего наличие воздействующих на органы чувств предметов и явлений реального мира, которые называются раздражителями. Воздействие раздражителей на рецепторы (органы чувств) называется раздражением. В нервной ткани процесс раздражения вызывает возбуждение, которое по центростремительному нерву передаётся в центральную часть анализатора. Когда возбуждение её достигает, мы ощущаем свет, вкус или другие качества раздражителей. Затем возникает ответ организма на раздражение (передаётся от головного мозга к органу чувств с помощью центробежного нерва) – мы перемещаем взгляд и т.д.

Роль ощущений состоит в своевременном доведении до центральной нервной системы сведений о состоянии внешней и внутренней среды, наличии в ней биологически значимых факторов.

Однако при всей важности ощущений, они обладают ограниченными возможностями обеспечения адекватного образа ситуации. С помощью ощущений человек может определить наличие стимула или объекта, обладающего определенным свойством. По ощущению можно определить расположение источника воздействия и примерное расстояние до него.

1 Виды ощущений

Виды ощущений многообразны (рис. 1).



Рис. 1. Классификация ощущений (по Ч. Шеррингтону)

Экстероцептивные ощущения дают информацию, поступающую из внешней среды. Зрительные образы мы получаем благодаря наличию клеток, носящих название «колбочки» и «палочки»; палочки обеспечивают зрение в сумерках, а колбочки – цветовое зрение. Ухо человека реагирует на колебания давления воздуха, которые воспринимаются как звук. Вкусовые «луковицы», расположенные на сосочках языка, воспринимают четыре основных вкуса – кислый, сладкий, солёный и горький. Запахи улавливаются при воздействии молекул пахучего вещества на слизистую носа. Тактильные ощущения возникают при воздействии механических раздражителей на различные виды рецепторов, расположенных в коже пальцев, ладоней, губ и т.д.

Информацию о состоянии мышц нам предоставляют *проприоцептивные* ощущения. Они отмечают степень сокращения или расслабления мышц, предоставляют сведения о положении тела в пространстве, о взаимном расположении частей тела, о движении.

Интероцептивные ощущения информируют о состоянии внутренних органов, о химическом составе жидкостей в организме, о наличии во внутренней среде биологически полезных или вредных веществ, давлении и т.д.

Общими для разных анализаторов являются *болевые* ощущения, сигнализирующие о разрушительной силе раздражителя.

2 Свойства ощущений

Различные ощущения, несмотря на свою специфичность, обладают общими свойствами: качество, интенсивность (в т.ч. пороги ощущений,

адаптация), продолжительность (в т.ч. скрытый период, последовательные образы), пространственная локализация, взаимодействие (сенсбилизация, синестезия).

Качество – основная особенность ощущения, отличающая его от других видов ощущений и варьирующая в пределах данного вида ощущения. Так, слуховые ощущения отличаются по высоте, тембру, громкости; зрительные – по насыщенности, тону и т.п.

Интенсивность – количественная характеристика ощущения, которая определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора.

Различные органы чувств могут быть более или менее чувствительны к отображаемым ими явлениям. Их чувствительность характеризуется понятием «порога» ощущений. *Нижний порог* – это минимальная величина (сила) раздражителя, которая способна вызвать едва заметное ощущение. Соответственно, чем меньше величина порога, тем выше чувствительность анализатора. *Верхний порог* – это максимальная сила раздражителя, при которой ещё возникает адекватное действующему раздражителю ощущение. *Дифференциальный, разностный порог* – наименьшая величина различий между раздражителями, когда они еще ощущаются как различные.

Важно подчеркнуть, что чувствительность органов чувств не постоянна – она изменяется под влиянием различных условий. *Адаптация* – это изменение (повышение или понижение) чувствительности органов чувств в результате определённого (сильного, слабого, длительного) воздействия раздражителей. Например, лёгкий груз, в течение некоторого времени неподвижно лежащий на коже, вскоре перестаёт ощущаться.

Длительность ощущения – это его временная характеристика, которая определяется временем действия раздражителя и его интенсивностью. Однако необходимо учитывать следующие особенности. При воздействии раздражителя на орган чувств ощущение возникает не сразу, а спустя некоторый отрезок времени, который называется *скрытым (латентным) периодом* ощущений; он неодинаков для различных видов ощущений. И наоборот – ощущение не исчезает одновременно с прекращением действия раздражителя, оно обладает инерцией. След от раздражителя остаётся в виде *последовательного образа*. Так, каждому знаком «звон в ушах», сохраняющийся некоторое время после воздействия громких звуков.

Пространственная локализация раздражителя – ещё один важный аспект анализа, осуществляемого в процессе ощущения. Этот анализ производится в отношении и внешней среды (с помощью дистантных рецепторов), и внутренней (с помощью рецепторов, «сообщающих» о той части тела, на которую воздействует раздражитель).

Все наши анализаторные системы способны в большей или меньшей степени влиять друг на друга. *Взаимодействие* ощущений – это эффект, при котором происходит изменение чувствительности одного анализатора под влиянием раздражения других органов чувств; он может проявляться двумя

способами. *Сенсибилизацией* называется повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов – например, изменение у человека чувствительности языка (вкусового анализатора) при произнесении собеседником слов «кислый, как лимон» (т.е. воздействию на слуховой анализатор). Сенсибилизация может быть достигнута и в результате упражнений. Известно, например, как развивается звуковысотный слух у детей, занимающихся музыкой. *Синестезией* называется возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для другого анализатора. Наиболее распространены зрительно-слуховые синестезии, когда при воздействии звуковых раздражителей у человека возникают зрительные образы. Синестезией обладают далеко не все люди, хотя она довольно широко распространена. Ни у кого не вызывает сомнений возможность употребления таких выражений, как «острый вкус», «кричащий цвет», «сладкие звуки» и т.п. Явление синестезии – еще одно свидетельство постоянной взаимосвязи анализаторных систем человеческого организма, целостности чувственного отражения объективного мира.

3 Понятие о восприятии

Восприятие (*перцепция* – от лат. *perceptio* – «восприятие») – *психический процесс отражения в сознании человека предметов или явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств.*

В основе восприятия лежат ощущения, но по сравнению с ними восприятие является высшей формой аналитико-синтетической деятельности мозга. В ходе восприятия происходит упорядочение и объединение отдельных ощущений в целостные образы вещей и событий.

Способность воспринимать мир в виде образов дана человеку и высшим животным. *Физиологической основой* восприятия является формирование *временных нервных связей* в коре головного мозга при воздействии комплексных раздражителей от предметов и явлений окружающего мира, причём – на основе объективных свойств последних. Восприятие – это активный процесс, использующий информацию для того, чтобы выдвигать и проверять «гипотезы» об объекте. Восприятие осуществляет поиск тех эталонов, к которым можно было бы отнести воспринимаемый объект.

Итог восприятия – интегральный, целостный образ окружающего мира, возникающий при непосредственном воздействии раздражителя на органы чувств субъекта.

4 Свойства восприятия

Восприятие отражает предмет в целом, в совокупности всех его свойств. Но при этом восприятие не является простой суммой ощущений, т.к. это – качественно новая ступень познания. Наиболее важными свойствами восприятия являются: предметность, целостность, структурность, константность и осмысленность.

Предметность восприятия проявляется в отнесении сведений, получаемых из внешнего мира, к самому этому миру, его объектам; в конечном итоге она обеспечивает нашу способность воспринимать мир в виде отдельных от нас и друг от друга предметов и явлений – объект воспринимается нами как обособленное в пространстве и времени отдельное физическое тело. Наиболее ярко это свойство проявляется во взаимообособлении фигуры и фона.

Целостность – внутренняя органическая взаимосвязь частей и целого в образе. А целостный образ предмета складывается на основе обобщения знаний о его отдельных свойствах и качествах. Целостность как свойство обеспечивает и то, что даже при восприятии только ряда элементов предмет мысленно достраивается до целой формы. Следует рассматривать два аспекта этого свойства: а) объединение разных элементов в целом; б) независимость образованного целого от качества составляющих его элементов. Однако способность целостного зрительного восприятия предметов не является врожденной, об этом свидетельствуют данные о восприятии людей, которые ослепли в младенчестве и которым возвратили зрение в зрелые годы. В первые дни после операции они видят не мир предметов, а лишь расплывчатые очертания, пятна различной яркости и величины, т. е. были одиночные ощущения, но не было восприятия, они не видели целостные предметы. Постепенно через несколько недель у этих людей формируется зрительное восприятие, но оно оставалось ограничено тем, что они узнали ранее путем осязания. Таким образом, восприятие формируется в процессе практики.

Структурность – восприятие не является простой суммой ощущений. Мы фактически воспринимаем некоторую обобщённую структуру – так, когда человек слушает мелодию, он понимает её как музыкальное произведение (а не как последовательность отдельных нот), т.е. воспринимает её структуру в целом.

Константность – относительная независимость образа от условий восприятия, проявляющаяся в его жизненности. Наше восприятие в определенных пределах сохраняет за предметами их размеры, форму, цвет независимо от условий восприятия (расстояние до воспринимаемого предмета, условия освещенности, угол восприятия и т.д.). Константность возможна благодаря тому, что восприятие является саморегулирующимся процессом, подстраиваемым к особенностям воспринимаемого объекта и условиям его существования. Константность восприятия – не врожденное свойство, а приобретенное. Нарушение константности восприятия происходит, когда человек попадает в незнакомую ситуацию, например, когда люди смотрят с верхних этажей высотного здания вниз, то автомобили, пешеходы им кажутся маленькими; в то же время строители, работающие постоянно на высоте, говорят, что они видят объекты, расположенные внизу, без искажения их размеров.

Осмысленность восприятия основана на связи восприятия с мышлением, с пониманием сущности предмета. образы всегда имеют

определённое смысловое значение. Сознательно воспринять предмет – значит мысленно назвать его, отнести его к определённой группе, классу предметов. Швейцарским психологом Роршахом было установлено, что даже бессмысленные чернильные пятна всегда воспринимаются как что-то осмысленное (собака, облако, озеро), и только некоторые психические больные склонны воспринимать случайные чернильные пятна как таковые. Т.е. *восприятие протекает как динамический процесс поиска ответа на вопрос: «что это такое?»*.

Избирательность восприятия – проявляется в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими.

Одну и ту же информацию люди воспринимают по-разному, субъективно, в зависимости от своих интересов, потребностей, способностей и т. п. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, от особенностей его личности носит название **апперцепции**. Влияние прошлого опыта личности на процесс восприятия проявляется в опытах с искажающими очками: в первые дни опыта, когда испытуемые видели все окружающие предметы перевернутыми, исключение составляли те предметы, перевернутое изображение которых, как знали люди, физически невозможно. Так, незажженная свеча воспринималась перевернутой, но как только ее зажигали, она виделась нормально ориентированной по вертикали, т.е. пламя было направлено вверх.

5 Виды восприятия



Рис. 2. Виды восприятия

Восприятие пространства включает в себя восприятие формы, величины, а также расстояния до предметов и между ними.

Восприятие формы определяется участием трех основных групп факторов:

- врожденная способность первичных клеток коры головного мозга избирательно реагировать на элементы изображений, имеющие определенную насыщенность, ориентацию, конфигурацию и длину;
- законы выделения фигуры на фоне;
- жизненный опыт человека, получаемый за счет движений рук по контуру и поверхности объектов, перемещения человека и частей его тела в пространстве.

Восприятие величины предметов зависит от того, каковы параметры их изображения на сетчатке глаза. В восприятии величины предметов принимают участие мышцы глаз и руки, ряда других частей тела. (Однако если человек в состоянии правильно оценить расстояние до объекта, то в действие вступает закон константности восприятия).

Движения мышц также участвуют в восприятии глубины. Кроме них зрительной оценке глубины способствуют аккомодация и конвергенция глаз.

Аккомодация – изменение кривизны хрусталика при настройке глаза на четкое восприятие близких и отдаленных объектов или их деталей.

Конвергенция – сближение или расхождение осей глаз, происходящее при восприятии соответственно приближающихся или удаляющихся объектов.

Эти процессы "работают" в ограниченных пределах: 5-6 метров для аккомодации и до 450 метров для конвергенции.

При оценке больших расстояний человек использует информацию о взаимном расположении объектов на сетчатке правого и левого глаз.

Восприятие движения – это отражение изменения положения, которое объекты занимают в пространстве. Движение окружающих нас предметов мы способны воспринимать благодаря тому, что перемещение происходит обычно на каком-либо фоне, это позволяет сетчатке глаза последовательно воспроизводить происходящие изменения в положении движущихся тел по отношению к тем элементам, перед которыми или позади которых и перемещается предмет. Восприятие движения констатируется нейронами – детекторами движения или новизны, входящими в нейрофизиологический аппарат ориентировочной реакции.

В восприятии движения, несомненно, значительную роль играют косвенные признаки, создающие опосредованное впечатление движения. Так, впечатление движения может вызвать необычайное для покоящегося тела положение частей фигуры (поднятая нога, отведенная, как бы замахнувшаяся рука, согнутые верхушки деревьев и т. п.). К числу «кинетических положений», вызывающих представление о движении, принадлежит наклонное положение, особенно привлекавшее внимание художников. Франкетти отмечает эффект, который дают наклонные линии в сочетании с ясно выраженной горизонтальностью и вертикальностью. След на воде от идущего парохода, след на снегу от саней (как, например, в картине В. И. Сурикова «Боярыня Морозова») и т. п., меньшая отчетливость очертаний движущегося предмета и множество других косвенных признаков служат в естественных условиях для распознавания движения. Осмысливание ситуации, совершающееся на основе косвенных признаков, несомненно, играет в восприятии движения значительную роль. Однако нельзя все же толковать восприятие движения как лежащий за пределами собственно восприятия чисто интеллектуальный процесс (подсознательное «умозаключение»): впечатление движения может возникнуть у нас тогда, когда мы знаем, что движения на

самом деле нет. Мы, таким образом, можем не только умозаключать о движении, но и *воспринимать* движение.

Восприятие времени представляет собой отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности. Механизм восприятия времени часто связывают с так называемыми "биологическими часами" – определенной последовательностью и ритмичной биологических обменных процессов, происходящих в организме человека. Субъективная продолжительность времени частично зависит от того, чем оно заполнено. Для формирования адекватного перцептивного образа необходимы следующие условия:

- активное движение;
- обратная связь;
- поддержание определенного оптимума информации, поступающей в мозг из внешней и внутренней среды;
- сохранение привычной структурированности информации.

Мы осознаем длительность времени лишь тогда, когда существует временной интервал между моментом пробуждения потребности и моментом ее удовлетворения, то есть когда время мы воспринимаем как препятствие (ждем чего-то или кого-то). В противном случае мы не обращаем внимания на переживание нами времени. Отсюда следует основной закон восприятия времени, сформулированный Вундтом: *«Всякий раз, когда мы обращаем свое внимание на течение времени, оно кажется длиннее»*. Никогда минута не покажется нам столь длинной, как тогда, когда мы следим за стрелкой часов, проходящей 60 делений.

Имеются большие индивидуальные различия в способности оценивать время. Эксперименты показали, что одно и то же может пройти для десятилетнего ребенка в пять раз быстрее, чем для шестидесятилетнего человека. У одного и того же испытуемого восприятие времени чрезвычайно варьирует в зависимости от душевного и физического состояния. При подавленности или фрустрации время течет медленно. Время, насыщенное в прошлом переживаниями, деятельностью, вспоминается как более продолжительное, а длительный период жизни, наполненный малоинтересными событиями, вспоминается как быстро прошедший.

В основе *преднамеренного* восприятия лежит какая-либо цель, для достижения которой человек прилагает волевое усилие; соответственно *непреднамеренное* восприятие с усилием не связано. Восприятие может быть *организовано* в соответствии с некоторым планом – самим человеком либо другими людьми.

Различные виды восприятия редко встречаются в чистом виде, обычно они комбинируются, и в результате возникают сложные виды восприятий.

Иллюзии восприятия. Имеются случаи, когда наше восприятие мира искажается. Это происходит, когда от самих предметов поступают противоречивые сигналы или когда мы неправильно интерпретируем получаемые сигналы.

6 Развитие восприятия

Из всего того, что уже было сказано о восприятии, следует, что оно изменяется под влиянием условий жизни человека, т.е. развивается. А. В. Запорожец описал процесс развития восприятия у детей следующим образом. В первые месяцы жизни ребенка развитие его сенсорных функций, его перцептивных действий, направленных на восприятие, опережает развитие телесных движений и оказывает на них влияние. Довольно рано ориентировочные реакции детей достигают большого уровня сложности и выполняются при помощи ряда различных анализаторов. У младенца ориентировочные движения глаз, например, выполняют лишь установочную роль, т.е. направляют рецептор на восприятие сигналов. Теми же движениями, однако, не производится обследование предметов так, как это имеет место при движении по предмету глаз взрослого.

Благодаря точной установке рецепторов ребенок в первые месяцы жизни оказывается способным зрительно различать старые и новые для него объекты, которые отличаются друг от друга величиной, цветом и формой. Начиная с трех-четырех месяцев жизни сенсорные функции включаются в практические действия, перестраиваются на их основе и постепенно сами приобретают более совершенный вид ориентировочно-исследовательских перцептивных действий.

При переходе от раннего к дошкольному возрасту под влиянием игровой и конструктивной деятельности у детей складываются сложные виды зрительного анализа и синтеза, включая способность мысленно расчленять воспринимаемый объект на части в зрительном поле, исследуя каждую из них в отдельности и затем объединяя в единое целое. Помимо контура предмета, здесь выделяются его структура, пространственные характеристики, соотношение составляющих его частей.

А. В. Запорожец считал, что формирование перцептивных действий под влиянием обучения проходит ряд этапов. На первом этапе перцептивные проблемы, связанные со становлением адекватного образа, решаются ребенком в практическом плане путем действий с материальными предметами. Исправления в перцептивные действия при необходимости их коррекции здесь вносятся в сами манипуляции с предметами по ходу выполнения действия. Прохождение этого этапа ускоряется, и его результаты становятся более весомыми, если ребенку предлагаются «перцептивные эталоны» – образцы, с которыми он может соотносить, сравнивать формирующийся образ.

На следующем этапе сенсорные процессы сами превращаются в своеобразные перцептивные действия, которые выполняются с помощью собственных движений рецептивных аппаратов. На данном этапе дети знакомятся с пространственными свойствами предметов при помощи развернутых ориентировочно-исследовательских движений рук и глаз, причем

ручное и зрительное обследование ситуации обычно предшествует практическим действиям в ней, определяя их характер и направленность.

На третьем этапе начинается процесс своеобразного сворачивания перцептивных действий, их сокращения до необходимого и достаточного минимума. Эфферентные звенья соответствующих действий оттормаживаются, и внешнее восприятие ситуации начинает создавать впечатление пассивного рецептивного процесса.

На следующих, более высоких ступенях сенсорной обученности дети приобретают способность быстро и без каких-либо внешних движений узнавать определенные свойства воспринимаемых объектов, отличать их на основе этих свойств друг от друга, обнаруживать и использовать связи и отношения, существующие между ними. Перцептивное действие превращается в идеальное.

Важная форма произвольного восприятия – наблюдение – преднамеренное, планомерное восприятие предметов или явлений окружающего мира. В наблюдении восприятие выступает как самостоятельная деятельность. Нужно научиться пользоваться органами чувств, научиться осязать, видеть, слышать и т.д.

Для успешного проведения наблюдения большое значение имеет предварительная подготовка к нему, прошлый опыт, знания наблюдателя. Чем богаче опыт человека, тем больше у него знаний, тем богаче его восприятия. Эти закономерности наблюдения должен учитывать учитель, организуя деятельность учащихся. Чтобы обеспечить успешное восприятие нового учебного материала, учитель должен подготовить учеников, активизировать их прошлый опыт и помочь связать его с новым материалом, направить восприятие учащихся, ставя перед ними новые задачи.

Наконец, той же цели – организации наблюдения учащихся и обеспечению более эффективного усвоения новых знаний – служит и издавна разрабатываемый в педагогике принцип наглядности обучения. Еще К. Д. Ушинский (1824–1870), говоря о наглядности в обучении, писал, что наглядное обучение – «это такое обучение, которое строится не на отвлеченных представлениях и словах, а на конкретных образах, непосредственно воспринятых ребенком: будут ли эти образы восприняты при самом ученье, под руководством наставника или прежде, самостоятельным наблюдением ребенка...».

Наглядность обучения достигается использованием специальных средств (наглядных пособий, оборудования, демонстрационных опытов, различных экскурсий и т.п.) в сочетании их со словом учителя.

Роль этих средств до сих пор рассматривалась как вспомогательная: их привлекали как иллюстративный материал, облегчающий усвоение знаний и способствующий пробуждению у школьников интереса к изучаемому материалу. Однако результаты проведенных в последнее время экспериментальных исследований позволяют в ином плане подойти к реализации принципа наглядности в обучении.

Очевидно, процесс обучения не должен заключаться в пассивном восприятии информации, которую сообщает на уроке учитель, лучше, если он организован как активная мыслительная деятельность учащегося. Конечный результат этой деятельности – открытие новых для учащихся знаний – и есть цель процесса обучения. Какими же средствами может быть достигнута эта цель для обеспечения наиболее прочного усвоения знаний? Экспериментальные исследования показали, что существенным компонентом процесса принятия решения является манипулированием образом ситуации, сложившимся на основе ориентировочно-исследовательской перцептивной деятельности. Эта фаза – фаза отвлечения от реальной ситуации – есть не что иное, как деятельность по переструктурированию образа в соответствии с поставленной задачей.

Необходимость перевода проблемной ситуации во внутренний план для процесса принятия решения свидетельствует в пользу чрезвычайной важности правильного подхода к использованию принципа наглядности в обучении. Наглядные пособия не должны быть лишь иллюстрацией к излагаемому материалу. Для того чтобы акт открытия новых знаний не был для учащегося столь мучительным, как процесс решения творческих проблем в науке или в искусстве, использование наглядности в обучении должно направлять не только процесс создания образа ситуации, но и процесс переструктурирования этого образа в соответствии со стоящей задачей. При таком подходе существенное значение приобретает не только характер используемых наглядных пособий, их подбор, но и динамика предъявления их на уроке. Последовательность использования наглядных пособий на уроке должна направлять деятельность учащихся по созданию модели изучаемого материала.

Таким образом, только активное наблюдение и активная умственная деятельность учащихся обеспечивает эффективное и прочное усвоение знаний.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы : учеб. пособие / В. М. Козубовский. – 3-е изд. – Минск : Амалфея, 2010. – 368 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
5. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.

6. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.

7. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.

8. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

9. Березовин, Н. А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособие / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. – Минск : ООО «Новое знание», 2004. – 336 с.

1.2.2 Внимание

План:

1. Понятие о внимании
2. Виды внимания
3. Свойства внимания

1. Понятие о внимании

Внимание – познавательный процесс, который обеспечивает направленность и сосредоточенность сознания человека на определённых объектах при одновременном отвлечении от других.

Быть внимательным – значит воспринимать, видеть и понимать окружающий мир как можно лучше и как можно точнее. С появлением внимания психическая активность приобретает определённую упорядоченность, наблюдается концентрация активности на определённый объект, стимул; при этом происходит торможение конкурирующих деятельностей. Внимание – важное и необходимое условие эффективности всех видов деятельности человека, в т.ч. учебной и трудовой. Причём чем сложнее и ответственнее труд, тем больше требований он предъявляет к вниманию.

Внимание выполняет следующие функции:

- 1) отбор значимых воздействий, которые необходимы для текущей деятельности;
- 2) игнорирование других, несущественных конкурирующих воздействий;
- 3) удержание и сохранение выполняемой деятельности до тех пор, пока не будет достигнута цель, т.е. регуляция и контроль деятельности.

2. Виды внимания

В современной психологической науке принято выделять следующие виды внимания: произвольное (преднамеренное) внимание; произвольное (непреднамеренное) внимание; произвольное (случайное) внимание; произвольное (непреднамеренное) внимание.

Непроизвольное внимание возникает без всякого намерения человека, без заранее поставленной цели и не требует волевых усилий. В основе его возникновения лежат внутренние причины (интересы, настроения, переживания, потребности человека) и внешние причины (сила и неожиданность раздражителя, новизна, необычность, контрастность раздражителя, подвижность раздражителя).

Известно, что любой раздражитель, изменяя силу своего действия, привлекает внимание. Новизна раздражителя также вызывает произвольное

внимание. Предметы, вызывающие в процессе познания яркий эмоциональный тон (насыщенные цвета, мелодичные звуки, приятные запахи), вызывают непроизвольное сосредоточение внимания. Еще большее значение для возникновения непроизвольного внимания имеют интеллектуальные, эстетические и моральные чувства. Предмет, вызвавший у человека удивление, восхищение, восторг, продолжительное время приковывает его внимание. Интерес, как непосредственная заинтересованность чем-то происходящим и как избирательное отношение к миру, обычно связан с чувствами и выступает одной из важнейших причин длительного непроизвольного внимания к предметам.

Произвольное внимание возникает вследствие сознательно поставленной цели и требует определенных волевых усилий. Условиями возникновения произвольного внимания являются: осознание обязанности в выполнении данной деятельности; отчетливое понимание и внутреннее принятие конкретной задачи. Произвольное внимание возникает, когда человек ставит перед собой цель деятельности, выполнение которой требует сосредоточенности.

Есть целый ряд условий, облегчающих произвольное сосредоточение внимания. Сосредоточение внимания на умственной деятельности облегчается, если в познание включено практическое действие. Например, легче удержать внимание на содержании научной книги, когда чтение сопровождается конспектированием. Важным условием поддержания внимания является психическое состояние человека. Утомленному человеку очень трудно сосредоточиться. Многочисленные наблюдения и опыты показывают, что к концу рабочего дня увеличивается количество ошибок при выполнении работы, а также субъективно переживается состояние усталости: трудно сосредоточить внимание. Эмоциональное возбуждение, вызванное причинами, посторонними для выполняемой работы (озабоченность какими-то другими мыслями, болезненное состояние и другие подобного рода факторы), значительно ослабляет произвольное внимание человека.

Непроизвольное внимание дано человеку от природы, тогда как произвольное ещё должно быть сформировано, что требует специального обучения.

Послепроизвольное внимание – это внимание, возникающее на основе произвольного, после него, не требующее волевых усилий и сохраняющее направленность на основе возникновения интереса к самому процессу деятельности. Оно остается связанным с сознательными целями, но здесь нет волевых усилий, а деятельность поддерживается сильным интересом. Послепроизвольное внимание является самым эффективным и длительным.

3. Свойства внимания

Устойчивость – длительность привлечения внимания к одному и тому же объекту или к одной и той же задаче. Устойчивость внимания сохраняется

в активной и разнообразной деятельности с предметом, в активной умственной деятельности. Она зависит от целого ряда условий: степени трудности материала и знакомства с ним, его понятности, отношения к нему со стороны субъекта, а также индивидуальных особенностей личности.

Объем – количество объектов, которые охватываются вниманием одновременно. Важной и определяющей особенностью объема внимания является то, что он практически не меняется при обучении и тренировке. Показателем объема внимания является количество ясно воспринимаемых предметов. Объем внимания – величина индивидуальная, обычно его показатель равен 5 ± 2 объекта.

Концентрация (сосредоточенность) внимания – это удержание внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального. Концентрация внимания обеспечивает углубленное изучение познаваемых объектов и явлений, вносит ясность в представлении человека о том или ином предмете, его назначении, конструкции, форме. Она связана обычно с глубоким, действенным интересом к деятельности, какому-либо событию или факту. Кроме того, чем меньше круг объектов внимания, чем меньше участок воспринимаемой формы, тем концентрированнее внимание.

Распределение внимания – возможность удержать в сфере внимания одновременно несколько разнородных объектов или же выполнять деятельность, состоящую из множества одновременных операций. Чтобы успешно выполнять одновременно две работы, хотя бы одну из них, надо знать ее настолько хорошо, чтобы она выполнялась автоматически, сама собой, а человек лишь время от времени контролировал и регулировал ее сознательно. В этом случае основное внимание можно будет уделить второй работе, менее знакомой человеку. В некоторых профессиях распределение внимания приобретает особенно важное значение. Такими профессиями являются профессии шофера, летчика, педагога. Учитель объясняет урок и одновременно следит за классом, нередко он еще и пишет что-нибудь на классной доске.

Переключение – сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта на другой. Легкость переключения внимания зависит от целого ряда условий. Чем интереснее деятельность, тем легче на нее переключиться и сложнее от нее отвлечься. Переключение внимания следует отличать от отвлечения внимания, когда изменение направленности сознания происходит непреднамеренно.

1.2.3 Память

План:

1. Понятие о памяти
2. Виды памяти
3. Процессы памяти
4. Законы памяти
5. Развитие внимания и памяти

Понятие о памяти

Память – психический познавательный процесс, заключающийся в запечатлении, сохранении и последующем воспроизведении информации, что делает возможным его повторное использование в деятельности, или возвращении в сферу сознания.

Память играет важнейшую роль в жизни человека. Память – основа психической деятельности. Наша психика не только получает непосредственную информацию об окружающем мире при помощи органов чувств и благодаря мышлению, но и хранит, накапливает ее. В течение всей жизни мы узнаем что-то новое и накапливаем информацию благодаря памяти. Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшим познавательным процессом.

В основе памяти лежат *ассоциации*, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека. Мы можем, встретившись с одним из этих предметов, по ассоциации вспомнить другой, связанный с ним; запомнить что-то – значит связать то, что требуется запомнить, с чем-то уже известным, образовать ассоциацию. Различают ассоциации: по смежности, по сходству и по контрасту.

Ассоциация по смежности объединяет два явления, связанные во времени или в пространстве. Такая ассоциация по смежности образуется, например, при заучивании алфавита: при назывании буквы вспоминается следующая за ней.

Ассоциация по сходству связывает два явления, имеющие сходные черты: при упоминании одного из них вспоминается другое (кот – тигр).

Ассоциация по контрасту связывает два противоположных явления (черный – белый).

Кроме этих видов, существуют сложные ассоциации – *ассоциации по смыслу*; в них связываются два явления, которые и в действительности постоянно связаны: часть и целое, род и вид, причина и следствие. Эти связи, ассоциации по смыслу, являются основой наших знаний.

Для образования ассоциации требуется:

- повторное совпадение двух раздражителей во времени (повторение);
- сильный очаг возбуждения в коре больших полушарий мозга, облегчающий образование временной связи;
- деловое подкрепление, т. е. включение того, что требуется запомнить, в действия учащихся, применение ими знаний в самом процессе усвоения.

Виды памяти

По длительности сохранения информации выделяются следующие виды памяти:

1. *Кратковременная* память – это быстрое запоминание информации на короткий срок. Она в течение 25-30 секунд сохраняет воспринятое, после чего впечатления исчезают. Здесь сохраняется информация, к которой привлечено внимание. Пока информация хранится в кратковременной памяти, происходит первичная оценка её значимости для человека. Для кратковременной памяти возможно произвольное управление с помощью повторения или символизации. Объем кратковременной памяти равен 7 ± 2 единиц (Г. Эббингауз, 1885).

2. *Оперативная* память – это запоминание данных на время, необходимое для выполнения действия, например, решения задачи. Когда мы выполняем арифметическое действие, то осуществляем его по частям; при этом мы удерживаем «в уме» промежуточные результаты, пока имеем с ними дело. По мере продвижения к конечному результату «отработанный» материал может забываться. Так происходит в любом сложном действии. Немаловажно, что в процессе выполнения действия в ведении оперативной памяти находится «рабочая смесь» материалов, поступающих как из кратковременной, так и из долговременной памяти. Информация в оперативной памяти хранится от нескольких десятков секунд до нескольких дней. После прекращения деятельности эта информация чаще всего забывается либо попадает в долговременную память.

3. *Долговременная* память – сохранение информации в психике в течение длительного времени. Считается, что долговременная память – самая сложная и важная система памяти, так как именно благодаря ней человек накапливает и трансформирует свой жизненный опыт. Информация запоминается нами на длительное время по разным причинам. Так, мы надолго запоминаем информацию, если:

- многократно воспринимаем те или иные объекты, ситуации, людей;
- при запоминании у нас возникают сильные эмоциональные переживания;
- воспринимаемая информация очень значима для нас и др.

Долговременная память может и реально хранит информацию сколько угодно долго, позволяя её неоднократно использовать без ущерба для сохранения. Причём долговременная память от повторного обращения к ней только улучшается.

Скорость извлечения информации из долговременной памяти зависит от следующих факторов:

- величины класса (количества альтернатив, из которых производится выбор);
- ценности информации;
- установки человека;
- логической категоризации.

Кратковременная, оперативная и долговременная память взаимосвязаны и взаимодействуют друг с другом. Никакая информация не может оказаться в долговременной памяти человека прежде, чем она пройдёт через кратковременную память. Поскольку объём кратковременной памяти и время хранения в ней информации ограничены, то в долговременную память информация может попасть только в результате её предварительного отбора и дозирования. В данном процессе важную роль играет оперативная память – она через систему смысловых фильтров «пропускает» в долговременную память более обобщённые части информации (при чтении связного текста мы должны удерживать в памяти значения букв до объединения их в слова, значения слов до объединения их в предложения и т.д. После осуществления каждой из этих операций конкретные «детали» забываются (мы не помним, каким словом начиналось второе предложение третьего абзаца на странице), но остаётся общее смысловое содержание прочтённого текста). При этом информация перерабатывается, «кодируется» и связывается с уже имеющейся в памяти (память теснейшим образом связана с речью, мышлением, воображением, мотивацией и эмоциями человека. Так, мы запоминаем не очертания букв на бумаге, а образы, которые мы представили в процессе чтения, эмоции, которые мы при этом испытали и т.д.).

Повторение способствует тому, что из информации, вновь попадающей в кратковременную память, при помощи оперативной всё более детализированные фрагменты переводятся в долговременную память.

По содержанию выделяются следующие виды памяти:

1. *Двигательная* память – это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем. Она служит основой для формирования навыков ходьбы, письма, трудовых и др. навыков, лежит в основе освоения таких конкретных видов деятельности, как спорт, вождение автомобиля и др.

2. *Эмоциональная* память – это запоминание переживаний в связи с восприятием каких-либо значимых объектов, событий, ситуаций. Она позволяет регулировать поведение в зависимости от пережитых ранее чувств, обеспечивает способность к сочувствию, сопереживанию (другому человеку, герою книги или фильма и т.д.).

3. *Образная* память – это память на представления, на картины природы и жизни, а также на звуки, запахи, вкусы. Она бывает зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной, вкусовой. Её представления, в частности, связаны с профессиональной деятельностью. Например, штурман издалека

способен по силуэту определить тип идущего судна, опытный механик в состоянии «на глаз» определить дефект той или иной лежащей перед ним детали механизма, сравнивая её с визуальным образом, сохранённым в памяти.

4. *Словесно-логическая* память связана с формами и операциями мышления и позволяет усваивать посредством слов продукты человеческой культуры. Данный вид памяти присущ только человеку (и является у него ведущим), тогда как другие описанные выше виды в своих простейших формах свойственны и животным.

По степени произвольности пользования выделяют два вида:

1. *Непроизвольную* память, при которой запоминание и воспроизведение происходит без волевых усилий, само собой.

2. *Произвольную* – память, управляемую волей человека, когда он сознательно ставит перед собой цель что-то запомнить или вспомнить (например, учебный материал, адреса, номера телефонов и др.). Произвольная память важна в любой деятельности, осуществляемой человеком. Эффективность произвольной памяти зависит от целей запоминания (насколько прочно, долго человек хочет запомнить). Если цель – выучить, чтобы сдать экзамен, то вскоре после экзамена многое забудется, если цель – выучить надолго, для будущей профессиональной деятельности, то информация мало забывается.

По использованию мнемотехнических средств выделяют два вида памяти. *Опосредованная* память связана с использованием человеком специальных приёмов и средств для запоминания, сохранения и воспроизведения информации – в отличие от *непосредственной*.

По участию мышления в процессах памяти выделяют два её вида:

1. *Механическая* память основана на простом, многократном повторении материала, без установления смысловых связей между разными объектами. С её помощью запоминаются таблица умножения, формулы и т.п.

2. *Логической (смысловой)* называют память, основанную на понимании, осмыслении материала, на его представлении в виде легко запоминаемой схемы (плана, структуры). Считается, что продуктивность смыслового запоминания информации примерно в 25 раз выше механического.

Процессы памяти

1. Деятельность памяти начинается с *запоминания*, т.е. с закрепления той информации, которую мы получили из окружающей среды, путём связывания её с приобретённой ранее. Запоминание может быть непроизвольным или произвольным, но оно всегда избирательно – из всего многообразия поступающей информации запоминается то, с чем человек действует и что для него важно. На продуктивность запоминания влияют многочисленные факторы:

- количество запоминаемого материала (объём),
- обстановка, в которой он запоминается,

- характер запоминаемого материала (осмысленность, связанность, понятность, наглядность, ритмичность).

2. *Сохранение* – это удержание того, что человек запомнил, в памяти. Чем важнее для человека материал, тем дольше он сохраняется. Необходимо подчеркнуть, что при сохранении могут происходить изменения, связанные с переработкой информации: исчезновение некоторых деталей, замена их новыми, обобщение, изменение последовательности материала. Длительность, качество и другие характеристики сохранения зависят от значимости и объема запоминаемого материала, от его осмысленности при восприятии и других факторов.

3. *Узнавание* – это воспроизведение какого-либо объекта при его повторном восприятии. Это очень важный процесс, без которого мы каждый раз воспринимали бы предметы как новые, а не как уже знакомые нам. Узнавание может быть разным по степени своей определённости, чёткости и полноты, произвольным или непроизвольным.

4. *Воспроизведение* – процесс памяти, в результате которого происходит актуализация закреплённой ранее в психике информации, оно осуществляется без повторного восприятия воспроизводимого объекта. Воспроизведение может быть непреднамеренным (непроизвольным) и преднамеренным (произвольным). При произвольном воспроизведении человек ставит перед собой задачу – вспомнить что-то; непроизвольное воспроизведение может возникнуть, когда некоторый воспринятый объект по ассоциации вызывает сохранённое в памяти представление.

5. *Забывание* выражается в затруднённости или невозможности припоминания какого-либо материала. Забывание зависит от времени, но оно, как и запоминание, избирательно – быстрее забывается то, что неважно, то, что не связано с потребностями человека, его интересами, с целью его деятельности.

Кроме того, разные части материала забываются неодинаково – начинается процесс с незначительных мелких деталей и заканчивается общими, обобщёнными аспектами. Факторы, влияющие на забывание:

- возраст;
- характер информации и степень ее использования;
- интерференция: проактивная интерференция, связанная с событиями, происходящими до запоминания информации; ретроактивная интерференция, связанная с событиями, происходящими после запоминания материала;
- подавление (активное, по Фрейду, забывание, торможение следов памяти на уровне сознания и вытеснение их в область бессознательного. Современные психологи предпочитают говорить о мотивированном забывании. С помощью него человек пытается "уйти" от неприятных сторон той или иной ситуации).

Законы памяти

Работа разных видов памяти человека подчиняется определённым законам. Ниже описаны некоторые из них.

1. В процессе запоминания немаловажную роль играет *закон оптимальной длины запоминаемого ряда*. Для того чтобы человек мог воспроизвести как можно больше материала, необходимо, чтобы однократно предъявленный ему ряд стимулов равнялся или ненамного превышал объём его кратковременной памяти.

2. Ещё один важный для запоминания закон – *закон края*. В достаточно длинном ряду последовательно воспринимаемых единиц информации человек лучше всего запоминает то, что появилось в начале и в конце ряда, т.е. как бы с его краёв, и хуже запоминает то, что оказалось в середине ряда. На этом законе основывается эффективная организация устного выступления – важная часть информации располагается в его начале и конце; основные итоги подводятся по окончании выступления в резюме.

3. *Закон понимания информации*. Необходимым условием логического, осмысленного запоминания является понимание. Понятое запоминается быстрее и прочнее потому, что его содержание ассоциируется с уже усвоенными знаниями, с прошлым опытом человека.

Непонятое или плохо понятое, наоборот, выступает в сознании человека как нечто отдельное, не связанное с прошлым опытом – поэтому запоминается плохо, требует многократного повторения, механического заучивания.

4. Один из основных законов памяти – *закон ассоциаций*: чем больше разнообразных связей, или ассоциаций, выявлено между частями запоминаемого материала и тем, что уже хранится в памяти человека, тем быстрее и лучше материал запомнится, дольше сохранится в памяти и легче будет припоминаться. На этом, в частности, основана мнемотехника – элементы запоминаемого материала намеренно ассоциативно связываются с некоторыми словами, ситуациями, образами (например, цифра «2» – с лебедем).

5. *Забывание бессмысленного материала происходит неравномерно (закон забывания Г. Эббингауза)* – начинается оно сразу после запоминания, сначала процесс развивается очень быстро (через 2-3 дня забывается около 50% информации), затем замедляется и по истечении примерно 1 месяца практически останавливается (в памяти человека остаётся лишь около 20% информации). Процесс забывания осмысленного материала происходит по-другому, значительно медленнее.

6. *Закон незавершённого действия* гласит, что почти в 2 раза быстрее забывается та информация, которая связана с уже завершённым действием (удовлетворённой потребностью). И наоборот, если действие не завершено, человек будет помнить о том, что с данным действием связано, значительно дольше (эффект Б.В. Зейгарник).

7. *Забывание может быть не полным, а временным*. Его причины – воздействие на человека во время запоминания сильных посторонних

раздражителей или состояние утомления в тот момент, когда он пытается что-либо вспомнить. К разновидности временного забывания относится и явление *реминисценции*, при котором отсроченное воспроизведение материала оказывается более полным, чем то, которое осуществляется сразу после запоминания. Например, студенты на экзамене мало что могут вспомнить, хотя накануне вроде бы всё выучили, а через некоторое время без особых усилий вспоминают всё очень подробно. Реминисценция возникает, если человек пытался запомнить слишком большой объём материала и (или) в текущий момент слишком сильно желает его припомнить.

Развитие внимания и памяти

Роль внимания в учебной деятельности велика. Уровень развития познавательной сферы младшего школьника позволяет ему сосредотачивать внимание на нужных действиях, но в то же время часто еще преобладает непроизвольное внимание. Поэтому для ребенка в начальной школе достаточно характерна отвлекаемость, вследствие которой ему трудно сосредоточиться на сложном учебном материале. Внимание младших школьников характеризуется небольшим объемом и устойчивостью. Если подростки сосредоточенно могут заниматься одним делом в течение 40–45 минут, старшекласники – до 50 минут, то для младших школьников нормальным считается удержание сознания на нужном объекте в течение 10–20 минут. Также затруднено распределение и его переключение с одного учебного задания на другое. В то же время, благодаря учебной деятельности, у ребенка достаточно активно развивается произвольное внимание. При этом логика его развития такова: сначала школьник следует указаниям учителя и работает под его контролем, а затем начинает выполнять задания самостоятельно – сам ставит цель и контролирует свои действия. Когда появляется самостоятельный контроль над ходом и результатами своей деятельности, тогда мы и наблюдаем проявление произвольного внимания.

Существуют и индивидуальные особенности развития внимания у учащихся. Эти отличия наблюдаются при анализе проявления различных свойств внимания. Некоторые учащиеся имеют устойчивое, но плохо переключаемое внимание, они могут долго и усердно выполнять одно задание, но быстро перейти к другому заданию для них проблематично. Для других характерна легкость переключаемости, но при этом и значительна отвлекаемость. Существуют проблемы с небольшим объемом внимания у некоторых младших школьников.

Для хорошей организации учебного процесса и оптимального развития личности младшего школьника важно, чтобы педагог имел представление о возрастных особенностях развития внимания и учитывал индивидуальные отличия.

Все виды памяти преобразуются и развиваются в течение жизни человека – и те, которыми он наделён от рождения (непроизвольная,

непосредственная и пр.), и те, которые формируются уже при жизни (оперативная, словесно-логическая, произвольная, опосредованная).

Многие изменения в формировании и развитии памяти происходят в детстве. Так, объём кратковременной памяти у младенца очень невелик (1-2 единицы), к 6 годам он возрастает до 5-7 единиц; первые признаки наличия оперативной памяти у ребёнка появляются только в 1 год; произвольно запоминать материал дети могут не раньше, чем в возрасте 3-4 лет. Однако к моменту поступления в школу (к 7 годам) у ребёнка оказываются сформированными все основные виды памяти. К этому времени определяется и общий, доминирующий тип его памяти: зрительный, слуховой, двигательный или др.

В школе дети учатся запоминать и воспроизводить учебный материал логически, по смыслу, с помощью различного рода записей, планов, рисунков, конспектов и схем; учатся управлять своей памятью с помощью воли. Особую роль в этих процессах играет овладение родной речью. Несмотря на быстрое развитие всех видов памяти, на протяжении младшего школьного возраста опережающими по продуктивности все-таки являются биологически обусловленные её виды. В младшем школьном возрасте развитие памяти ребенка связано, прежде всего, с организацией его учебной деятельности. Выполнение задач учебной деятельности способствует развитию произвольной памяти детей: они запоминают и воспроизводят не только то, что хотят и что им интересно, а и то, что им нужно знать, и тогда, когда этого требует учебная деятельность. Развивая память младших школьников, важно помнить, что запоминание учебного материала должно быть осмысленным. Оно, с одной стороны, является более прочным и эффективным, а с другой – способствует развитию мышления детей, их способности мыслить. В подростковом возрасте их развитие, достигнув своего пика, замедляется, и быстрее начинают развиваться социально обусловленные виды памяти (словесно-логическая, произвольная, опосредованная).

После окончания школы память человека продолжает развиваться. Её изменения имеют индивидуальный, специфический, в т.ч. профессионально обусловленный характер – и не всегда только прогрессивный. С возрастом мозг человека постепенно изменяется, стареет вместе с организмом, и это неизбежно сказывается на процессах памяти. В первую очередь страдают врождённые её виды – если говорят, что у человека с возрастом память становится хуже, то прежде всего имеют в виду непосредственную, произвольную и механическую память.

Что же касается других её видов – упражняемых – то их качество зависит от того, как часто и насколько умело человек пользуется ими в течение жизни, а также от того, ставит ли он перед собой задачу поддерживать свою память на должном уровне за счёт специальных упражнений. Если эту задачу он ставит и решает, то память с возрастом не только не ухудшается, но, напротив, улучшается, причём значительно. Например, у людей, занимающихся

умственным трудом, оперирующих большими массивами разнообразной информации, память со временем всё более совершенствуется.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
3. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы : учеб. пособие / В. М. Козубовский. – 3-е изд. – Минск : Амалфея, 2010. – 368 с.
4. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
5. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
6. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.
7. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
8. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
9. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.2.4 Мышление и речь

План:

1. Понятие о мышлении
2. Виды мышления
3. Мыслительные операции и их характеристика
4. Формы мышления
5. Язык и речь
6. Функции речи
7. Виды речи
8. Взаимосвязь мышления и речи

1. Понятие о мышлении

Ощущение и восприятие дают человеку знание единичного, то есть знания об отдельных предметах и явлениях реального мира. Однако такая информация не может рассматриваться как достаточная. Для того, чтобы человек мог жить и нормально трудиться, он должен быть способен предвидеть последствия тех или иных явлений, событий или своих действий. Для того чтобы предвидеть, надо обобщать единичные предметы и факты и, исходя из этих обобщений, делать вывод относительно других единичных предметов и фактов такого же рода.

Познавая мир, человек обобщает результаты чувственного опыта, отражает общие свойства вещей. Для познания окружающего мира недостаточно лишь заметить связь между явлениями, необходимо установить, что эта связь является общим свойством вещей. На этой обобщенной основе человек решает конкретные познавательные задачи. Мышление дает ответ на такие вопросы, которые нельзя разрешить путем непосредственного, чувственного отражения. Благодаря мышлению человек правильно ориентируется в окружающем мире, используя ранее полученные обобщения в новой, конкретной обстановке. Деятельность человека разумна, благодаря знанию законов, взаимосвязей объективной действительности. Этот многоступенчатый переход – от единичного к общему и от общего опять к единичному – осуществляется, благодаря особому психическому процессу, – мышлению. Мышление является высшим познавательным психическим процессом. Суть данного процесса заключается в порождении нового знания на основе творческого отражения и преобразования человеком действительности.

Мышление – психический познавательный процесс, характеризующийся обобщенным и опосредствованным отражением отношений между явлениями действительности.

Мышление как особый психический процесс имеет ряд специфических характеристик и признаков:

1) *Обобщенное отражение действительности*, поскольку мышление есть отражение общего в предметах и явлениях реального мира и применение

обобщений к единичным предметам и явлениям (стол, стул, диван, кровать, тумба – мебель или осень, зима, весна, лето – времена года).

2) *Опосредованное познание объективной реальности* – способность человека выносить суждения о свойствах или характеристиках предметов и явлений без непосредственного контакта с ними, путем анализа косвенной информации (нельзя дотрагиваться мокрыми руками до электрических приборов, так как может ударить током, в связи с тем, что вода – хороший электрический проводник).

Следует отметить, что опосредованное мышление не искажает окружающую нас действительность, а, наоборот, позволяет познать ее глубже, вернее и полнее. Так, обобщение позволяет выявить не только существенные свойства окружающих нас вещей, но и основные закономерные связи предметов и явлений. Кроме этого, опосредованный характер мышления дает нам возможность не только углубить имеющуюся у нас информацию, но и расширить ее, поскольку область мышления шире, чем область того, что мы воспринимаем. Например, опираясь на чувственное восприятие, но выходя за его пределы, в процессе мышления мы в состоянии познать прошлое Земли, развитие растительного и животного мира. Благодаря мышлению мы в состоянии с определенной степенью достоверности предсказать даже будущее Земли. Таким образом, в процессе мышления мы познаем то, что вообще недоступно восприятию и представлению.

3) *Мышление всегда связано с решением той или иной задачи*, возникшей в процессе познания или в практической деятельности. Процесс мышления начинает наиболее ярко проявляться лишь тогда, когда возникает проблемная ситуация, которую необходимо решить. Следовательно, мышление всегда начинается с вопроса, ответ на который является целью мышления.

4) *Неразрывная связь мышления с речью*. Тесная связь мышления и речи находит свое выражение, прежде всего, в том, что мысли всегда облакаются в речевую форму, даже в тех случаях, когда речь не имеет звуковой формы, например, в случае с глухонемыми людьми. Люди всегда думают словами, то есть они не могут мыслить, не произнося слова. Так, специальные приборы регистрации мышечных сокращений отмечают во время протекания у человека мыслительного процесса наличие незаметных для самого человека движений голосового аппарата. Следует отметить, что речь является орудием мышления. Так, взрослые и дети гораздо лучше решают задачи, если формулируют их вслух. И наоборот, когда в эксперименте у школьников фиксировался язык (зажимался зубами), качество и количество решенных задач ухудшалось. Вместе с тем следует иметь в виду, что, несмотря на тесное взаимодействие мышления и речи, эти два феномена – не одно и то же. Мыслить – это не значит говорить вслух или про себя. Свидетельством этому может служить возможность высказывания одной и той же мысли разными словами, а также то, что человек не всегда находит нужные слова, чтобы выразить свою мысль. Таким образом, благодаря мышлению, человек организует свою жизнь на более высоком уровне: постигает общие

закономерности окружающего мира, находит решения в затруднительных ситуациях, выступает активным началом во взаимодействии с миром. Это и позволяет считать мышление высшим познавательным процессом.

Мышление выполняет следующие *функции*:

- 1) расширение границ познания путём выхода с помощью умозаключения за пределы чувственно воспринимаемого;
- 2) раскрытие отношений между предметами, выявление существенных связей и отделение их от случайных совпадений;
- 3) обобщение;
- 4) планирование и предвидение наступления таких явлений, которые в данный момент не существуют;
- 5) переработка информации, которая содержится в восприятии, и проверка результатов мыслительной работы на практике.

2. Виды мышления

Выделяют три основных вида мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое.

Наглядно-действенным называют мышление, которое сводится к практическим действиям человека, реальному преобразованию с их помощью материальных, непосредственно воспринимаемых предметов. Наглядно-действенное мышление является ведущим у детей в возрасте от 6-8 месяцев до 3 лет. Ребёнок познаёт предметы по мере того, как он руками, практически их разъединяет и вновь объединяет, связывает друг с другом. Любознательные дети часто ломают игрушки именно с целью выяснить, «что там внутри». Это простейший вид мышления, свойственный не только человеку, но и высшим животным.

Наглядно-образное мышление опирается на представления и образы: человек представляет ситуацию и изменения в ней, которые хочет получить в результате своей деятельности. Другими словами, задача решается не путём манипуляций с реальными предметами, а с помощью внутренних действий с образами этих предметов. Так, в исследованиях Н. Н. Поддьякова и его сотрудников ребёнку дошкольнику предъявляли плоскую фигуру определенной формы, например, вырезанного из фанеры гуся. Затем фигура закрывалась фанерным диском так, что оставалась видимой лишь ее часть – голова и начало шеи. После этого фигуру, поворачивали на какой-либо угол от исходного положения и предлагали ребёнку определить по положению головы и шеи гуся, где должен располагаться его хвост. Функции образного мышления связаны с представлением ситуаций и изменений в них, которые человек хочет получить в результате своей деятельности, преобразующей ситуацию, с конкретизацией общих положений. С помощью образного мышления более полно воссоздается все многообразие различных фактических характеристик предмета. В образе может быть зафиксировано одновременное видение предмета с нескольких точек зрения. Очень важная

особенность образного мышления – установление непривычных, «невероятных» сочетаний предметов и их свойств.

Словесно-логическим называют высший вид мышления человека, имеющий дело с понятиями о предметах и явлениях, а не с ними самими либо их образами. Словесно-логическое мышление полностью протекает во внутреннем, умственном плане. Словесно-логическое мышление начинает интенсивно развиваться у детей в школьном возрасте на основе практического и наглядно-чувственного опыта.

Наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление образуют этапы развития мышления в онтогенезе, в филогенезе. В настоящее время в психологии убедительно показано, что эти три вида мышления сосуществуют и у взрослого человека и функционируют при решении различных задач. Описанная классификация (тройка) не является единственной. В психологической литературе используется еще несколько «парных» классификаций.

Например, различают *теоретическое и практическое* мышление по типу решаемых задач и вытекающих отсюда структурных и динамических особенностей. *Теоретическое* мышление – это познание законов, правил. Открытие периодической системы Менделеева – продукт его теоретического мышления. Основная задача практического мышления – подготовка физического преобразования действительности: постановка цели, создание плана, проекта, схемы. Практическое мышление было глубоко проанализировано советским психологом Б.М. Тепловым. Теоретическое мышление наиболее последовательно изучается в контексте психологии научного творчества.

Одна из важных особенностей *практического* мышления заключается в том, что оно разворачивается в условиях жесткого дефицита времени. Так, например, для фундаментальных наук открытие закона в феврале или марте одного и того же года не имеет принципиального значения. Составление же плана ведения боя после его окончания делает работу бессмысленной. В практическом мышлении очень ограниченные возможности для проверки гипотез. Все это делает практическое мышление подчас еще более сложным, чем мышление теоретическое. Теоретическое мышление иногда сравнивают с мышлением эмпирическим. Здесь используется следующий критерий: характер обобщений с которыми имеет дело мышление, в одном случае это научные понятия, а в другом – житейские, ситуативные обобщения.

Проводится также различие между *интуитивным* и *аналитическим* (логическим) мышлением. Обычно используются три признака:

- временной (время протекания процесса),
- структурный (членение на этапы),
- уровень протекания (осознанность или неосознанность).

Аналитическое мышление развернуто во времени, имеет четко выраженные этапы, в значительной степени представлено в сознании самого мыслящего человека. *Интуитивное* мышление характеризуется быстротой

протекания, отсутствием четко выраженных этапов, является минимально осознанным. В отечественной психологии это мышление изучается Я. А. Пономаревым, Л. Л. Гуровой и др.

Мышление может быть творческим (продуктивным) и нетворческим (репродуктивным). При *творческом* мышлении либо решается новая задача, которую ранее никто не решал, либо известная задача решается необычным, нетривиальным способом, который ранее не применялся. Другими словами, творческое мышление порождает какие-либо новые знания, новый материальный или идеальный результат. Соответственно, *нетворческое* (репродуктивное) мышление – это мышление, повторно открывающее уже известные знания или воссоздающее то, что кем-то когда-то уже было создано: человек как бы идёт уже известным путём (художник, копирующий картину, рабочий, изготавливающий стандартную деталь и т.п.).

Благодаря творческому мышлению люди постоянно совершают новые открытия, преобразуя и совершенствуя мир вокруг себя. Известно множество примеров подлинно творческого мышления людей, занятых интеллектуальным трудом, например, учёных. Творческой может быть и практическая деятельность, причём не только скульптора, художника, режиссёра, но и инженера, бизнесмена, высококвалифицированного рабочего, крестьянина, если они своим трудом создают нечто новое, уникальное, необычное.

Творческое мышление характеризуется следующими особенностями:

- получением результата, которого раньше никто не добивался;
- возможностью действовать различными путями, не зная, какой из них может привести к желаемому результату;
- предварительной неизвестностью способов, с помощью которых этот результат может быть достигнут;
- отсутствием достаточного опыта решения подобных задач;
- необходимостью действовать самостоятельно и без подсказки.

Одна из теорий, объясняющих природу творческого мышления, гласит, что люди могут демонстрировать два принципиально разных подхода к решению задач, названных «конвергентным» и «дивергентным» мышлением (Дж. Гилфорд).

Конвергентное (от лат. *convergero* – приближаться, сходиться) мышление – подход, при котором человек, столкнувшись с проблемной ситуацией, считает, что задача имеет единственное решение, и это решение необходимо найти, используя знания и логику. Соответственно, решение задачи осуществляется им путём поиска только одного правильного результата.

Дивергентное (от лат. *divergero* – расходиться) мышление – подход, при котором человек в проблемной ситуации начинает генерировать как можно большее число различных вариантов, способов решения задачи. В этом случае мышление носит веерообразный, разветвлённый характер. Основу творческого мышления составляет именно дивергентное мышление.

Приведенный список видов мышления не является полным. Между ними существуют сложные отношения. Соотношения между разными видами мышления в полной мере еще не выявлены [6].

3. Мыслительные операции и их характеристика

Мыслительный процесс осуществляется при помощи следующих операций:

- **Анализ** – мысленное расчленение целостной структуры объекта отражения на составляющие элементы, расчленение познаваемого объекта на различные компоненты. Например, школьник на занятиях кружка юных техников, пытаясь понять способ действия какого-либо механизма или машины, прежде всего, выделяет различные элементы, детали этого механизма и разбирает его на отдельные части. Так он анализирует, расчленяет познаваемый объект.

- **Синтез** – воссоединение элементов в целостную структуру. Анализ и синтез обычно выступают в единстве. Они неразрывны, не могут существовать друг без друга: анализ, как правило, осуществляется одновременно с синтезом, и наоборот.

- **Сравнение** – это мыслительная операция, заключающаяся в сопоставлении предметов и явлений, их свойств и отношений друг с другом и в выявлении, таким образом, общности или различия между ними. Сравнение – более элементарный процесс, с него, как правило, начинается познание.

- **Обобщение** – это объединение многих предметов или явлений по какому-то общему признаку. В ходе обобщения в сравниваемых предметах в результате их анализа выделяется нечто общее. Эти общие для различных объектов свойства бывают двух видов: общие как сходные признаки и общие как существенные признаки. Путем нахождения сходных, одинаковых или общих свойств и признаков вещей субъект обнаруживает тождество и различие между вещами.

- **Абстрагирование** – мыслительная операция, основанная на отвлечении от несущественных признаков предметов, явлений и выделении в них основного, главного.

- **Классификация** – систематизация соподчиненных понятий какой-либо области знания или деятельности человека, используемая для установления связей между этими понятиями или классами объектов.

Все эти операции, по мнению С. Л. Рубинштейна, являются различными сторонами основной операции мышления – **опосредования** (то есть раскрытия все более существенных связей и отношений).

Формы мышления

Основными формами мышления выступают понятия, суждения, умозаключения.

Понятие – форма мышления, в которой отражаются закрепленные в слове обобщенные знания о существенных признаках предметов и явлений.

Усвоение понятия – это усвоение общественного опыта. Только человек имеет возможность посредством слов передавать из поколения в поколения накопленную информацию. Не случайно, что во многих теориях обучения в качестве одного из ведущих принципов выделяется усвоение понятий.

Понятия могут быть: общими и единичными; конкретными и абстрактными; эмпирическими и теоретическими.

По характеру отражаемых связей и отношений выделяют конкретные и абстрактные понятия. *Конкретными* называются понятия, в которых отражаются связи и отношения между конкретными предметами и явлениями окружающей действительности в целостной и структурно-обособленной форме. В качестве примера можно привести такие понятия, как «компьютер», «собака», «река», «дом», «дорога».

Абстрактными называются понятия, в которых отражаются свойства предметов, взятые в отвлечении (абстрактно) от их носителей (предметов). Примерами абстрактных понятий будут гуманизм, сила, чистота, надежность, синева, воля.

По общности различают общие и единичные понятия. *Общие* понятия («школа», «игра», «река») отражают круг однородных явлений (предметов), имеющий общий признак. *Единичные* понятия обозначают один, конкретный предмет или явление («Средняя школа №3 г. Минска», «река Свислочь»).

В зависимости от типа абстракции и обобщений понятия бывают эмпирическими или теоретическими. *Эмпирические* понятия фиксируют одинаковые предметы в каждом отдельном классе предметов на основе сравнения.

Специфическим содержанием *теоретического* понятия выступает объективная связь всеобщего и единичного (целостного и отличного). Понятия формируются благодаря общественно-историческому опыту человека, который усваивает систему понятий в процессе жизни и деятельности

Содержание понятий раскрывается в суждениях, которые всегда выражаются в словесной форме – устной или письменной, вслух или про себя.

Суждение – основная форма мышления, в процессе которой утверждаются или отрицаются связи между предметами и явлениями действительности. Суждение – это отражение связей между предметами и явлениями действительности или между их свойствами и признаками. Например, суждение: «Металлы при нагревании расширяются» – выражает связь между изменениями температуры и объемом металлов.

Суждения образуются двумя основными способами:

1) непосредственно, когда в них выражают то, что воспринимается. Мы видим, например, стол коричневого цвета и высказываем простейшее суждение: «Этот стол коричневый».

2) опосредствованно – путем умозаключений или рассуждений. С помощью рассуждения из одних суждений выводят, получают другие (или другое) суждения. Например, Д. И. Менделеев на основании открытого им

периодического закона чисто теоретически, лишь с помощью умозаключений вывел и предсказал некоторые свойства еще неизвестных в его время химических элементов.

Суждения могут быть: истинными, ложными; общими, частными, единичными. *Истинные* суждения – это объективно верные суждения. *Ложные* суждения – это суждения, не соответствующие объективной реальности.

В *общих* суждениях что-либо утверждается (или отрицается) относительно всех предметов данной группы, данного класса, например: «Все рыбы дышат жабрами». В *частных* суждениях утверждение или отрицание относится уже не ко всем, а лишь к некоторым предметам, например: «Некоторые студенты – отличники». В *единичных* суждениях – только к одному, например: «Этот ученик плохо выучил урок».

Умозаключение – форма мышления, характеризующаяся тем, что на основе известных человеку суждений или понятий логически формулируется (выводится) новое суждение. Исходные суждения, из которых выводится, извлекается другое суждение, называют посылками умозаключения. Простейшей и типичной формой вывода на основе частной и общей посылок является *силлогизм*. Примером силлогизма может служить следующее рассуждение: «Все металлы электропроводны. Олово металл. Следовательно, олово электропроводно».

Различают умозаключение: индуктивное, дедуктивное, по аналогии. *Индуктивным* называется такое умозаключение, в котором рассуждение идет от единичных фактов к общему выводу. *Дедуктивным* называется такое умозаключение, в котором рассуждение осуществляется в обратном порядке индукции, то есть от общих фактов к единичному выводу. *Аналогией* называется такое умозаключение, в котором новое суждение выводится по сходству с уже известным.

Таким образом, умозаключение представляет собой высшую форму мышления, которая позволяет человеку использовать различные мыслительные операции для нахождения новых решений, формирования новых суждений. При этом человек может не прибегать к непосредственному, чувственному опыту, а оперировать абстрактной информацией (то есть речь идет о теоретическом мышлении).

Одним из основных отличий человека от животного мира, отличием, отражающим закономерности его физиологического, психического и социального развития, является наличие особого психического процесса, называемого речью.

Речь – познавательный процесс, связанный с использованием языка для представления, сохранения в устной или письменной форме и последующей переработки разнообразной информации, а также для обмена ею с другими людьми; один из видов коммуникативной деятельности, осуществляемой в форме языкового общения.

Человек – существо социальное, а речь является основным средством человеческого общения. Через речь психология и опыт одного человека становятся доступными другим людям, обогащают их, способствуют их развитию. Без неё человек не имел бы возможности получать и передавать разнообразную информацию, в частности – такую, которая несёт большую смысловую нагрузку или фиксирует в себе то, что невозможно воспринять с помощью органов чувств (абстрактные понятия, непосредственно не воспринимаемые явления, законы, правила и т.п.). Без письменной речи человек был бы лишён возможности узнать, как жили, что думали и делали люди предыдущих поколений.

Речь как психический феномен изучается в психологии в двух основных проявлениях:

- 1) как средство передачи информации в процессе межличностного взаимодействия (в приведенном определении отражена именно эта функция);
- 2) как средство мышления в познавательной деятельности.

В психологии принято разделять понятия «язык» и «речь». **Язык** – это система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл. Язык является продуктом общественно-исторического развития. Язык является общим для народа, говорящего на нём, в то время как речь всегда субъективна и неповторима, зависит от конкретного человека. Всякий язык имеет:

- определенную систему слов с соответствующими значениями (лексический состав языка),
- определенную систему форм слов и словосочетаний (грамматика языка),
- определенный звуковой состав (фонетика языка).

Кроме содержания, передаваемого посредством словесных значений, в речи выражается и наше эмоциональное отношение к тому, что мы говорим. Речь может иметь и психологическую сторону, поскольку в речи часто содержится смысловой подтекст, отражающий цель (или мотив речи), с которой была сказана та или иная фраза.

Возникновение и развитие *языка* знаменует собой появление новой особой формы отражения действительности и управления ею. При помощи языка осуществляется отвлеченное мышление (то есть выход за пределы непосредственного отражения действительности), происходит накопление и передача опыта, знаний, умений. Язык является важнейшим инструментом взаимодействия между людьми и одним из важнейших средств развития человеческой психики.

Язык является сложной системой кодов, которая сформировалась в общественной истории. Основным элементом языка является слово. Слово является средством кодирования человеческого опыта (обозначает вещи, выделяет признаки, действия, отношения).

Благодаря языку происходит удвоение мира человека и появляется возможность иметь дело с предметами даже в их отсутствие.

В целом язык переводит познание человека в рациональный план.

Речь, являясь средством коммуникации между людьми, выполняет и другую важнейшую функцию – выступает средством мыслительной деятельности человека. В своих работах Л. С. Выготский убедительно показал, что формирование высших психических функций (произвольности и осознанности познавательных процессов) осуществляется благодаря речи. Об этом свидетельствуют факты, когда речевые нарушения сказываются на развитии всех сторон психической организации человека, и особенно на интеллектуальной сфере.

Функции речи

Выделяют 4 основных функции речи:

- 1) *выражение* – указывает на то, что, благодаря речи, мы имеем возможность выразить свое отношение к определенному объекту, ситуации, человеку;
- 2) *сообщение* – связано с тем, что именно посредством слов, в основном, идет обмен информацией между людьми;
- 3) *обозначение* – выражается в придании названия предметам и явлениям;
- 4) *воздействие* – посредством речи мы оказываем влияние на мысли, эмоции, поведение других людей.

С функциями речи непосредственно связаны и ее основные свойства:

- содержательность* – объем и глубина выраженной в речи информации;
- понятность* – умение индивида использовать адекватные ситуации слова, предложения, употреблять нужные понятия;
- выразительность* – эмоциональная насыщенность и окраска, содержание образных выражений, метафор, способность вызвать отклик в собеседнике;
- воздействие* – способность влиять на других людей (их убеждения, эмоции, мотивацию и т. д.).

Виды речи

Выделяют различные виды речи.

По тому, связана речь с обращением к другим людям или нет, выделяют внутреннюю и внешнюю речь. *Внутренняя речь* связана с использованием языка вне процессов реального общения между людьми. При этом различают три типа внутренней речи:

- 1) «речь про себя» – внутреннее проговаривание, наблюдаемая, например, при решении трудных мыслительных задач; в данном случае она соответствует структуре внешней речи;
- 2) речь как средство мышления, где различные понятия и суждения могут быть «свернуты», закодированы в виде соответствующих схем, образов и, соответственно, данный тип не соответствует структуре внешней речи;

3) речь как средство внутреннего программирования – использование слов для оказания воздействия на свое состояние, эмоции, мотивацию.

Внешняя речь ориентирована на других людей и характеризуется передачей при помощи языка необходимой информации.

Внешняя речь, в свою очередь, может быть письменной и устной. *Письменная речь* – общение посредством слов, выраженных в письменных текстах. Для данного вида речи характерны: достаточно сложная композиционно-структурная организация, особые (в отличие от устной речи) стиль и грамматическое построение. Чтение – восприятие текстовой информации. Чтение письменной речи про себя отличается высокой скоростью (скорость чтения превышает процесс говорения в среднем в три раза).

Устная речь – словесное общение при помощи языка, воспринимаемого на слух. В устной речи условно можно выделить два процесса:

1) говорение – процесс непосредственного обращения к собеседнику при помощи слов;

2) аудирование – процесс восприятия устной речи, обусловленный особенностями субъекта и объекта общения, содержанием передаваемой информации, ситуацией и др. Важно, чтобы в ходе общения человек не только понял содержание сообщения, но и был способен воспринимать скрытый подтекст и эмоциональное состояние говорящего.

Устная речь может быть в форме **диалога** или **монолога**. **Диалогическая речь** – вид речи, характеризующийся тем, что в ходе общения происходит активный обмен информацией между двумя и более собеседниками. Как правило, данная речь основана на использовании простейших форм речи, не требует развернутых предложений, содержит эмоциональную окраску. **Монологическая речь** – речь, произносимая одним человеком и направленная на определенную аудиторию. В отличие от диалогической, монологическая речь, как правило, более сложна, логична, содержательна.

В психологии также выделяют активную и пассивную речь. **Активная речь** связана с говорящим, а **пассивная речь** со слушающим (считается, что слушатель про себя часто повторяет слышимое). Для понимания особенностей психического развития ребенка важно также определить и еще один вид речи – эгоцентрической. **Эгоцентрическая речь** – речь ребенка, обращенная к самому себе, позволяющая ему управлять и контролировать свою деятельность. По мнению Л. С. Выготского, эгоцентрическая речь – своего рода переходный этап между внешней и внутренней речью. То есть, сначала ребенок пассивно воспринимает речь других людей, затем вслух обращается к себе для регуляции своих действий, а на основе этого впоследствии формируется внутренняя речь и развивается его мышление.

Психологические теории речи

Интересной является гипотеза **Н. Хомского**, исходящая из существования глубинной грамматики. За поверхностными синтаксическими структурами, различными для разных языков, существует небольшое число глубинных структур, отражающих общие схемы построения мысли. Эта глубинная грамматика позволяет ребенку, используя ограниченное число правил, формулировать самые разные предложения. Таким образом, в основе развития познавательных процессов у ребенка лежит врожденная лингвистическая компетентность.

Л. С. Выготский предвосхитил современные исследования в области глубинной грамматики. Он выделил *стадии развития глубинного синтаксиса* у детей.

На первой стадии используется только смысловой синтаксис.

На второй появляются зачатки грамматики – это стадия семантического синтаксиса.

На третьей стадии правила семантического синтаксиса используются регулярно, а также появляется ряд правил "поверхностного" синтаксиса и служебные слова – предлоги и союзы.

Сторонники **бихевиоризма** особую роль в развитии речи отводят среде, в которую помещен ребенок. При этом одни из них считают, что ребенок усваивает язык путем последовательных приближений под давлением социальной среды, в которой за одними звуками следует подкрепление, а за другими нет. Другие сторонники бихевиористского подхода особо подчеркивают роль подражания речи родителей.

Согласно конструктивистской теории **Ж. Пиаже**, развитие языка не отличается от развития других психических процессов (восприятия, памяти, мышления) и происходит при взаимодействии ребенка со средой. При этом язык не играет никакой роли в развитии мышления и интеллекта.

5. Развитие речи

Речь возникает и развивается в онтогенезе, т.е. прижизненно. Родители, разумеется, обучают ребёнка речи. Но это не значит, что с рождения овладение родным языком, речью является для ребёнка специфической, имеющей свою определённую цель, сознательной деятельностью. Такая деятельность появляется гораздо позже – в школе – при овладении письменной речью, изучении грамматики, т.е. системы норм языка, которым на практике к тому времени ребёнок уже владеет. Первичное овладение «живой» речью совершается в процессе общения с людьми, обусловленном потребностями ребёнка.

В течение первого периода развития речи (с рождения и до конца 1 – начала 2 года) ребёнок прежде всего приобретает пассивный фонетический (звуковой) материал, овладевает своим голосовым аппаратом и научается понимать речь окружающих. Первые звуки ребенка – это *крики* (инстинктивные врождённые реакции на голод, холод, боль и т.д.). В начале 3 месяца появляется *лепет* – игра звуком, который более свободен от

инстинктивных реакций, не имеет своей целью удовлетворение потребности ребёнка в пище и т.п. В течение этого периода появляется большее разнообразие звуков, благодаря чему подготавливается возможность дальнейшего овладения звуковым составом слов речи окружающих ребёнка людей. Примерно с 5 месяцев появляется первое примитивное *понимание речи*. Слово для ребёнка на данном этапе ассоциативно либо условно-рефлекторно связано с ситуацией. К концу 1 – началу 2 года появляются первые *осмысленные слова*, произносимые ребёнком, которые по своему значению выражают преимущественно потребности, эмоциональные состояния, желания ребёнка.

Приблизительно к 1,5 годам выделяется *обозначающая функция* речи. Ребёнок на этом этапе практически овладевает – при содействии взрослых – новым способом обращаться с вещами посредством слова. Он узнаёт, что посредством слова можно указать на вещь, обратить на неё внимание взрослых, получить её. Основным и решающим в речевом развитии ребёнка является то, что он получает возможность посредством речи вступать в сознательное общение с окружающими. Ребёнок начинает интересоваться названиями предметов, спрашивая «что это?», в связи с чем быстро растёт объём его словаря. Уже к 2,5 годам дети обучаются комбинировать слова, объединять их в небольшие (двух-трёхсловные) фразы; причём прогресс от таких фраз до составления развёрнутых предложений совершается очень быстро. Понимание отношения слова к предмету долгое время остается примитивным – слово представляется качеством вещи, её неотъемлемой частью.

На первых этапах ребёнок овладевает внешней речью. Поскольку изначально он общается со своим ближайшим окружением, причём в домашних условиях, предметом его речи является непосредственно воспринимаемое, речь обращена к людям, объединённым с ним общностью переживаемого, т.е. к близким. Речь на этом этапе ситуативна, в ней преобладают жестикация и другие выразительные средства (мимика, интонация и т.п.) над звуковой речью – ребёнок больше показывает, чем рассказывает. Понять сказанное можно, лишь находясь непосредственно в одной ситуации с ребёнком.

Затем, в возрасте около 3 лет, появляется другая социальная ситуация: дети в детском саду либо в песочнице во дворе. Новая ситуация общения требует новых форм речи – возникает необходимость в содержании речи отобразить все связи её предмета (того, о чём говорится) так, чтобы всё было понятно из самого контекста речи для любого человека, независимо от частной ситуации. Так начинается развитие связной, контекстной, логически выстроенной речи.

Возраст 3 лет называется *сензитивным* (от англ. sense – чувство) для развития речи. В течение дошкольного возраста (3-6 лет) формируется грамматический строй речи – сначала рядоположение («и», «и вот», «и еще» – в 2-2,5 года), затем формы, выражающие причинно-следственные и другие

логические отношения («итак», «поэтому», «следовательно», «хотя», «но», «несмотря на то, что», «потому что», «когда», «где» и т.д. – начиная с 3 лет), который только в школе становится предметом специального изучения. Развитие речи на этом этапе опережает развитие мышления.

По мере овладения связной речью увеличивается удельный вес звуковой «регламентированной» речи и соответственно уменьшается сопровождающая её жестикация и другие выразительные средства, изначально произвольные. Сохраняются они в разной степени в зависимости от темперамента, эмоциональности и других свойств конкретной личности. Позже умение пользоваться выразительными средствами становится сознательно овладеваемым мастерством или искусством (например, оратора, актёра).

Внутренняя речь начинает формироваться гораздо позже внешней. Её формирование, совершенствование происходит в тесной взаимосвязи с развитием мышления. Процесс перехода от *внешней* речи к *внутренней* называется *интериоризацией* (от лат. interior – внутренний). Поскольку, овладевая языком, мы овладеваем формами мышления, зафиксированными в нём (логические взаимоотношения между явлениями и т.п.), постольку, когда ребёнок научается «говорить» про себя, внутренняя речь становится формой мышления. Содержание мышления (мысль) оформляется в словесную формулировку, но теперь уже во внутреннем плане, без проговаривания вслух.

Следующий этап развития речи – овладение *письменной речью* и *чтением*. Особенность этого этапа не только в овладении специфической техникой письма или чтения: речь развивается в сторону большей осознанности, логичности, поскольку понимание письменной речи является более сложной интеллектуальной операцией, чем понимание речи устной. В дальнейшем изучаемые в школе история, география и другие предметы расширяют словарный запас, горизонт понимания привычных слов; познание естественно-научных дисциплин формирует техническую мысль; литература развивает понимание подтекстов, переносных значений слов, метафор и т.д. Соответственно развивается мышление, повышается уровень обобщения, значения слов становятся наиболее полными. Можно сказать, что к концу школы (16-17 лет) завершается формирование основных структур речи.

Но на этом развитие речи как таковой не заканчивается. Дальнейшее её развитие идёт самыми различными путями: это может быть овладение научным мышлением и соответствующей ему речью, творческое овладение речью (насыщение её более богатым, метафорическим содержанием), овладение различными стилистическими особенностями речи (в письменном творчестве, в ораторском мастерстве), овладение искусством спора, аргументированного доказательства и т.д.

1.2.5. Воображение

План:

1. Понятие о воображении
2. Виды воображения
3. Способы создания образов воображения
4. Развитие мышления и воображения

Образы, которыми оперирует человек, не ограничиваются воспроизведением непосредственно воспринятого. Перед человеком в образах может предстать и то, что он непосредственно не воспринимал, и то, чего вообще не было или чего и быть не может.

Воображение – познавательный процесс, заключающийся в создании новых представлений, образов на основе использования и преобразования имеющегося опыта; способность человека представлять в виде образов отсутствующие в данный момент времени или реально не существующие, вымышленные объекты.

Воображение играет важную роль в жизни человека: позволяет пребывать в разных пространственно-временных «измерениях», открывает будущее, даёт возможность планировать и т.д.; никакое другое живое существо в мире не способно на это.

Воображение позволяет представить ожидаемый результат деятельности, а в этом заключается основное отличие человеческого труда от инстинктивной деятельности животных. Данный познавательный процесс выступает как необходимая сторона художественной, научной, литературной, музыкальной, вообще любой творческой деятельности.

Воображение тесно связано с эмоциональной жизнью человека: с одной стороны, чувства побуждают деятельность воображения, с другой – воображение способно порождать чувства или влиять на уже имеющиеся. Благодаря этой связи воображение раздвигает границы эмоционального опыта человека, поскольку даёт возможность пережить разнообразные чувства во время чтения книги, просмотра кинофильма и т.д.

Функции воображения:

- образное представление действительности.
- регулирование эмоциональных состояний. Эта функция связана со способностью человека при помощи воображения снимать остроту переживания неудовлетворённых потребностей и даже частично их удовлетворять. Например, если некто обидел человека, а он по каким-то причинам не может напрямую ответить обидчику, то может сделать это символически, представив, как наказывает обидчика, что в какой-то мере его успокоит;

- произвольная регуляция познавательных процессов и состояний человека. Данная функция иногда называется «психотерапевтической». Суть влияния воображения на состояния человека заключается в возможности вызывать у себя определённые образы, через которые в свою очередь изменять собственные физические и психические состояния. Например, представляя жаркое лето, солнечную погоду, мы начинаем внутренне ощущать тепло. Аналогично человек может регулировать собственные познавательные процессы. Например, если перед ним стоит задача хорошо подготовиться к некоторой ситуации в будущем, он представляет себе её, проигрывает в воображении различные варианты поведения в ней. Затем, когда ситуация наступает, он оказывается к ней «готов» в различных смыслах: обращает внимание только на важные её аспекты, обдумывает что-либо, не отвлекаясь на второстепенные обстоятельства, его речь хорошо поставлена и т.д.;

- формирование внутреннего плана действий. Данная функция подразумевает способность человека выполнять действия «в уме», манипулируя образами;

- некоторые авторы добавляют к перечисленным ещё одну специфическую функцию – психодиагностическую. Суть её заключается в том, что по продуктам фантазии, по их содержательному анализу можно судить о психологии человека. Эта функция воображения широко используется в психодиагностике – там, где человеку предлагается что-нибудь придумать и изобразить (например, «несуществующее животное»), увидеть что-либо определённое в беспорядочном нагромождении красок и линий, сочинить рассказ.

Виды воображения

Выделяют несколько видов воображения (рис. 1).



Рис. 1. Классификация видов воображения

Активное воображение – пользуясь им, человек усилием воли, по собственному желанию вызывает у себя соответствующие образы; при этом сам процесс воображения контролируется (например, в творческой деятельности писателя).

Пассивное воображение – его образы возникают спонтанно и неожиданно, помимо воли и желания человека.

Преднамеренным называют воображение, при котором человек сознательно ставит перед собой цель нечто придумать, *непреднамеренным* – когда человек не «имеет намерения», сознательно не ставит перед собой такой цели.

Продуктивное – воображение, создающее совершенно новые, оригинальные образы, не имеющие аналогов ни в целом, ни по частям, т.е. существенно отличающиеся от всего известного. Это – высшая форма воображения, проявляющаяся в творчестве, при котором человек преобразует действительность, окружающий мир результатами своей деятельности.

Репродуктивное – воображение задействовано при воссоздании уже готовых образов, известных фактов – например, при изучении исторических описаний, чтении художественной литературы и т.п.

При доминировании в воображении *фантазии* (от англ. fancy, fantasy – выдумка, нечто неправдоподобное) образы становятся парадоксальными, неправдоподобными.

Мечты – создаваемые воображением образы желаемого, желанного будущего; они относительно реалистичны, связаны с действительностью. Важным признаком является активность воображения в данном случае – намечаемые программы поведения в дальнейшем могут быть реализованы человеком.

Грёзы – образы воображения, не связанные с волей, направленной на воплощение их в жизнь; они обычно также относятся к будущему времени, но при этом идеализированы. Грёзы тесно связаны с потребностями и желаниями человека – людям свойственно грезить о чём-то именно приятном, заманчивом и радостном. Иногда с помощью грёз человек пытается скрыться от кажущихся ему неразрешимыми проблем: он сознательно начинает грезить и, поддавшись рисуемому воображением картина, «уходит» в иллюзорную жизнь, в бесплодное фантазирование, как бы заменяет ими реальную деятельность и жизнь. Поэтому грёзы называют преднамеренным, но пассивным воображением.

Галлюцинации (от лат. hallucinatio – бред, видение) – непроизвольно возникающие независимо от внешних стимулов нереальные, фантастические образы несуществующих объектов (зрительные, слуховые, обонятельные, осязательные, вкусовые). Важным признаком галлюцинаций является то, что они возникают в результате нарушения нормальной работы центральной нервной системы: во время болезней при повышенной температуре, при воздействии алкоголя либо наркотических веществ, при локальных поражениях мозга. Галлюцинации могут быть *простыми* (от одного анализатора) и *сложными* (комплексные образы), *ложными* (псевдогаллюцинации, когда человек осознаёт, что образы нереальны) и *истинными* (обладают для человека статусом реальности). Последние

наиболее опасны, поскольку человек может начать действовать в соответствии с галлюцинацией.

Крайним случаем произвольной работы воображения являются *сновидения*, в которых образы рождаются непреднамеренно и в самых неожиданных и причудливых сочетаниях. Произвольной в своей основе также является деятельность воображения, развертывающаяся в полусонном, дремотном состоянии, например, перед засыпанием.

Способы создания образов воображения

Выделяют следующие способы создания образов воображения:

- *агглютинация* – создание образов посредством соединения любых качеств, свойств, частей (например, русалка, избушка на курьих ножках).
- при *гиперболизации* увеличивается или уменьшается предмет (например, мальчик-с-пальчик), изменяется качество или количество его частей (например, дракон с тремя головами).
- *акцентирование* – выделение какой-либо части, детали целого (например, шаржи, карикатуры).
- при *схематизации* – сглаживаются различия предметов и выявляются черты сходства между ними (например, орнамент, элементы которого взяты из растительного мира).
- *типизация* – наиболее сложный прием. Художник изображает конкретный эпизод, который впитывает в себя массу аналогичных и таким образом является как бы их представителем. Так же формируется и литературный образ, в котором концентрируются типичные черты многих людей данного круга, определенной эпохи.

Развитие мышления и воображения

В формировании и развитии мышления выделяется несколько различных (хотя и взаимосвязанных) сторон: появление и совершенствование основных видов мышления, последовательное овладение мыслительными операциями, формирование умственных действий и понятий.

Формируются и наиболее интенсивно развиваются все эти составляющие в период от рождения до подросткового возраста, что в первую очередь связано с ростом и развитием организма человека. Однако поскольку человеческое мышление социально обусловлено и теснейшим образом связано с речью, его формирование и развитие невозможны вне социума. Современные «естественные», обычные, повседневные условия жизни, в которых возникает и прогрессивно изменяется мышление человека, связаны с социальным окружением – сначала с родителями и близкими, которые с момента рождения разговаривают с ребёнком, учат его действовать с предметами, называют эти предметы, объясняют их предназначение, затем – с более широким кругом людей в дошкольных учреждениях и в школе.

Существуют разные позиции в отношении основных факторов и особенностей развития мышления и речи в младшем школьном возрасте. При рассмотрении данного вопроса мы опираемся на традиции отечественной психологической науки. На развитие всех познавательных процессов младшего школьника решающее значение оказывает содержание ведущей деятельности возраста – учебной. Успешное выполнение этой деятельности невозможно без существенных качественных изменений мышления, которое может быть признано важнейшей, доминирующей психической функцией.

Формирующиеся у младших школьников мыслительные операции еще связаны с конкретным материалом, недостаточно обобщены; образующиеся понятия носят конкретный характер. Но младшие школьники овладевают уже и некоторыми более сложными формами умозаключений, осознают силу логической необходимости. На основе практического и наглядно-чувственного опыта у них развивается словесно-логическое мышление, т. е. мышление в форме абстрактных понятий. Особенно это проявляется после двух лет обучения в начальной школе, когда ребенок проявляет умение анализировать тексты, выделять родовидовые отношения (классифицирует объекты), абстрактно рассуждать. Мышление выступает теперь не только в виде практических действий и не только в форме наглядных образов, а прежде всего в форме отвлеченных понятий и рассуждений.

Важнейшее значение для развития мышления младшего школьника имеет усвоение в ходе обучения научных понятий. Благодаря научным понятиям, ребенок способен устанавливать соотношения между явлениями, делать обобщения, сравнивать предметы. Овладение в процессе обучения системой научных понятий дает возможность говорить о развитии у младших школьников основ понятийного (теоретического) мышления. Теоретическое мышление позволяет ученику решать задачи, ориентируясь не на внешние, наглядные признаки и связи объектов, а на внутренние, существенные свойства и отношения.

В конце младшего школьного возраста отчетливо проявляются индивидуальные различия мышления детей. Среди них можно условно выделить группы «теоретиков» или «мыслителей», которые легко решают учебные задачи в словесном плане; «практиков», которым нужна опора на наглядность и практические действия; «художников» с ярким образным мышлением. Многим детям свойственно относительное равновесие между разными видами мышления.

В среднем и старшем школьных возрастах школьникам становятся доступны более сложные познавательные задачи. В процессе их решения мыслительные операции обобщаются, формализуются, благодаря чему расширяется диапазон их переноса и применения в различных новых ситуациях. Формируется система взаимосвязанных, обобщенных и обратимых операций. Развивается способность рассуждать, обосновывать свои суждения, осознавать и контролировать процесс рассуждения, овладевать его общими методами, переходить от его развернутых форм к свернутым формам.

Совершается переход от понятийно-конкретного к абстрактно-понятийному мышлению.

Интеллектуальное развитие ребенка характеризуется закономерной сменой стадий, в которой каждая предыдущая стадия подготавливает последующие. С возникновением новых форм мышления старые формы не только не исчезают, а сохраняются и развиваются. Так, наглядно-действенное мышление, характерное для дошкольников, у школьников приобретает новое содержание, находя, в частности, свое выражение в решении все усложняющихся конструктивно-технических задач. наглядно-образное мышление также поднимается на более высокую ступень, проявляясь в усвоении школьниками произведений поэзии, изобразительного искусства, музыки.

Способность воображать дана человеку от природы; первые её проявления наблюдаются уже у детей 2-3 лет. Развитие воображения человека во многом зависит от богатства и разнообразия получаемых им впечатлений. Так, если родители регулярно посещают с ребёнком культурные заведения (зоопарки, театры, музеи и т.д.), читают ему различные книги, предоставляют возможность увидеть необычные, оригинальные вещи (например, на выставках), то это стимулирует развитие его воображения, вызывает желание самостоятельно что-либо сделать.

Важным для развития воображения является участие человека в различных творческих видах деятельности, в которых необычность, оригинальность и другие признаки фантазии человека необходимы, особенно ярко проявляются и высоко ценятся.

Развитие воображения, кроме того, зависит от некоторых личностных особенностей. Так, интересы делают человека эмоционально восприимчивым к конкретным областям жизни и деятельности, стимулируют воображение именно в данном направлении; отношение человека к миру и к себе в нём обуславливает то, будет ли он считать возможным преобразовать окружающую обстановку или будет «скован» ею так, что даже мысленно не сможет ничего в ней изменить и т.д.

Особенности воображения младших школьников определяются, с одной стороны, возрастными закономерностями, а с другой – индивидуальными особенностями. Индивидуальные особенности воображения определяются психическими свойствами и предыдущим жизненным опытом человека. Для понимания характера воображения младшего школьника важно учитывать то, как оно развивалось на предыдущих возрастных этапах. Первые проявления воображения у детей тесно связаны с процессом восприятия. На это указывает то, что дети в начале раннего детства (1–1,5 года) не способны еще слушать даже самые простые сказки, постоянно отвлекаясь, но относительно со вниманием могут слушать истории, которые они сами пережили.

В этом случае ребенок слушает, потому что он может отчетливо представить те образы, о которых идет речь. Далее связь воображения и восприятия сохраняется, но постепенно ребенок начинает перерабатывать

полученные жизненные впечатления в своей психике. Это проявляется, например, в наделении окружающих предметов вымышленными функциями в соответствии с сюжетом игры (стул может стать машиной; шкаф – домом и т. д.). Особенностью воображения на данном возрастном этапе является то, что его образы всегда опосредованы выполняемой игровой деятельностью. Последующее развитие воображения определяется овладением речью. Речь позволяет ребенку обозначить образы соответствующими понятиями и оперировать в психике не только конкретными представлениями, но и простейшими отвлеченными понятиями. Учитывая, что внимание дошкольника часто носит произвольный характер, это отражается и на развитии его воображения: образы возникают спонтанно, определяются ситуацией.

Существенный качественный скачок в развитии воображения связан с развитием произвольности высших психических функций ребенка (Л. С. Выготский). Но этот скачок происходит не сам по себе, а благодаря активному содействию со стороны взрослых (создание оптимальных условий развития с учетом так называемой «зоны ближайшего развития»). Конкретно это выражается в организации игровой, художественной и других видов деятельности ребенка. Постановка посильной задачи требует от ребенка активизации внутренних процессов, создания новых образов с учетом своего опыта, имеющихся условий и т. д. Впоследствии ребенок сам для себя произвольно начинает ставить подобные задачи, моделировать их решение, осуществлять задуманное в действиях. В этом случае мы вправе говорить о проявлении активного воображения младших школьников.

Развитие воображения в младшем школьном возрасте во многом связано с тем, как будет организована учебная деятельность детей. Педагог должен стимулировать познавательную активность учащихся через создание на занятии проблемных ситуаций, учитывая индивидуальные особенности деятельности детей. Большое значение для развития воображения имеет изобразительная деятельность, чтение художественных произведений, проведение необычных воспитательных мероприятий, требующих от детей фантазерства и внутреннего раскрепощения.

Говоря о развитии воображения, важно иметь в виду, что речь идет не просто о качественном изменении одного из познавательных процессов, а всей познавательной сферы человека и его некоторых личностных особенностях. Это связано с тем, что воображение непосредственно связано с творческой деятельностью человека. Творчество тесно связано со всеми сферами личности: создание нового объекта, нахождение решения, написание произведения и т. д. опосредовано имеющимися знаниями, уровнем развития соответствующих способностей, волевыми чертами характера, эмоциональным настроением, переживаниями и др. В связи с этим важно, чтобы в ходе учебной деятельности они увидели и прочувствовали, что учение – это не только «важно» и «надо», но «интересно» и «увлекательно». Именно творческая составляющая в учебной деятельности и во всей жизни младших

школьников может стать основой для раскрытия их индивидуальности. Это позволит в перспективе выбрать ту сферу учебных и профессиональных интересов, реализация в которой сделает будущую жизнь насыщенной, содержательной и значимой как для самого человека, так и для социума.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
3. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы : учеб. пособие / В. М. Козубовский. – 3-е изд. – Минск : Амалфея, 2010. – 368 с.
4. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
5. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
6. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2014. – 382 с.
7. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
8. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
9. Столяренко, Л. Д. Основы психологии : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
2. Марцинковская, Т.Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2014. – 382 с.
3. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
4. Столяренко Л.Д. Основы психологии: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.3 Раздел «ПСИХОЛОГИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ»

1.3.1 Темперамент

План:

1. Понятие о темпераменте
2. Теории и типологии темперамента
3. Свойства темперамента
4. Психологическая характеристика типов темперамента
5. Темперамент как фактор деятельности

1. Понятие о темпераменте

Психика каждого человека уникальна. Её неповторимость связана как с особенностями биологического и физиологического строения и развития организма, так и с единственной в своём роде композицией социальных связей. К биологически обусловленным подструктурам личности относится прежде всего темперамент. Когда речь идёт о темпераменте, то обычно имеют в виду многие психические различия между людьми: различия по глубине, интенсивности, устойчивости эмоций, эмоциональной впечатлительности, темпу, энергичности действий и др. Тем не менее проблема темперамента и на сегодняшний день остаётся во многом спорной и неразрешённой. Однако при всём разнообразии подходов к данной проблеме учёные и практики признают, что темперамент является биологическим фундаментом, на котором формируется личность.

Темперамент (от лат. *temperamentum* – соразмерность, смесь, надлежащее соотношение частей) – система биологически обусловленных особенностей человека, проявляющихся в интенсивности, темпе и ритме протекания психических процессов и состояний.

Темперамент – это проявление в психике человека врождённого типа нервной деятельности. Следовательно, темперамент отражает, прежде всего, динамические аспекты поведения, преимущественно врождённого характера, поэтому свойствами темперамента являются свойства наиболее устойчивые и постоянные по сравнению с другими особенностями человека. В чём же заключается своеобразие этих свойств?

У одних людей психическая деятельность протекает равномерно. Такие люди внешне всегда спокойны, уравновешенны и порой даже медлительны. Они редко смеются, взгляд их всегда строг и холоден. Даже попадая в затруднительные или неловкие ситуации, эти люди остаются внешне невозмутимыми. У других людей психическая деятельность протекает неравномерно. Они подвижны, беспокойны, суетливы и нетерпеливы. Нередко такие люди при разговоре используют разнообразную жестикуляцию и выразительную мимику. Индивидуальный характер протекания

психической деятельности человека, её динамическая сторона зависит именно от типа темперамента.

В структуре темперамента принято выделять *три основных компонента*:

- **активность – пассивность** (проявляется во всех сферах жизни индивида: на работе, в школе, дома, во время отдыха и т.д.; может колебаться от вялости, инертности, пассивной невключенности в деятельность до стремительности осуществления действий, их высокой энергичности и продуктивности);

- **эмоциональность – безэмоциональность** (частота и сила эмоциональных реакций в ответ на ситуации-стимулы; определяет особенности возникновения, протекания и угасания эмоций, их знак (отрицательные или положительные эмоции) и модальность (страх, гнев, радость и т.д.);

- **особенности двигательной или моторной сферы** (специфические характеристики мышечной и речевой моторики: быстрая или медленная речь, походка, движения и т.д.).

Таким образом, темперамент оказывает влияние:

- на скорость возникновения и устойчивость психических процессов (например, скорость переключения внимания и его устойчивость, подвижность мыслительных процессов);

- на интенсивность реагирования на раздражители (например, силу эмоциональных переживаний, активность воли);

- ритм и темп психической активности (например, темп речи, использование жестикуляции и пантомимики);

- на избирательность психической деятельности и поведения (например, стремление к новым социальным контактам или обращённость к самому себе).

От темперамента не зависит содержание поведения и деятельности человека, он лишь определяет, как человек обычно действует в определённой ситуации. Темперамент не влияет на формирование мотивов, целей, ценностных ориентаций человека, но обуславливает то, как эти значимые характеристики будут проявляться во взаимодействии человека с другими людьми.

В связи с этим следует помнить:

- нельзя ставить вопрос о том, какой из типов темперамента лучше; каждый из них имеет свои положительные и отрицательные стороны;

- «чистые» типы темперамента встречаются крайне редко; практически все люди обладают комбинацией свойств разных темпераментов;

- люди похожих темпераментов могут одинаково эффективно выполнять различные виды деятельности и наоборот, люди разных темпераментов могут успешно справляться с одной и той же работой.

Роль свойств темперамента в психическом развитии состоят в том, что они могут облегчать или затруднять формирование тех или иных

содержательных свойств психики и прежде всего характера, способностей. Например, тщательность предварительной ориентировки в ситуации и предусмотрительность легче воспитать у человека медлительного, чем у «торопыги», поскольку второй склонен, недолго думая, браться за дело и быстро исправлять случающиеся ошибки. Медлительному труднее переключаться с основной работы на исправление ошибочных действий, поэтому он более расположен обезопасить себя от необходимости суетиться, спешить. Зато сильной стороной человека с быстрым темпом психических процессов является его скорость действий.

2. Теории и типологии темперамента

Исследования проблемы темперамента имеют свою историю. Рассмотрим некоторые основные этапы развития представлений о темпераменте.

1. Гуморальный подход к темпераменту

Гуморальные теории (от лат. humor - жидкость), связывающие темперамент со свойствами тех или иных жидких сред организма, являются древнейшими в истории психологической мысли.

А.Р. Лурии приписывают афоризм, согласно которому величие учёного определяется тем, насколько выдвинутые им представления задержали развитие научной мысли. В этом смысле идея Гиппократова об основных «соках организма» оказалась одним из влиятельных «долгожителей» психологии. Древнегреческий врач Гиппократ (ок. 460 – 377 гг. до н.э.) считается создателем учения о темпераменте и автором гуморальной теории темперамента. Он утверждал, что люди различаются соотношением четырёх основных «соков организма» - крови, флегмы, жёлтой и чёрной желчи. Выделенные Гиппократом типы темперамента привели к возникновению самой идеи существования наследственно обусловленных типов людей, а также к вопросу о взаимосвязи тех или иных характеристик организма с особенностями поведения человека.

Опираясь на учение Гиппократова, другой знаменитый врач античности Клавдий Гален (ок. 130 – ок. 200 гг.) разработал типологию темпераментов, которую он изложил в трактате «De temperamentum». Согласно его учению, тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены 13 типов темперамента, но затем они были сведены до четырёх:

- холерик (от греч. chole – желчь),
- сангвиник (от греч. sanguis - кровь),
- флегматик (от греч. phlegma – слизь, мокрота),
- меланхолик (от греч. melaina chole – чёрная желчь).

Эта теория имеет огромное влияние на учёных на протяжении уже многих столетий. Подтверждением этого является тот факт, что до настоящего времени предложенные Галеном названия типов темперамента являются

самыми распространёнными, а характеристика типов стала достоянием не только научной, но и житейской психологии.

В новое время психологическая характеристика этих типов темперамента была обобщена и систематизирована впервые немецким философом И. Кантом («Антропология», 1789), допустившим, однако, в своих толкованиях смешение черт темперамента и характера. Органической основой темперамента Кант считал качественные особенности крови (свёртываемость, лёгкость, теплота), т. е. разделял позицию сторонников гуморальной теории. Именно И. Канту принадлежат первые подробные и психологически точные «портреты» основных темпераментов. Вместе с тем, Кант осуществил, быть может, первую группировку известных темпераментов по сугубо психологическому основанию. Он различал *темпераменты чувств* (сангвиник – человек веселого нрава, меланхолик – человек мрачного нрава) и *темпераменты деятельности* (холерик – вспыльчивый, активный, легкий на подъем человек, флегматик – хладнокровный и сдержанный, пассивный и неторопливый).

Близко к гуморальным теориям темперамента стоит сформулированная П. Ф. Лесгафтом идея о том, что в основе проявлений темперамента лежат свойства системы кровообращения, в частности, толщина и упругость стенок кровеносных сосудов, диаметр их просвета, строение и форма сердца и т.д. От этого зависит быстрота и сила кровотока, скорость обмена веществ при питании и, наконец, сама индивидуальная характеристика темперамента как меры возбудимости организма и продолжительности его реакций при действии внешних и внутренних стимулов. При этом малому просвету и толстым стенкам сосудов соответствует холерический темперамент, малому просвету и тонким стенкам – сангвинический, большому просвету и толстым стенкам – меланхолический и, наконец, большому просвету и тонким стенкам – флегматический.

2. Конституциональный (морфологический) подход к темпераменту

Авторы конституциональных типологий понимали свойства темперамента как наследственные или врождённые и связывали их с индивидуальными различиями в особенностях телосложения.

Наибольшее распространение получила типология, представленная в труде немецкого психиатра Эрнста Кречмера «Строение тела и характер» (1921). Согласно его концепции, между типом телосложения человека и свойствами его темперамента существует прямая связь. Кречмер провёл множество измерений частей тела людей и в результате выделил на основе разработанных им критериев основные конституциональные типы телосложения:

- **лептосоматик или астеник** (от греч. leptos – хрупкий, soma – тело) - отличается хрупким телосложением, высоким ростом, узкими плечами, плоской грудной клеткой, длинными и тонкими конечностями, вытянутым лицом;

- **пикник** (от греч. *ruknos* – толстый, плотный) – человек с выраженной жировой тканью, полный, малого или среднего роста, выпуклой грудной клеткой, выступающим животом, круглой формой черепа и короткой шеей;
- **атлетик** (от греч. *athlon* – борьба, схватка) – характеризуется развитой мускулатурой и крепким телосложением; обычно имеет высокий или выше среднего рост, широкие плечи и узкие бедра.
- **диспластик** (от греч. *dys* – плохо, *plastos* – сформированный) – человек с непропорциональным строением тела, плохо сформированный с различными деформациями.

лептосоматик пикник атлетик диспластик

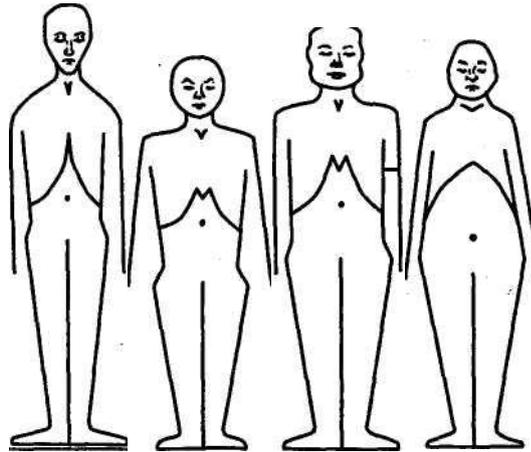
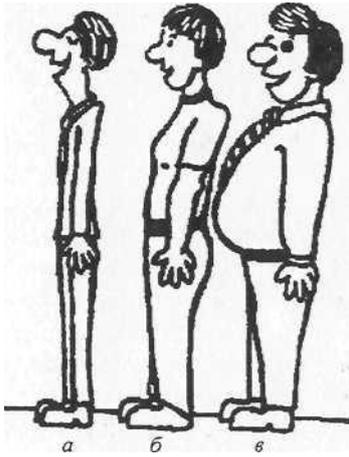


Рис. 1. Конституциональные типы по Э. Кречмеру

С названными типами телосложения Кречмер соотносит три выделенных им типа темперамента:

- **шизотимик** имеет астеническое телосложение, характеризуется замкнутостью, склонен к колебаниям эмоций, мнителен, упрям, ригиден (негибок) в установках и взглядах, часто испытывает трудности в адаптации к социальному окружению;
- **иксотимик** обладает атлетическим телосложением, отличается спокойствием, невпечатлительностью, сдержанной мимикой, невыразительными жестами, невысокой гибкостью мышления, часто мелочен и педантичен.
- **циклотимик** наделен пикническим телосложением, характеризуется циклическими колебаниями эмоций от радости до подавленного настроения, при этом легко контактирует с людьми, откровенен, добродушен, реалистичен во взглядах.

Теория Кречмера получила наибольшее распространение в Европе, тогда как в США приобрела популярность концепция Уильяма Шелдона, в основе которой также обнаруживается соотнесение выделенных типов темперамента с основными типами телосложения. Шелдон выделил три типа конституции («соматотипа»):



- **экторморфный** (рис. а) – характеризуется хрупким строением тела, узкой и плоской грудной клеткой, тонкими удлинёнными конечностями;
- **мезоморфный** (рис. б) – отличается крепким и стройным (атлетическим) телосложением, высокой физической выносливостью, сильной и развитой мускулатурой;
- **эндоморфный** (рис. в) – отличается неразвитой мускулатурой и избытком жировой ткани, для него характерны мягкость и округлость внешнего облика.

Согласно Шелдону, этим типам телосложения соответствуют определённые типы темперамента:

- **церебротоник** – скован и заторможен в движениях, характеризуется склонностью к уединению, замкнутостью, повышенной скоростью реакций, чрезмерной чувствительностью к боли;

- **соматотоник** – энергичен, склонен к физической активности и риску, решителен, нередко агрессивен, недостаточно чувствителен к переживаниям других людей, вынослив, груб, резок в поведении, стремится к доминированию;

- **висцеротоник** – человек с замедленными реакциями, расслабленный в осанке и движениях, стремящийся к комфорту, эмоционально уравновешенный, терпимый и приветливый со всеми.

Основным недостатком гуморальных и конституциональных теорий является то, что они принимают в качестве первопричины поведенческих проявлений темперамента такие системы организма, которые не обладают и не могут обладать необходимыми для этого свойствами.

3. Факторный подход к темпераменту

Представители этого подхода исключили из рассмотрения конституциональные факторы и сосредоточили своё внимание на связи темперамента с факторами психологического содержания.

Известный психолог Г. Айзенк предложил типологию темперамента, основанную на взаимодействии двух факторов, которые, по его мнению, образуют базовую структуру личности:

- интроверсия – экстраверсия (фактор, характеризующий социальную направленность личности на внешний или внутренний мир);
- высокий нейротизм – низкий нейротизм (фактор, характеризующий эмоциональную нестабильность личности).

Таким образом, экстраверсия в сочетании с высоким нейротизмом обуславливает проявление темперамента холерика, экстраверсия в сочетании с эмоциональной устойчивостью (низким нейротизмом) проявляется как темперамент сангвиника; интроверсия в сочетании с высоким нейротизмом

определяет темперамент меланхолика, интроверсия в сочетании с эмоциональной устойчивостью (низким нейротизмом) проявляется как темперамент флегматика.

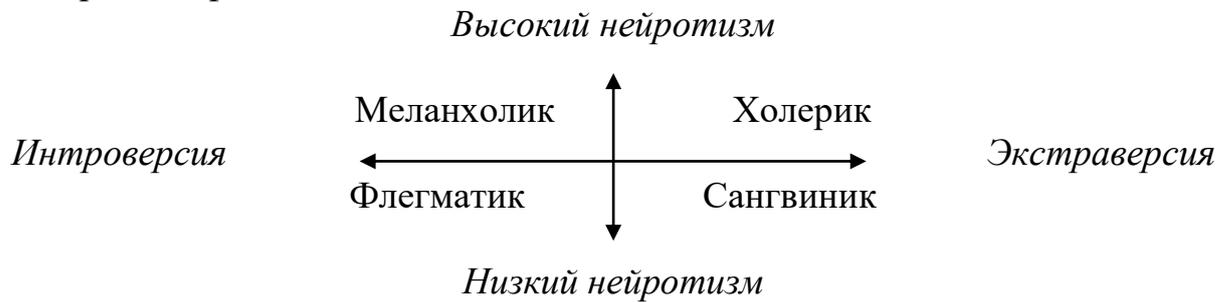


Рис. 3. Типология темперамента по Г. Айзенку

Л. Тернстоун на основе факторного анализа включил в структуру темперамента семь факторов:

- активность (отражает высокую подвижность и нетерпеливость во всём и всегда);
- доминантность (склонность к руководству другими людьми);
- импульсивность (подверженность сиюминутным побуждениям);
- рефлексивность (склонность к самоанализу, размышлению);
- социабельность (потребность в общении и взаимодействии);
- стабильность (способность сохранять устойчивость в сложных ситуациях);
- энергичность (склонность к физическим нагрузкам).

4. Психофизиологический подход к темпераменту

Представители этого подхода исключили из рассмотрения конституциональные факторы и сосредоточили своё внимание на связи темперамента с факторами психологического содержания.

Крупнейшей заслугой И. П. Павлова явилось детальное теоретическое и экспериментальное обоснование положения о ведущей роли центральной нервной системы в динамических особенностях поведения. ЦНС – единственная из всех систем организма, обладающая способностью к универсальным регулирующим и контролирующим влияниям. На основании исследования высшей нервной деятельности собак Павлов установил, что физиологической основой темперамента являются сочетания основных свойств нервных процессов. Павлов выделил три основных свойства процессов возбуждения и торможения:

- сила (характеризует работоспособность, выносливость нервной системы и означает её способность переносить либо продолжительное, либо кратковременное, но очень сильное возбуждение или торможение);
- уравновешенность (отражает соотношение возбуждения и торможения; у некоторых людей эти два процесса взаимно уравновешиваются, а у других равновесия не наблюдается: преобладает либо процесс возбуждения, либо процесс торможения);

- подвижность нервных процессов (способность процессов возбуждения и торможения быстро сменять друг друга, быстрота появления нервных процессов в ответ на раздражение, быстрота образования новых условных связей).

Из возможных сочетаний этих свойств Павлов выделил четыре, основные, по его данным, типичные комбинации в виде четырех типов высшей нервной деятельности. Их проявления в поведении Павлов связал с античной классификацией темперамента:

- сильный, уравновешенный, подвижный тип («живой», по определению И.П.Павлова) соответствует темпераменту сангвника;
- сильный, уравновешенный, инертный («спокойный» по определению И.П.Павлова) – темперамент флегматика;
- сильный, неуравновешенный, с преобладанием возбуждения («безудержный», по определению И.П.Павлова) – темперамент холерика;
- слабый («слабый», по определению И.П.Павлова) – темперамент меланхолика.

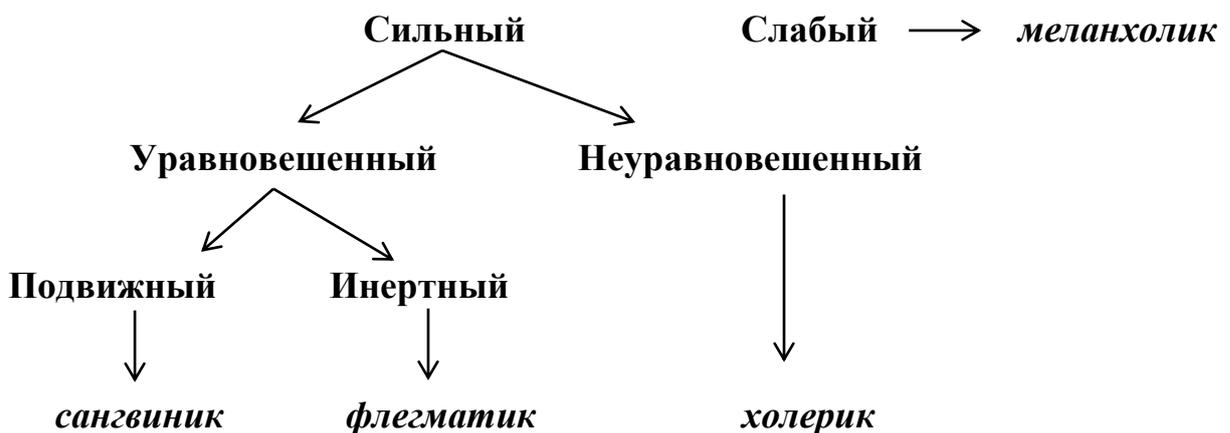


Рис. 4. Соотношение типов высшей нервной деятельности (по И.П.Павлову) с типами темпераментов (по Галену)

Однако делать окончательные научные выводы относительно числа основных типов нервной системы, а также числа типичных темпераментов пока не представляется возможным. Исследования показывают, что сама структура свойств нервной системы как нейрофизиологических измерений темперамента намного сложнее, чем это представлялось ранее, а число основных комбинаций этих свойств гораздо больше, чем это предполагалось И. П. Павловым.

3. Свойства темперамента

Свойства темперамента – это наиболее устойчивые, врожденные особенности психики, определяющие динамику психической деятельности в различных её сферах.

В.С. Мерлиным и его сотрудниками были выделены следующие *основные свойства темперамента*:

- **сензитивность (чувствительность)** – характеризует наименьшую силу внешнего воздействия, необходимую для возникновения у человека той или иной психической реакции, а также скоростью возникновения этой реакции.

- **реактивность** – сила эмоциональной реакции человека на внутренние или внешние раздражители.

- **активность** – с какой энергией человек сам воздействует на окружающий мир, как он преодолевает препятствия на пути к поставленной цели.

- **соотношение реактивности и активности** – в соответствии с которым деятельность человека может зависеть либо от случайных обстоятельств, либо от намеченных целей.

- **пластичность / ригидность** – противоположные свойства, которые проявляются в том, насколько легко и быстро человек приспосабливается к меняющимся условиям и внешним воздействиям или, наоборот, инертно, с трудом меняя свои привычки и суждения.

- **темп реакций** – скорость реагирования на внешние воздействия, а также особенности протекания различных психических процессов (скорость запоминания, движения, выполнения мыслительных операций, темп речи, динамика жестов и т.д.).

- **эмоциональная возбудимость** – сила воздействия, необходимая для возникновения эмоциональной реакции, а также скорость возникновения этой реакции.

- **интроверсия / экстраверсия** – противоположные свойства, определяющие, чем обусловлены реакции и поведение человека: собственными представлениями, образами, мыслями, связанными с прошлым и возможным будущим (интроверт), либо актуальными впечатлениями внешнего мира (экстраверт).

Перечисленные свойства темперамента отличаются от других сфер личности (способностей или мотивационной сферы) по ряду *признаков*:

- **динамичность** – характеризуют психику в динамике, подвижности, стремительности реагирования;

- **устойчивость** – индивидуальные значения этих свойств сохраняются длительное время, в течение жизни практически не меняясь;

- **онтогенетическая «первичность»** – свойства темперамента выявляются уже в раннем детстве, являясь наиболее ранними и исходными характеристиками психики;

- **статистическая частота их проявления** – особенностями темперамента считаются только те, которые в обычных условиях жизни проявляются чаще всего и наиболее типичны для данного человека;

- **признак максимальной трудности** – свойства темперамента особенно точно можно определить в условиях, максимально трудных для их проявления;

- обусловленность генотипическими свойствами нервной системы – все перечисленные характеристики непосредственно зависят от врожденных особенностей нервной деятельности.

4. Психологическая характеристика типов темперамента

Для **сангвиника** характерна малая чувствительность, повышенная реактивность, большая импульсивность, энергичность, быстрота ума, быстрый темп речи и движений, высокая работоспособность. Чувства легко возникают и сменяются, мимика богатая, подвижная, выразительная. По выражению его лица легко угадать его настроение, отношение к предмету или человеку. Сангвиник легко приспосабливается к новым условиям, быстро входит в контакт с людьми, общителен. Он жизнерадостен, охотно берется за живое дело, развивает кипучую деятельность, но может остыть, если это дело кропотливое, требующее терпения. Высокая пластичность проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов и стремлений. Сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке, без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевая новыми навыками.

Положительные стороны: хорошо контактирует с людьми, деятелен, из него можно воспитать хорошего организатора, податлив к воспитанию, но в присутствии товарищей. *Отрицательные стороны:* неустойчивое настроение, опрометчивость решений, с трудом воспитываются волевые качества. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности у сангвиника вырабатывается легкомысленное отношение и непостоянство.

У **холерика** много общего с сангвиником. У него малая чувствительность, высокая реактивность, но он менее пластичен, более ригиден, медленнее перестраивается в новой деятельности, обстановке, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Это взрывная натура, отличающаяся повышенной возбудимостью, большой эмоциональностью, раздражительностью. Для него характерна цикличность в активности, в смене настроения. Однако он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник, что приводит к большей устойчивости стремлений и интересов, большей настойчивости. Проявление холерического темперамента в значительной мере зависит от направленности личности. У людей с общественными интересами он проявляется в инициативности, энергии, принципиальности. Там, где нет богатства духовной жизни, холерический темперамент часто проявляется отрицательно: в раздражительности, эффективности.

Положительными чертами его является прямолинейность, в критические минуты – решительный напор, трудоспособность. *Отрицательные черты:* обижается по пустякам, возможны нервные срывы.

Флегматик отличается малой чувствительностью, малой реактивностью и импульсивностью, медленным протеканием психических процессов. Обычно у него бедная мимика, движения невыразительны и замедлены, так же, как и речь. Новые формы поведения вырабатываются

медленно, но являются стойкими. Обычно флегматик ровен и спокоен, терпелив и выдержан, не склонен к аффектам. По выражению И. П. Павлова, «это труженик жизни». Остается спокойным в трудном жизненном положении. При наличии сильного торможения ему нетрудно придерживаться режима; солиден, не тратит напрасно сил. Рассчитав свои силы, доводит дело до конца, может выполнять дело, требующее длительного напряжения, проявляя усидчивость, устойчивое внимание и терпение. Флегматик в меру общителен, ему свойственно постоянство в отношениях, но характер недостаточно гибок.

Положительные или *отрицательные черты* у него зависят от условий: в одних возникают положительные черты – выдержка, глубина мыслей и т.д., в других – вялость и безучастность к окружающему, лень и безволие.

У **меланхолика** самая высокая чувствительность, впечатлительность, малая реактивность и импульсивность, реакции часто не соответствуют силе раздражителя (незначительный повод может вызвать у него слёзы), особенно сильно у него внешнее торможение, может затормаживаться по механизму за-пределного торможения. Ему трудно на чем-то сосредоточиться. Обидчив, но внутренне и внешне это мало проявляется. Мимика и пантомимика не выразительны. Меланхолик не энергичен, ригиден, очень интровертирован, быстро устает. По выражению И. П. Павлова, «явно тормозной тип». Каждое явление жизни становится для него тормозящим; ни на что хорошее он не надеется, ожидает лишь плохого и опасного, испытывает страх перед новой обстановкой, смущается при контактах с новыми людьми, отношения в коллективе налаживает с трудом. Слабость процессов возбуждения и торможения приводит к тому, что он деятелен.

Положительные черты. В нормальных условиях жизни меланхолик – человек глубокий, содержательный, отличается большой тактичностью, может прекрасно справляться с жизненными проблемами. *Отрицательные черты.* При неблагоприятных условиях он может превратиться в замкнутого, необщительного, боязливого, тревожного человека.

5. Темперамент как фактор деятельности

Проявления типа темперамента многообразны, они проявляются не только в поведении человека, но и определяют своеобразие динамики познавательной деятельности и эмоциональной сферы, отражаются в побуждениях и действиях человека, в характере его интеллектуальной деятельности, особенностях речи и т.п.

Несмотря на то, что от типа темперамента зависят некоторые особенности деятельности человека, темперамент не определяет способности и одарённость человека. Большие способности могут встречаться одинаково часто при любом типе темперамента. Среди выдающихся талантов во всякой сфере деятельности можно найти людей с разным темпераментом. Если взять, например, крупнейших русских писателей, то у А. С. Пушкина мы сможем отметить яркие черты холерического темперамента, а у А. И. Герцена –

сангвинического, у Н. В. Гоголя и В. А. Жуковского – меланхолического, у И. А. Крылова и И. А. Гончарова – флегматического. Два великих русских полководца – А. В. Суворов и М. И. Кутузов – с точки зрения темперамента образуют резкую противоположность. Суворов был типичным холериком, а у Кутузова наблюдались черты, характерные для флегматического темперамента (медлительность движений, спокойствие, хладнокровие).

Темперамент, влияя на динамику деятельности, может влиять на её продуктивность. С целью эффективного выполнения деятельности необходимо «приспосабливать» темперамент к тем требованиям, которые предъявляются к человеку данной деятельностью. Для этого возможны следующие пути:

- профессиональный отбор в тех случаях, когда свойства темперамента определяют профессиональную пригодность человека (лётчик-испытатель, космонавт, профессиональный спортсмен и др.);
- индивидуализация требований, условий и способов работы, предъявляемых к человеку;
- преодоление отрицательного влияния темперамента положительным отношением к деятельности и соответствующей мотивацией (дело, которое нравится, человек выполняет более качественно);
- перевоспитание отдельных свойств темперамента и формирование новых (возможность, которая есть у человека благодаря характеру, способностям, воле и др. личностным характеристикам);
- формирование собственного индивидуального стиля деятельности, при котором человек ищет наилучшие приёмы и способы деятельности, помогающие ему достигать наиболее успешных результатов.

При организации процесса воспитания наиболее рациональной задачей является не переделка или подавление темперамента человека, а учёт и использование его особенностей при построении индивидуального подхода в обучении, воспитании, самовоспитании, при выработке своего индивидуального стиля в учёбе и работе. Подобного рода индивидуальный подход может предусматривать максимальное использование значимых в данной ситуации сторон темперамента человека и компенсацию «нежелательных». Например, неуравновешенность и возбудимость можно ослабить за счёт саморегуляции при осуществлении деятельности, но дать им возможность для проявления во время активного отдыха.

Сангвиник-ученик на уроке излишне подвижен, легко отвлекается, словоохотлив, типична поспешность в выполнении заданий, мимика и речь выразительны. Для него необходимо наличие новых, по возможности, интересных задач, требующих от него сосредоточенности и напряжения. Необходимо постоянно включать его в активную деятельность и систематически поощрять его усилия. Кроме того, сангвиник часто не доводит начатое дело до конца, поэтому по отношению к нему надо чаще проявлять строгость, над ним должен быть установлен систематический контроль.

Холерик чрезвычайно энергичен и работоспособен. За единицу времени холерик может выполнить в полтора-два раза больший объем работы, чем, например, флегматик. Природная высокая возбудимость делает холерика вероятным источником конфликтов, поэтому педагогу следует учитывать, что для холерика нужны самовоспитание и воспитание наедине. Требуется вырабатывать тормозные механизмы, переключение внимания; опасно захваливать, так как он сам склонен переоценивать себя. Учитывая силу его нервной системы, педагог может резко воздействовать на него.

В педагогической практике необходимо учитывать инертность и малоподвижность *флегматика*. Он нуждается в индивидуальном режиме деятельности. Он быстро теряется при ответах (поэтому не следует на него давить), не успевает за всеми, отстает в работе (давать больше времени на работу и ответ), долго вживается в коллектив. Флегматик незаменим при выполнении работ, требующих тщательности, скрупулёзности и ответственности.

Меланхолик нуждается в щадящем, эмоционально комфортном режиме деятельности. В педагогической практике у таких детей необходимо формировать уверенность в своих силах путем правильной тактики опросов и поощрений (не только отметкой, но и замечанием «хорошо», «молодец» и т.п.). Отрицательную оценку следует использовать как можно осторожнее, всячески смягчая её негативное действие. Лучше не спрашивать у учащихся новый, только что усвоенный материал, стараться не отвлекать внимания, создавать спокойную обстановку и пр.

1.3.2 Характер

План:

1. Понятие о характере
2. Типологии характеров
3. Акцентуация характера

Понятие о характере

Характер – совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обуславливая типичные для нее способы поведения.

Понятие *характера* весьма различается в различных теоретических построениях. В современной зарубежной характерологии можно выделить три направления:

1) *конституционно-биологическое* (связано с именем Э. Кречмера. Характер, по существу сводится к сумме конституции и темперамента);

2) *психоаналитическое* (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер и т.д. Характер объясняется, исходя из бессознательных влечений человека);

3) *идеологическое* (психоэтическая теория Робека: Характер заключается в торможении инстинктов, которое определяется этико-логическими санкциями. То, какие инстинкты и какими санкциями тормозятся, зависит от внутренних имманентных свойств личности. Бауд: характер определяется социальным положением человека и т.д.).

В отечественной психологии исследование характера связано с именами Н. О. Лосского, П. Ф. Лесгафта, А. Ф. Лазурского, А. П. Нечаева, В. И. Страхова, Б. Г. Ананьева, Н. Д. Левитова и т.д.). Здесь также можно выделить различные направления: идеалистические, биологизаторские, материалистические. Опираясь на различные подходы к этой теме, можно отметить социально-оценочный оттенок при определении характера; значительную устойчивость психологических характеристик.

Структура характера. В структуре характера разные авторы выделяют различные свойства.

Так, Б. Г. Ананьев считает характер выражением и условием цельности личности и к основным его свойствам относит направленность, привычки, коммуникативные свойства, эмоционально-динамические проявления, сформированные на основе темперамента.

А. Г. Ковалев, В. Н. Мясищев включают в структуру характера такие пары свойств:

- уравновешенность – неуравновешенность;
- сензитивность – агрессивность;
- широту – узость;
- глубину – поверхностность;
- богатство, содержательность – бедность;
- силу – слабость.

Н. Д. Левитов выделяет определенность характера, его цельность, сложность, динамичность, оригинальность, силу, твердость. Эти и множество других попыток выделения структурных свойств характера требуют анализа и обобщения.

Образующие характер индивидуальные особенности относятся к следующим сферам:

- *волевой* (например, решительность, настойчивость/нерешительность, боязливость),
- *эмоциональной* (жизнерадостность/угнетённость и т.п.),
- *познавательной* (легкомыслие/вдумчивость и т.п.) сферам, а многие из них являются комплексными (подозрительность, великодушие, и щедрость, злопамятность и др.)

Физиологическую основу характера составляет прежде всего *тип нервной системы* человека. Однако характер в значительно меньшей степени, чем темперамент, обусловлен биологическими, наследственными факторами. Характер формируется на основе темперамента, но не предопределяется им: свойства темперамента могут лишь способствовать или противодействовать формированию тех или иных черт характера. Это подтверждается исследованиями однояйцевых близнецов, у которых наследственный фонд анатомо-физиологических свойств полностью идентичен. Выявлено, что у разлучённых близнецов, в течение многих лет воспитывавшихся в разных условиях, темпераменты развивались чрезвычайно похожие, а характеры – абсолютно не похожие друг на друга.

В целом характер *отличается от темперамента рядом особенностей:*

1) характер является *прижизненно приобретённым свойством личности*. Темперамент в большей степени определяется врождёнными особенностями организма человека, а характер – особенностями той социальной среды, в которой человек живёт и развивается;

2) характер *по-разному проявляется в различных ситуациях*, тогда как темпераменту свойственна универсальность проявлений;

3) характер человека *определяет реальное ценностное, моральное содержание его поступков*, а темперамент – только их динамические особенности. О темпераменте человека нельзя сказать, что он «хороший» или «плохой», а характер поддаётся такой оценке.

Для более полного понимания этих различий необходимо рассмотреть, как формируется характер, в чём он проявляется, какими специфическими свойствами он обладает.

Характер *формируется* в деятельности, а именно – в системе привычных для человека действий и поступков. Например, для того чтобы сформировалась такая черта характера, как смелость, нужно совершить смелый поступок, причём неоднократно. При этом «смелость дел» как бы закрепляется, становится «смелостью личности», её устойчивой индивидуальной особенностью. Этот процесс иллюстрирует восточная

поговорка: «Посей поступок – пожнёшь привычку, посеяй привычку – пожнёшь характер, посеяй характер – пожнёшь судьбу».

Становление характера всегда происходит в условиях включения личности в различные социальные группы (в семье, дружеской компании, учебном или трудовом коллективе и т.д.). Именно поэтому *общение* с другими людьми является одним из ведущих факторов, влияющих на формирование характера человека.

Важное значение имеют принятые в тех или иных социальных группах нормы поведения, особенности межличностных отношений. В зависимости от них у человека могут сформироваться в одном случае открытость, прямота, смелость, принципиальность, а в другом – скрытность, лживость, трусость, конформность и т.д. Кроме того, окружающие человека люди влияют на формирование его интересов, убеждений, представлений, идеалов, ценностей, его мировоззрения и отношения к различным сторонам действительности, которые отражаются в его характере.

Характер получает своё наиболее яркое *выражение* в поступках, поведении, деятельности человека. Причём личность человека характеризуется не только тем, что он делает, но и тем, как он это делает.

Знать характер человека и «предвидеть», как он будет вести себя в тех или иных обстоятельствах – значит, знать, что важно и значимо для этого человека, предполагать с высокой долей вероятности, с чем он будет считаться в данных обстоятельствах, чем он готов будет поступиться ради достижения своей цели, а какой способ действий он сочтёт неприемлемым для себя настолько, что скорее откажется от достижения цели, чем применит его. То есть подобное «предвидение» предполагает знание *определённого отношения* данного человека к окружающему.

Характер, с одной стороны, *определяется системой отношений* человека к различным сторонам действительности, с другой стороны – в них он *и проявляется*:

1) *в отношении к другим людям*. В процессе общения человек воздействует на других людей и подвергается воздействию с их стороны.

В результате формируются типичные для его личности отношения – к родным и близким, товарищам по учёбе и работе, знакомым и малознакомым, ровесникам, людям старшего и младшего возраста, своего и противоположного пола, имеющим высокий и низкий социальный статус и т.д. По отношению к другим людям складываются и проявляются такие черты характера, как общительность/замкнутость, откровенность/скрытность, правдивость/лживость, тактичность/грубость, принципиальность/беспринципность, доминантность/зависимость, доверчивость/подозрительность, миролюбие/агрессивность, безразличие/чуткость, эгоизм/альтруизм и т.п.;

2) *в отношении к себе*. От познания в процессе общения других людей человек переходит к самопознанию, в результате которого формируется его отношение к самому себе. Оно проявляется в таких чертах характера, как

скромность/самовлюблённость, самокритичность/самоуверенность, гордость/приниженность, чувство собственного достоинства/неуверенность в своих силах, требовательность/снисходительность и т.п.;

3) *в отношении к делу.* В ходе выполнения различных видов деятельности совместно с другими людьми у человека вырабатываются устойчивые отношения к учёбе, спорту, работе и т.д. По отношению к выполняемому делу складываются и проявляются такие черты характера, как трудолюбие/леность, ответственность/безответственность, добросовестность/недобросовестность, инициативность/пассивность, организованность/неорганизованность и т.п.;

4) *в отношении к предметам окружающего мира.* У человека формируются также определённые отношения к разнообразным объектам, вещам, своей и чужой собственности, которые проявляются в таких чертах характера, как аккуратность/неряшливость, щедрость/жадность, бережливость/ расточительность и др.

Типологии характера

Создать стройную и исчерпывающую типологию характеров с целью прогнозирования и коррекции поведения человека в различных ситуациях – такую задачу издревле ставили перед собой учёные. Но многие из путей её решения являлись псевдонаучными (нумерология, астрология, изучение имён, хиромантия и т.п.) или квазинаучными (физиогномика, френология, графология).

Научные же подходы к классификации характеров часто представляли собой лишь содержательное описание многочисленных типов. И только в первой половине XX в. появились теории, которые не просто описывали типы характера, но и пытались объяснить механизмы их формирования.

Так, согласно *К. Юнгу*, различные типы характера образуются путём сочетания присущей человеку врождённой экстравертивной или интровертивной эго-направленности с той психической «функцией» – мышлением, чувством, ощущением или интуицией – которая у него более развита.

Таким образом, может быть *8 типов* характера:

- *экстравертный мыслительный* – все важные поступки такого человека исходят из интеллектуальных выводов, которые проистекают из данных внешнего мира; для него решающее значение имеет объективная действительность, а всё иррациональное – религиозный опыт, страсти и т.д. – им не признаётся;

- *экстравертный чувствующий* – такой человек живёт, руководствуясь своим сознательно контролируемым чувством по поводу объективных обстоятельств – окружающих людей, событий, вещей и т.д.; всё, что он не может «чувствовать», он не понимает;

- *экстравертный ощущающий* – такой человек реалистичен, ориентирован на факты окружающей действительности, наблюдателен; но при

этом в вещах, людях, событиях главным для него является получение чувственных впечатлений и наслаждения;

- *экстравертный интуитивный* – у такого человека есть чутьё на всё, что «имеет будущее», поэтому за новые дела он берётся с энтузиазмом, но бросает их, как только перспектива становится ясной; он всегда находится в поиске новых возможностей, невзирая на своё текущее благосостояние, на убеждения и привычки окружающих людей;

- *интровертный мыслительный* – такой человек постоянно находится под влиянием собственных идей, но робеет, когда их нужно воплощать в жизнь; он скрытен, в присутствии других людей чувствует себя лишним, но маскирует это вежливостью и любезностью;

- *интровертный чувствующий* – такой человек ориентирован на переживание собственных чувств, которые не связаны с объективными обстоятельствами – текущими событиями, людьми и т.д.; внешне он спокоен, неэмоционален, молчалив, холоден по отношению к окружающим и непонятен им;

- *интровертный осязающий* – такой человек постоянно «прислушивается» к собственному телу, часто бывает озабочен ощущениями в тех или иных органах; внешне он спокоен и пассивен, из-за чего окружающие иногда пытаются им помыкать, однако в таких случаях он проявляет сопротивление и чрезмерное упрямство;

- *интровертный интуитивный* – такой человек из-за глубокой погружённости в собственный внутренний мир удаляется от действительности настолько, что нередко становится загадкой даже для близких людей; он может быть мистиком, непризнанным гением, провидцем или просто фантазёром.

Согласно Э. Фромму, основу характера составляют специфические типы отношения человека к миру – вещам, другим людям и самому себе. Но в формировании этих отношений приоритет принадлежит «социальному характеру», а не индивидуальному. *Социальный характер*, обусловленный специфическими особенностями определённой культуры, составляет одинаковое ядро личности большинства её представителей, а различия между ними связаны только с индивидуальными характерами – следствием разных условий воспитания. Автор выделяет 5 типов социального характера:

- *рецептивный* – такой человек несамостоятелен, для него главное – получать те или иные блага от внешнего мира, от других людей, что распространяется на самые разнообразные сферы. Он любит хорошо поесть, выпить; он – отличный слушатель, т.к. поглощает идеи, а не генерирует их; ему нужна поддержка от окружающих, без неё он чувствует себя потерянным и за неё готов быть чрезвычайно преданным; он не умеет говорить «нет», что делает его зависимым от других; он стремится быть любимым, а не любить, – для него очень важно именно чувствовать себя любимым; он оптимистичен, дружелюбен, искренне желает помочь окружающим, если ожидает от них такой же отдачи;

- *эксплуататорский* – для такого человека важно получать те или иные блага от внешнего мира, но он не ожидает помощи от других, а берёт её силой или хитростью. Он подозрителен, циничен, завистлив и ревнив, враждебен по отношению к окружающим, стремится манипулировать ими. Для него привлекательно то, что ему не принадлежит: он не продуцирует, а крадёт интеллектуальные идеи; он влюбляется исключительно в тех, у кого уже есть любимый человек; ему нравятся вещи других людей и он стремится воспользоваться ими;

- *накопительский* – для такого человека высшими ценностями являются порядок и безопасность, которые, по его убеждению, могут быть обеспечены путём накопления тех или иных благ и сохранения накопленного. Он скуп, молчалив, замкнут, аккуратен, пунктуален и упрям; любовь для него – обладание, поэтому он стремится «завладеть» любимым человеком; он не любит перемен, привязан к людям и воспоминаниям, т.к. прошлое видится им как «золотые дни»;

- *рыночный* – такой человек свои силы и возможности рассматривает как «товар», «продав» который можно достичь успеха. Он озабочен тем, чтобы не потерять возможность «продаваться», всегда иметь спрос, что заставляет его быть восприимчивым к ожиданиям других людей; его самоуважение зависит от достигнутого успеха, поэтому он непрерывно стремится его добиться, а если не получается – чувствует себя беспомощным и неполноценным;

- *продуктивный* – такой человек свободен в реализации своих потенциальных возможностей и сил, которые неотделимы от его личности, его «я». Он уважителен и заботлив по отношению к другим людям; он стремится стать более компетентным в той области, в которой применяет свои силы; и к любому делу, и к отношениям с окружающими он подходит творчески и очень ответственно.

Акцентуация характера

Акцентуация характера – это черта или совокупность нескольких черт характера, выраженных настолько сильно, что при стрессогенных воздействиях определённого типа они мешают эффективной адаптации человека.

Подчеркнём, что человек становится уязвимым по отношению только к некоторым воздействиям, тогда как все другие трудности, не затрагивающие это «слабое звено» или «уязвимую точку» его характера, переносятся им без напряжения и срывов, не доставляя никаких неприятностей ни окружающим, ни ему самому.

В зависимости от выраженности акцентуаций выделяют их явную и скрытую формы. *Явной* акцентуации свойственны постоянство и стойкость проявления соответствующих черт характера, которые в определённых стрессогенных условиях проявляются просто сильнее, чем обычно. При *скрытой* акцентуации составляющие её черты обычно проявляются не

сильнее других черт характера, а иногда даже слабее, но при этом под воздействием психотравмирующих факторов проявляются, во-первых, неожиданно, во-вторых, очень сильно.

В современной психологии наиболее известны исследования акцентуации характера, которые были проведены следующими учеными: Карл Леонгард, Андрей Евгеньевич Личко, Ганс Шмишек и др.

По мнению Леонгарда, акцентуации личности прежде всего проявляются в общении с другими людьми. Поэтому, оценивая стили общения, можно выделить определенные типы акцентуаций. В классификацию, предложенную Леонгардом, входят следующие типы:

- *гипертимный тип*. Его характеризует чрезвычайная контактность, словоохотливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики. Такой человек часто спонтанно отклоняется от первоначальной темы разговора. У него возникают эпизодические конфликты с окружающими людьми из-за недостаточно серьезного отношения к своим служебным и семейным обязанностям. Люди подобного типа нередко сами бывают инициаторами конфликтов, но огорчаются, если окружающие делают им замечания по этому поводу. Из положительных черт, привлекательных для партнеров по общению, людей данного типа характеризуют энергичность, жажда деятельности, оптимизм, инициативность. Вместе с тем они обладают и некоторыми отталкивающими чертами: легкомыслием, склонностью к аморальным поступкам, повышенной раздражительностью, прожектерством, недостаточно серьезным отношением к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

- *дистимный тип*. Его характеризует низкая контактность, немногословность, доминирующее пессимистическое настроение. Такие люди являются обычно домоседами, тяготеют шумным обществом, редко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Они высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться. Они располагают следующими чертами личности, привлекательными для партнеров по общению: серьезностью, добросовестностью, обостренным чувством справедливости. Есть у них и отталкивающие черты. Это пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

- *циклоидный тип*. Ему свойственны довольно частые периодические смены настроения, в результате чего так же часто меняется манера общения с окружающими людьми. В период повышенного настроения такие люди являются общительными, а в период подавленного – замкнутыми. Во время душевного подъема они ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада – как люди с дистимной акцентуацией.

- *возбудимый тип*. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко такие люди занудливы и угрюмы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они

неуживчивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа часто добросовестные, аккуратные, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

- *застревающий тип*. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах такой человек обычно выступает инициатором, активной стороной. Он стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе; особо чувствителен к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен; иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет чрезмерные требования к близким и к подчиненным на работе.

- *педантичный тип*. Человек с акцентуацией такого типа редко вступает в конфликты, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе он ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Вместе с тем он с охотой уступает лидерство другим людям. Иногда он изводит домашних чрезмерными претензиями на аккуратность. Его привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах, а отталкивающие и способствующие возникновению конфликтов – формализм, занудливость, брюзжание.

- *тревожный тип*. Людям с акцентуацией данного типа свойственны: низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. Они редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Нередко располагают следующими привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащитности также нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

- *эмотивный тип*. Эти люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают «с полуслова». Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, не «выплескивая» наружу. Привлекательные черты: доброта, сострадательность, обостренное чувство долга, исполнительность. Отталкивающие черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

- *демонстративный тип*. Этот тип акцентуации характеризуется легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жадой власти и похвалы. Такой человек демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Люди с акцентуацией такого типа раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются. Они обладают следующими чертами, привлекательными для партнеров по общению: обходительностью, артистичностью, способностью увлечь других,

неординарностью мышления и поступков. Их отталкивающие черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

- *экзальтированный тип*. Ему свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем лица данной типологической группы привязаны и внимательны к друзьям и близким. Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отталкивающие черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

- *экстравертированный тип*. Такие люди отличаются высокой контактностью, у них масса друзей, знакомых, они словоохотливы до болтливости, открыты для любой информации, редко вступают в конфликты с окружающими и обычно играют в них пассивную роль. В общении с друзьями, на работе и в семье они часто уступают лидерство другим, предпочитают подчиняться и находиться в тени. Они располагают такими привлекательными чертами, как готовность внимательно выслушать другого, сделать то, о чем просят, исполнительность. Отталкивающие особенности: подверженность влиянию, легкомыслие, необдуманность поступков, страсть к развлечениям, к участию в распространении сплетен и слухов.

- *интровертированный тип*. Его, в отличие от предыдущего, характеризует очень низкая контактность, замкнутость, оторванность от реальности, склонность к философствованию. Такие люди любят одиночество; вступают в конфликты с окружающими только при попытках бесцеремонного вмешательства в их личную жизнь. Они часто представляют собой эмоционально холодных идеалистов, относительно слабо привязанных к людям. Обладают такими привлекательными чертами, как сдержанность, наличие твердых убеждений, принципиальность. Есть у них и отталкивающие черты. Это – упрямство, ригидность мышления, упорное отстаивание своих идей. Такие люди на все имеют свою точку зрения, которая может оказаться ошибочной, резко отличаться от мнения других людей, и тем не менее они продолжают ее отстаивать, несмотря ни на что [1].

Таким образом, характер является прижизненным образованием. Это означает, что он формируется после рождения человека. Истоки характера человека и первые признаки его проявления следует искать в самом начале жизни.

Основную роль в формировании и развитии характера ребенка играет его общение с окружающими его людьми. В свойственных для него поступках и формах поведения ребенок прежде всего подражает своим близким. При помощи прямого научения через подражание и эмоциональное подкрепление он усваивает формы поведения взрослых.

Следует отметить, что характер не является застывшим образованием, а формируется и трансформируется на протяжении всего жизненного пути человека. Характер не является фатально predetermined. Хотя он и

обусловлен объективными обстоятельствами жизненного пути человека, сами эти обстоятельства изменяются под влиянием поступков человека.

Самовоспитание характера предполагает, что человек способен освободиться от излишнего самомнения, может критически посмотреть на себя, увидеть свои недостатки. Это позволит ему определить цель работы над собой, т.е. те черты характера, от которых бы он хотел избавиться или, наоборот, которые хотел бы выработать у себя.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
5. Марцинковская, Т.Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2014. – 382 с.
6. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
7. Психология индивидуальных различий : тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – 489 с.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.3.3 Эмоции и чувства

План:

1. Понятие об эмоциях
2. Функции эмоций
3. Виды эмоциональных состояний
4. Психологические теории эмоций

1. Понятие об эмоциях

Человек не только познаёт действительность, но и относится к ней так или иначе. Всё, с чем он сталкивается в своей жизни, вызывает у него определённое отношение: что-то вызывает к себе симпатию, нравится, радует его, что-то бывает ему неприятно, огорчает, вызывает отвращение. При этом человек по-иному ведёт себя и относится к окружающему, когда он сыт, когда хочет спать, когда он болен или когда здоров.

Эмоции – психические явления, отражающие в форме переживаний личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Эмоции служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему его миру.

Наиболее существенной чертой эмоций является субъективность. Целостное определение эмоций должно принимать во внимание три аспекта:

- а) внутреннее переживание;
- б) физиологическую активацию (процессы, проходящие в нервной, эндокринной и других системах организма);
- в) поддающиеся наблюдению выразительные комплексы эмоций (внешнее выражение в поведении).

Различные авторы придают неодинаковое значение этим компонентам эмоций. Так, К. Изард выделяет в качестве основной составляющей эмоциональную экспрессию. С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев видят сущность эмоций в субъективном переживании. В субъективном переживании заключено отношение субъекта к объектам, явлениям, событиям.

Подчеркивая приоритет компонента переживания, авторы акцентируют внимание на отражательном аспекте эмоций. Действительно, эмоция относится к процессам отражения, но отражения специфического. Я. Рейковский, в частности, указывает на то, что эмоции отражают изменения, имеющие характер нарушения, и мобилизуют организм, чтобы он мог справиться со случившимся событием. Таким образом, данный автор делает акцент на регуляторной функции эмоций: *"Эмоциональный процесс это особый род процессов регуляции, которые актуализируются под влиянием событий, вызывающих изменение в состоянии организма или в его отношениях со средой, либо изменяющих актуальное состояние равновесия между субъектом и средой."*

Представляется плодотворной позиция по этому вопросу В. А. Ганзена, считающего эмоцию формой психического регулирования, хотя оно и осуществляется на основе отражения.

Факторы возникновения эмоций.

- индивидуальные (типологические) особенности субъекта;
- фактор времени;
- характер потребностей;
- уровень умственного развития человека и его способность интегрировать различные элементы информации в целое (способность к целостной оценке ситуации) и т.д.

2. Функции эмоций

Эмоции выполняют следующие функции:

- *сигнальная* функция эмоций выражается в том, что переживания возникают и изменяются в связи с происходящими изменениями в окружающей среде или в организме человека;

- *регулирующая* функция выражается в том, что стойкие переживания направляют наше поведение, поддерживают его, заставляют преодолевать встречающиеся на пути преграды;

- *защитная* функция эмоций связана с возникновением страха, он предупреждает о реальной или мнимой опасности, способствуя тем самым лучшему продумыванию возникшей ситуации, более тщательному определению вероятности достижения успеха или неудачи;

- *мобилизующая* функция эмоций проявляется, например, в том, что страх может способствовать мобилизации резервов человека за счёт выброса в кровь дополнительного количества адреналина, например, при активно-оборонительной его форме (спасении бегством); способствует мобилизации сил организма и воодушевление, радость;

- *компенсаторная* функция эмоций состоит в возмещении информации, недостающей для принятия решения; хотя с помощью эмоции человек выносит обобщённую и не всегда обоснованную оценку объекта и ситуации, она всё же помогает ему выйти из тупика, когда он не знает, что ему делать в данной ситуации.

3. Виды эмоциональных состояний

В жизни наблюдается самое разнообразное проявление эмоциональных состояний. Наиболее значимыми принято считать следующие виды эмоциональных переживаний: собственно эмоции, чувства, настроение, аффекты, эмоциональный стресс.

Основную группу эмоциональных явлений составляют собственно *эмоции*, которые К. Е. Изард определил как «фундаментальные эмоции», то есть – определяющие все остальные. К ним относят:

- 1) **интерес** – положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний, мотивирующее обучение;

2) **радость** – положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность;

3) **удивление** – не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникающие обстоятельства. Удивление тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший, и может переходить в интерес;

4) **страдание** – отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной (или кажущейся таковой) информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным;

5) **гнев** – отрицательное эмоциональное состояние, протекающее в форме аффекта, вызванное внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности;

6) **отвращение** – отрицательное эмоциональное состояние, вызванное объектами (предметами, людьми, обстоятельствами), соприкосновение с которыми вступает в противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками;

7) **презрение** – отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением субъекта чувства. Последние представляются субъекту как низменные, не соответствующие нормам;

8) **страх** – отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. В отличие от страдания – это лишь вероятный прогноз возможного неблагополучия;

9) **стыд** – отрицательное эмоциональное состояние, которое выражается в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков, внешности ожиданиям окружающих или своим представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

Еще одну группу эмоциональных состояний составляют настроения человека. **Настроение** – устойчивое эмоциональное состояние, отражающееся на деятельности человека. Через настроение человек отражает свое отношение к действительности. Настроение – самое длительное или «хроническое» эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение. Настроение отличают от эмоций меньшая интенсивность и предметность. Причина настроения всегда есть, но не всегда осознается человеком. Настроение человека отражает бессознательную обобщенную оценку того, насколько благоприятно на данный момент складываются для него обстоятельства. Настроение может быть радостным или печальным, веселым или угнетенным, бодрым или подавленным и т. д.

Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и, особенно, от тонуса нервной системы. Причины того или иного настроения не всегда ясны человеку, а тем более

окружающим его людям. Но причина настроения всегда существует и в той или иной степени может быть осознана. Ею могут быть окружающая природа, события, выполняемая деятельность и, конечно, люди.

Аффект – наиболее мощная эмоциональная реакция. Он полностью захватывает психику человека, предопределяя единую реакцию на ситуацию в целом. Отличительные черты аффекта: ситуативность, обобщенность, большая интенсивность, малая продолжительность. Причиной аффекта является состояние внутреннего конфликта, противоречие между влечением, желанием, стремлением и невозможностью удовлетворить его. Особенно ярко проявляются аффекты у детей. Аффекты отрицательно сказываются на деятельности человека, резко снижая ее организованность. В состоянии аффекта человек теряет власть над собой. Одна из главных особенностей аффекта состоит в том, что данная эмоциональная реакция неодолимо навязывает человеку необходимость выполнить какое-либо действие, но при этом у человека теряется чувство реальности, и он перестает себя контролировать. В состоянии аффекта изменяется функционирование всех психических процессов. Однако справиться с аффектом на первых этапах его развития можно. Главное – отсрочить аффективную вспышку, сдержаться.

Чувства – еще более устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер. В советской психологии распространенным является утверждение, что чувства отражают социальную природу человека и складываются как значимые отношения к окружающему миру. Нередко эмоцией называют только конкретную форму протекания переживаемого чувства. Как отмечает А. В. Петровский, чувства – одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности, отличающаяся относительной устойчивостью. Чувства возникают как обобщение многих эмоций, направленных на объект. Чувства влияют в свою очередь на эмоции. Строго научное использование термина «чувства» ограничивается лишь случаями выражения человеком своего положительного или отрицательного, то есть оценочного отношения к каким-либо объектам. При этом в отличие от эмоций, отражающих кратковременные переживания, чувства долговременны и могут порой оставаться на всю жизнь. В психологии принято выделять следующие виды чувств: нравственные, интеллектуальные и эстетические чувства.

Нравственные (моральные) чувства своим содержанием имеют отношение человека к человеку и к обществу. Основанием оценки этих чувств являются моральные нормы, регулирующие поведение личности во всех сферах общественной жизни. К нравственным чувствам относятся: любовь, сострадание, доброжелательность, гуманность и др.

Интеллектуальные чувства выражают и отражают отношение личности к процессу познания, его успешности и неуспешности. К ним относятся: сомнение, радость открытия, любовь к истине.

Эстетические чувства отражают и выражают отношение человека к различным фактам жизни и их отображению в искусстве как к чему-то

прекрасному или безобразному, трагическому или комическому, возвышенному или низменному.

Стресс – состояние длительного и сильного психологического напряжения, связанное с эмоциональной перегрузкой. Понятие введено канадским физиологом Г. Селье для обозначения необычайной реакции организма на любое сильное воздействие. Его исследования показали, что различные неблагоприятные факторы (холод, боль, страх, унижение) вызывают в организме однотипную комплексную реакцию, которая не зависит от того, какой именно раздражитель действует на него в данный момент. Для организма, находящегося в таком состоянии, характерен комплекс реакций для приспособления к новым условиям:

- 1) реакция тревоги;
- 2) сопротивление;
- 3) истощение.

Стресс никогда не равен нулю, в минуты равнодушия он просто минимален. Стресс – обычная действительность нашей жизни. Выделяют

- *физиологический стресс* как реакцию организма на выброс в кровь адреналина, гормонов щитовидной железы и т. д.

- *психологический стресс*, который в свою очередь делится на **информационный**, связанный с высокой степенью ответственности при недостатке времени и **эмоциональный**, подразумевающий под собой угрозу, опасность, обиду, то есть состояния, когда человек длительное время остается один на один со своими нерешёнными проблемами. Длительное пребывание в состоянии стресса сокращает жизнь, вызывает болезни.

Все эмоциональные проявления характеризуются направленностью (положительной или отрицательной), степенью напряжения и уровнем обобщенности.

4. Психологические теории эмоций

В течение длительного времени психологи пытались решить вопрос о природе эмоций. В XVIII-XIX вв. не было единой точки зрения на данную проблему.

Самой распространенной была *интеллектуалистическая позиция*, которая строилась на утверждении о том, что органические проявления эмоций – это следствие психических явлений. Наиболее четкую формулировку этой теории дал И. Ф. Гербарт, считавший, что фундаментальным психологическим фактом является представление, а испытываемые нами чувства соответствуют связи, которая устанавливается между различными представлениями, и могут рассматриваться как реакция на конфликт между представлениями. Так, образ умершего знакомого, сравниваемый с образом этого знакомого как еще живого, порождает печаль. В свою очередь, это аффективное состояние произвольно, почти рефлекторно вызывает слезы и органические изменения, характеризующие скорбь.

Этой же позиции придерживался и В. Вундт. По его мнению, эмоции – это прежде всего изменения, характеризующиеся непосредственным влиянием чувств на течение представлений и, в некоторой степени, влиянием последних на чувства, а органические процессы являются лишь следствием эмоций.

Таким образом, первоначально в исследовании эмоций утвердилось мнение о субъективной, т. е. психической, природе эмоций. Согласно этой точке зрения, психические процессы вызывают определенные органические изменения.

Однако в 1872 г. Ч. Дарвин опубликовал книгу «Выражение эмоций у человека и животных», которая явилась поворотным пунктом в понимании связи биологических и психологических явлений, в том числе и в отношении эмоций. В этой работе Дарвин доказывал, что эволюционный принцип применим не только к биологическому, но также к психическому и поведенческому развитию животных. Так, по его мнению, между поведением животного и человека много общего. Свою позицию он обосновывал исходя из наблюдений за внешним выражением разных эмоциональных состояний у животных и людей. Например, он обнаружил большое сходство в экспрессивно-телесных движениях у антропоидов и слепорожденных детей. Данные наблюдения легли в основу теории эмоций, которая получила название *эволюционной*. Согласно этой теории, эмоции появились в процессе эволюции живых существ как жизненно важные приспособительные механизмы, способствующие адаптации организма к условиям и ситуациям его существования. Телесные изменения, сопровождающие различные эмоциональные состояния (например, движения), по Дарвину, есть не что иное, как рудименты реальных приспособительных реакций организма, целесообразных на предыдущей стадии эволюции. Так, если руки становятся влажными при страхе, то это значит, что некогда у наших обезьяноподобных предков эта реакция при опасности облегчала схватывание за ветви деревьев.

Психоорганическая теория эмоций. Современная история эмоций начинается с появления в 1884 г. статьи У. Джемса «Что такое эмоция?». Джемс и независимо от него Г. Ланге сформулировали теорию, согласно которой возникновение эмоций обусловлено вызываемыми внешними воздействиями изменениями как в произвольной двигательной сфере, так и в сфере произвольных актов, например, деятельности сердечно-сосудистой системы. Ощущения, связанные с этими изменениями, и есть эмоциональные переживания. По Джемсу, «мы печальны потому, что плачем; боимся потому, что дрожим; радуемся потому, что смеемся».

Именно органические изменения по теории Джемса–Ланге являются первопричинами эмоций. Отражаясь в психике человека через систему обратных связей, они порождают эмоциональное переживание соответствующей модальности. Согласно этой точке зрения, сначала под действием внешних стимулов происходят характерные для эмоций изменения в организме и лишь затем, как их следствие, возникает сама эмоция. Таким

образом, периферические органические изменения, которые до появления теории Джемса–Ланге рассматривались как следствия эмоций, стали их первопричиной. Следует отметить, что появление данной теории привело к упрощению понимания механизмов произвольной регуляции. Например, считалось, что нежелательные эмоции, такие как горе или гнев, можно подавить, если намеренно совершать действия, в результате которых обычно появляются положительные эмоции.

Альтернативную точку зрения на соотношение органических и эмоциональных процессов высказал У. Кэннон. Он обнаружил, что телесные изменения, наблюдаемые при возникновении разных эмоциональных состояний, очень похожи друг на друга и не настолько разнообразны, чтобы объяснить качественные различия в высших эмоциональных переживаниях человека. В то же время внутренние органы, с изменениями состояний которых Джемс и Ланге связывали возникновение эмоциональных состояний, представляют собой довольно малочувствительные структуры. Они очень медленно приходят в состояние возбуждения, а эмоции обычно возникают и развиваются довольно быстро. Более того, Кэннон обнаружил, что искусственно вызываемые у человека органические изменения далеко не всегда сопровождаются эмоциональными переживаниями. Самым сильным аргументом Кэннона против теории Джемса–Ланге оказался проведенный им эксперимент, в результате которого было обнаружено, что искусственно вызываемое прекращение поступления органических сигналов в головной мозг не предотвращает возникновение эмоций.

Кэннон считал, что телесные процессы при эмоциях биологически целесообразны, поскольку служат предварительной настройкой всего организма на ситуацию, когда от него потребуется повышенная трата энергетических ресурсов. При этом эмоциональные переживания и соответствующие им органические изменения, по его мнению, возникают в одном и том же мозговом центре – таламусе. Позже П. Бард показал, что на самом деле и телесные изменения, и эмоциональные переживания, связанные с ними, возникают почти одновременно, а из всех структур головного мозга собственно с эмоциями более всего функционально связан даже не сам таламус, а гипоталамус и центральные части лимбической системы. Позднее в экспериментах, проведенных на животных, Х. Дельгадо установил, что с помощью электрических воздействий на эти структуры можно управлять такими эмоциональными состояниями, как гнев и страх.

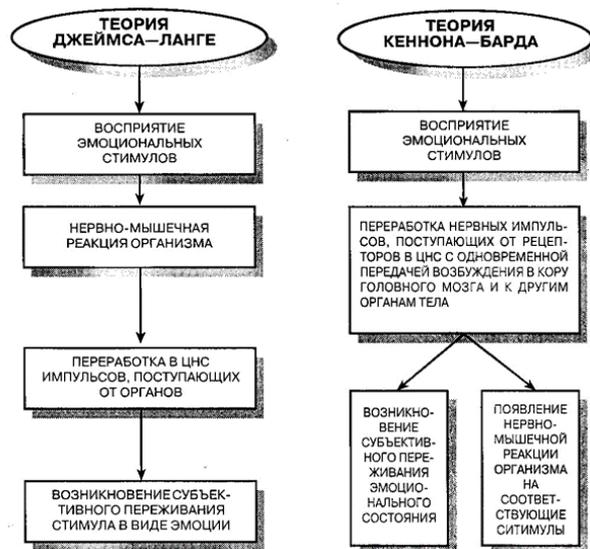


Рис. 1. Психоорганическая теория эмоций

Отдельную группу теорий составляют воззрения, раскрывающие природу эмоций через *когнитивные факторы*, т. е. мышление и сознание.

В первую очередь среди них следует отметить теорию когнитивного диссонанса Л. Фестингера. Ее основным понятием является *диссонанс*.

Диссонанс – это отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в ситуации, когда субъект располагает психологически противоречивой информацией об объекте. Согласно данной теории, положительное эмоциональное переживание возникает у человека тогда, когда его ожидания подтверждаются, т.е. когда реальные результаты деятельности соответствуют намеченным, согласуются с ними. При этом возникшее позитивное эмоциональное состояние может быть охарактеризовано как *консонанс*.

Отрицательные эмоции возникают в тех случаях, когда между ожидаемыми и действительными результатами деятельности имеется расхождение, или диссонанс.

Субъективно состояние когнитивного диссонанса обычно переживается человеком как дискомфорт, и он стремится как можно скорее от него избавиться. Для этого у него есть два пути: во-первых, изменить свои ожидания так, чтобы они соответствовали реальности; во-вторых, попытаться получить новые сведения, которые бы согласовывались с прежними ожиданиями. Таким образом, с позиции данной теории возникающие эмоциональные состояния рассматриваются как основная причина соответствующих действий и поступков.

В современной психологии теория когнитивного диссонанса чаще всего используется для того, чтобы объяснить поступки человека и его действия в самых различных ситуациях. Причем в детерминации поведения и возникновении эмоциональных состояний человека когнитивным факторам придается гораздо большее значение, чем органическим изменениям. Многие представители данного направления полагают, что когнитивные оценки ситуации самым непосредственным образом влияют на характер эмоционального переживания.

К данной точке зрения близки взгляды С. Шехтера, который раскрыл роль памяти и мотивации человека в эмоциональных процессах. Концепция эмоций, предложенная С. Шехтером, получила название *когнитивно-физиологической* (рис. 2). Согласно этой теории, на возникшее эмоциональное состояние помимо воспринимаемых стимулов и порождаемых ими телесных изменений оказывают воздействие прошлый опыт человека и его субъективная оценка наличной ситуации. При этом оценка формируется на основе актуальных для него интересов и потребностей. Косвенным подтверждением справедливости когнитивной теории эмоций является влияние на переживания человека словесных инструкций, а также дополнительной информации, на основании которой человек меняет свою оценку ситуации.

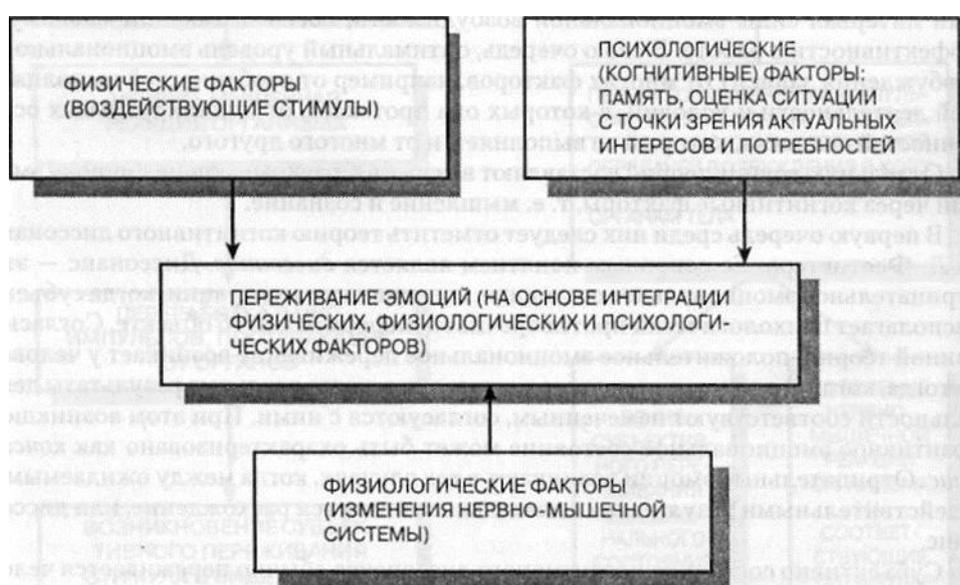


Рис. 2. Когнитивно-физиологическая теория эмоций

В одном из экспериментов, направленном на доказательство положений когнитивной теории эмоций, людям давали в качестве «лекарства» физиологически нейтральный раствор (плацебо) в сопровождении различных инструкций. В одном случае им говорили о том, что это лекарство должно будет вызвать у них состояние эйфории, в другом – состояние гнева. После принятия «лекарства» испытуемых через некоторое время, когда по инструкции оно должно было начать действовать, спрашивали, что они ощущают. Оказалось, что те эмоциональные переживания, которые они испытывали, в большинстве случаев соответствовали данным им инструкциям.

К разряду когнитивистских может быть отнесена и *информационная концепция эмоций* П. В. Симонова. В соответствии с этой теорией эмоциональные состояния определяются качеством и интенсивностью актуальной потребности индивида, и оценкой, которую он дает вероятности ее удовлетворения. Оценку этой вероятности человек производит на основе врожденного и ранее приобретенного индивидуального опыта, произвольно

сопоставляя информацию о средствах, времени, ресурсах, предположительно необходимых для удовлетворения потребности, с информацией, поступившей в данный момент. Так, например, эмоция страха развивается при недостатке сведений о средствах, необходимых для защиты.

Подход В. П. Симонова был реализован в формуле

Эмоция = Потребность \times (Информация необходимая – Информация имеющаяся).

Следствия, вытекающие из формулы, таковы: если у человека нет потребности ($\Pi = 0$), то и эмоции он не испытывает ($\mathcal{E} = 0$); эмоция не возникает и в том случае, когда человек, испытывающий потребность, обладает полной возможностью для ее реализации. Если субъективная оценка вероятности удовлетворения потребности велика, проявляются положительные чувства. Отрицательные эмоции возникают, если субъект отрицательно оценивает возможность удовлетворения потребности. Таким образом, сознавая или не сознавая это, человек постоянно сравнивает информацию о том, что требуется для удовлетворения потребности, с тем, чем он располагает, и в зависимости от результатов сравнения испытывает различные эмоции.

До настоящего времени единой точки зрения на природу эмоций не существует. По-прежнему интенсивно проводятся исследования, направленные на изучение эмоций. Накопленный в настоящее время экспериментальный и теоретический материал позволяет говорить о двойственной природе эмоций. С одной стороны – это субъективные факторы, к которым относят различные психические явления, в том числе когнитивные процессы, особенности организации системы ценностей человека и др. С другой стороны, эмоции определяются физиологическими особенностями индивида. Можно утверждать, что эмоции возникают в результате воздействия определенного раздражителя, а их появление есть не что иное, как проявление механизмов адаптации человека и регуляции его поведения. Мы также можем предположить, что эмоции сформировались в процессе эволюции животного мира и максимального уровня развития они достигли у человека, поскольку у него они представлены предметно на уровне чувств [2].

Литература

1. Вилюнас, В. Психология эмоций : учеб. пособие для студентов вузов / В. Вилюнас. – СПб. : ПИТЕР, 2007. – 496 с.
2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
3. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
4. Изард, К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб. : Питер, 2000. – 464 с.

5. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
6. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
7. Марцинковская, Т.Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2014. – 382 с.
8. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
9. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.

1.3.4 Воля

План:

1. Понятие о воле
2. Структура волевого акта
3. Волевые качества личности
4. Теории воли
5. Развитие воли

1. Понятие о воле

Воля – *высший уровень произвольной регуляции деятельности, обеспечивающий преодоление трудностей при достижении цели.*

Воля как характеристика сознания и деятельности возникла вместе с возникновением общества, трудовой деятельности. Она является важным компонентом психики человека, неразрывно связанной с познавательными мотивами и эмоциональными процессами. Благодаря воле люди организуют свою деятельность, изменяют природу и общественную жизнь, создают материальные и духовные ценности, совершают подвиги и делают открытия в науке. Ни одна более или менее сложная проблема не решается без участия воли. Человек тем и отличается от всех остальных живых существ, что у него, кроме сознания и интеллекта, есть ещё и воля.

Воля является важным компонентом психики, обеспечивая выполнение двух взаимосвязанных функций – побудительной и тормозной. *Побудительная функция* обеспечивается активностью человека. Активность характеризуется произвольностью. *Тормозная функция* воли проявляется в сдерживании нежелательных проявлений активности. Регулирование поведения было бы незначительным без торможения.

2. Структура волевого акта

Воля проявляется в действиях и поступках. Но не все действия могут быть охарактеризованы как волевые. С точки зрения активности действия могут быть следующих видов:

- *импульсивные действия* – действия по удовлетворению непосредственно возникшей потребности, без ясно поставленной цели, без осознанного волевого напряжения (выкрики на уроке, аффективная реакция);
- *привычные действия* – совершаются без преднамеренных усилий по шаблону, на основе сложившихся ранее стереотипов (решает хорошо известную учебную задачу, поддерживает порядок);
- *волевые действия* – целенаправленные, с хорошо осознанной целью, связанные с преодолением трудностей (подготовка домашнего задания: цель – выучить уроки, внешние трудности – большое задание, внутренние трудности – не хочу, болит голова).

Таким образом, всякое волевое действие характеризуется наличием цели, а также препятствий, трудностей, наличием своеобразного напряжения,

переживаемого в ходе их выполнения. Выделяют следующие особенности волевых действий:

1) сознательная целеустремлённость. Чтобы что-то выполнить, человек должен сознательно поставить перед собой цель и мобилизовать себя на её достижение;

2) связь с мышлением. Достичь чего-то и мобилизовать себя человек может только в том случае, если он всё хорошо обдумал и спланировал;

3) связь с движениями. Для реализации своих целей человек всегда двигается, изменяет формы активности.

Структура волевого действия. Всякое волевое действие характеризуется наличием цели, препятствий, трудностей, наличием своеобразного напряжения, переживаемого в ходе их выполнения.

Принято различать простой и сложный волевые акты. *Простой*, как правило, имеет два этапа – постановку цели и исполнение.

В *сложном* волевом акте выделяют этапы:

1) цель и стремление достичь её;

2) осознание ряда возможностей достичь цель;

3) появление мотивов, подкрепляющих или опровергающих эти возможности;

4) борьба мотивов и выбор;

5) принятие одной из возможностей в качестве версии;

6) осуществление принятого решения.

Волевое действие всегда связано с осознанием цели деятельности, её значимости, с подчинением этой цели выполняемым действиям. Энергия и источник волевых действий всегда, так или иначе, связаны с актуальными потребностями человека. В зависимости от того, насколько осознана та или иная потребность, их разделяют на влечения и желания. Если индивид осознаёт лишь неудовлетворённость текущей ситуации, но не осознаются пути и средства к достижению цели, то мотивом деятельности является влечение. Из-за своей неопределённости влечение не может перерасти в деятельность. Желание как мотив деятельности характеризуется чёткой осознанностью, породившей его потребностью. Однако далеко не всякие желания претворяются сразу в жизнь. У человека может возникнуть одновременно несколько противоречивых желаний, и он окажется в затруднительном положении, не зная, какое из них реализовать. В результате изменения значения различных потребностей у человека может возникнуть борьба трудносовместимых мотивов, каждый из которых требует в один и тот же момент времени выполнения различных действий. Тогда сознание и мышление человека, включаясь в волевую регуляцию его поведения, ищут дополнительные стимулы для того, чтобы сделать одно из влечений более сильным, придать ему в сложившейся обстановке больший смысл. Волевая регуляция может включаться на любом этапе осуществления деятельности. В начальный момент осуществления деятельности волевая ситуация состоит в том, что человек сознательно отказывается от одних мотивов, влечений, целей,

предпочитает другие и реализует их вопреки сиюминутным побуждениям. В выборе действия волевая регуляция проявляется в отказе от привычных способов решения задач, в выборе индивидом более трудного пути и стремления следовать ему. Волевая регуляция контроля исполнения действия состоит в том, что человек сознательно заставляет себя тщательно проверить правильность выполненного действия.

Сложное волевое действие характеризуется тем, что в нём сталкиваются несовместимые мотивы. Столкновение противостоящих, несовпадающих побуждений, между которыми предстоит сделать выбор, называют борьбой мотивов. Борьба мотивов, с одной стороны, служит показателем способностей человека устанавливать связи, понимать, выбирать желания, обусловленные высшими мотивами, и превращать их в цели. С другой стороны, борьба мотивов показывает способности человека напрягаться, прилагать усилия, способности, нести ответственность за последствия, связанные с достижением или недостижением цели. В борьбе мотивов в большей мере проявляется воля человека. В ходе борьбы мотивов оформляется цель деятельности, что окончательно выражается в принятии решения. Принять решение – это значит отграничить одно желание от другого и таким образом создать идеальный образ цели. Сложные волевые действия чаще всего развёртываются в больших отрезках времени. Однако нередки случаи, когда приходится совершать поступки, предельно ограниченные временем. Тогда чёткость звеньев волевого действия стирается. Они как бы слиты воедино.

Волевой акт совершается при большем или меньшем напряжении. Это так называемое волевое усилие. Оно характеризуется количеством энергии, затраченной на выполнение целенаправленного действия или удержания от него. Волевое усилие пронизывает все звенья волевого акта. Как показывают психологические исследования, интенсивность волевого усилия, её стойкость зависит от ряда обстоятельств: направленности личности, установки по отношению к деятельности, типа темперамента и т. д. Таким образом, волевое усилие – это особое состояние нервнопсихического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека. Усилие воли сопровождается эмоциями, напряжением, поэтому человек совершает его с трудом. Вместе с тем, привычку к волевому усилию можно развивать путем тренировки и упражнений.

3. Волевые качества личности

В волевой деятельности проявляются и формируются соответствующие волевые качества. *Волевые качества* – совокупность качеств личности, характеризующих ее со стороны способности достигать поставленные цели, несмотря на возникающие преграды. К таким качествам относят: силу воли, целеустремлённость, решительность, настойчивость, выдержку, самостоятельность и т. д.

Сила воли – степень необходимого волевого усилия для достижения цели, выражающаяся в решительности, настойчивости, других качествах.

Целеустремлённость – волевое свойство личности проявляется в умении ставить и достигать общественно значимые цели.

Решительность – волевое свойство личности, которое проявляется в быстром и продуманном выборе цели, определении способов её достижения.

Настойчивость – волевое свойство личности, которое проявляется в способности длительно проявлять и контролировать поведение в соответствии с намеченной целью.

Выдержка (самообладание) – волевое свойство личности, которое проявляется в способности личности сдерживать психические и физические проявления, мешающие достижению цели.

Самостоятельность – волевое свойство личности, выраженное в умении по собственной инициативе ставить цели, находить пути её достижения и практически выполнять принятые решения.

Р. С. Немов выделяет 3 группы свойств, которые характеризуют волю человека: первичные, вторичные, третичные:

- на личностном уровне воля проявляется в таких свойствах, как сила воли, энергичность, настойчивость, выдержка и др. Их можно рассматривать как *первичные*, базовые волевые качества личности.

- волевого человека отличают решительность, смелость, самообладание, уверенность в себе. Такие качества развиваются в онтогенезе несколько позже и проявляются в единстве с характером. Это *вторичные* волевые свойства.

- третья группа качеств, отражая волю человека, связана с его морально-ценностными ориентациями. К этой группе, обозначаемой как *третичные* качества, можно отнести ответственность, дисциплинированность, обязательность, принципиальность.

На образование ценных волевых качеств положительно влияет развитое чувство долга, ясность жизненных целей, страстное желание их достичь. Для преодоления возникающих трудностей большое значение имеют твёрдое убеждение, сформировавшиеся взгляды на задачи человека в жизни, подлинное человеческое достоинство. Велика роль самовоспитания, работы человека над собой, которые приводят к увеличению волевой активности.

Воля как созидательная организация и саморегуляция активности, направленная на преодоление внутренних трудностей, – это, прежде всего, власть над собой, над своими чувствами, действиями. Известно, что у разных людей эта власть обладает разной степенью выраженности. Существует огромный спектр индивидуальных особенностей воли, различающихся по интенсивности своих проявлений, характеризующихся на одном полюсе как сила, а на другом как слабость воли. Человек, обладающий сильной волей, умеет преодолевать трудности, встречающиеся на пути к достижению поставленной цели, при этом обнаруживает такие волевые качества, как решительность, мужество, смелость, настойчивость и др. Слабовольные люди пасуют перед трудностями, не проявляют решительности, настойчивости, не

умеют сдерживать себя, подавлять сиюминутные побуждения во имя более высоких, значимых.

Люди различаются между собой ещё и по тому, кому они склонны приписывать ответственность за свои действия. Качество, характеризующее склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам и обстоятельствам или же, напротив, собственным усилиям и способностям, называется локализацией контроля (в психологической литературе используется понятие «локус контроля», введённое американским психологом Д. Роттером). Когда люди объясняют причины своих действий, поведения внешними факторами (судьбой, случаем, обстоятельствами), говорят о внешней (экстернальной) локализации контроля. Если человек принимает на себя ответственность за свои деяния, объясняя их, исходя из своих способностей, характера и др., то есть основания говорить о преобладании внутренней (интернальной) локализации контроля. Внешняя или внутренняя локализация контроля волевой деятельности, как отмечают учёные, имеет свои положительные последствия и является устойчивым качеством личности.

4. Теории воли

Понимание воли как реального фактора поведения имеет свою историю. При этом во взглядах на природу этого психического явления можно выделить два аспекта: философско-этический и естественнонаучный. Древние философы рассматривали целенаправленное или осознанное поведение человека с позиции его соответствия общепринятым нормам. Античные философы полагали, что правила поведения человека должны соответствовать разумным началам природы и жизни, правилам логики. Во времена Средневековья проблема воли фактически не существовала в качестве самостоятельной проблемы. Человек рассматривался как исключительно пассивное начало, а понятие воли связывалось в большей степени с некими высшими силами.

В научном контексте проблема воли возникла одновременно с постановкой проблемы личности. Это произошло в эпоху Возрождения, когда за человеком стало признаваться право на творчество и даже и на ошибку. Например, стало господствовать мнение о том, что, только отклонившись от нормы, выделившись из общей массы людей, человек мог стать личностью. При этом главной ценностью личности было принято считать свободу воли. В эпоху же Возрождения свобода воли вообще стала возводиться в ранг абсолюта. В дальнейшем абсолютизация свободы воли привела к возникновению мировоззрения экзистенциализма – «философии существования». *Экзистенциализм* (М. Хайдеггер, К. Ясперс, Ж. П. Сартр, А. Камю и др.) рассматривает свободу как абсолютно свободную волю, не обусловленную никакими внешними социальными обстоятельствами. Исходный пункт этой концепции – абстрактный человек, взятый вне общественных связей и отношений, вне социально-культурной среды. Человек

свободен и ни за что не может отвечать. Любая норма выступает для него как подавление его свободной воли.

Одна из первых естественнонаучных трактовок воли принадлежит И. П. Павлову, который рассматривал ее как «инстинкт свободы», как проявление активности живого организма, когда он встречается с препятствиями, ограничивающими эту активность. По мнению И. П. Павлова, воля как «инстинкт свободы» выступает не меньшим стимулом поведения, чем инстинкты голода и опасности. Воля, в трактовке И. П. Павлова рефлекторна по своей природе, то есть она проявляется в виде ответной реакции на воздействующий стимул. Данная трактовка нашла самое широкое распространение среди представителей бихевиоризма и получила поддержку в реактологии (К. Н. Корнилов) и рефлексологии (В. М. Бехтерев). Однако в последние десятилетия набирает силу и находит все большее число сторонников другая концепция, согласно которой поведение человека понимается как изначально активное, а сам человек рассматривается как наделенный способностью к сознательному выбору формы поведения. Эта точка зрения удачно подкрепляется исследованиями в области физиологии, проведенными Н. А. Бернштейном и П. К. Анохиным. Согласно сформировавшейся на основе этих исследований концепции, воля понимается как сознательное регулирование человеком своего поведения. Это регулирование выражено в умении видеть и преодолевать внутренние и внешние препятствия.

Помимо указанных точек зрения, существуют и другие концепции воли. Так, в рамках психоаналитической концепции на всех этапах ее эволюции от З. Фрейда до Э. Фромма неоднократно предпринимались попытки конкретизировать представление о воле как своеобразной энергии человеческих поступков. Сам З. Фрейд полагал, что это психосексуальная энергия полового влечения.

А. К. Лоренц (один из последователей З. Фрейда) видел энергию воли в изначальной агрессивности человека. Если эта агрессивность не реализуется в разрешаемых и санкционируемых обществом формах активности, то становится социально опасной, поскольку может вылиться в немотивируемые преступные действия.

А. Адлер, К. Г. Юнг, К. Хорни, Э. Фромм связывают проявление воли с социальными факторами. Для К. Г. Юнга – это универсальные архетипы поведения и мышления, заложенные в каждой культуре, для А. Адлера – стремление к власти и социальному господству, а для К. Хорни и Э. Фромма – стремление личности к самореализации в культуре.

5. Развитие воли

Все волевые качества формируются на протяжении жизни и деятельности человека. Развитие воли неразрывно связано с развитием других сторон личности и, прежде всего, с формированием мировоззрения и нравственных качеств. Основа воспитания воли лежит в систематическом

преодолении трудностей в повседневной, обыденной жизни. Рассматривая основные факторы, обеспечивающие формирование волевых качеств личности в детском возрасте, следует, прежде всего, отметить роль семейного домашнего воспитания. Большинство недостатков волевого поведения детей, капризы, упрямство, наблюдаемые в раннем детстве, основой своей имеют именно ошибки в семейном воспитании воли ребёнка, вызываемые тем, что родители не предъявляют ему требований, которые должны безоговорочно выполняться или перегружают детей непосильными заданиями, которые обычно не выполняются. Развитие воли неразрывно связано с воспитанием сознательной дисциплины ребёнка. Соблюдение режима, неуклонное выполнение определённых правил заставляет ребёнка соблюдать определённую линию поведения, не выходить за общепринятые границы, сдерживать себя и таким образом формирует соответствующие волевые качества.

Особую роль в развитии воли у детей выполняют игры, причём каждый вид игровой деятельности вносит свой, специфический вклад в совершенствование волевого процесса. Конструктивные предметные игры, проявляющиеся первыми в возрастном развитии ребёнка, способствуют ускоренному формированию произвольной регуляции действий. Сюжетно-ролевые игры ведут к закреплению у ребёнка необходимых волевых качеств личности. Коллективные игры с правилами, кроме этой задачи, решают ещё одну: укрепление саморегуляции поступков. Учение, проявляющееся в последние годы дошкольного детства и превращающееся в ведущую деятельность в школе, наибольший вклад вносит в развитие произвольной саморегуляции познавательных процессов.

Воля подростков переходит на новую ступень развития. Школьники среднего возраста в состоянии самостоятельно ставить довольно сложные и отдалённые цели и подчинять им своё поведение. Они способны детально и глубоко обдумывать предстоящие действия, опираясь на достаточно распространённые знания и жизненный опыт, могут составить план действий, проявить настойчивость в его осуществлении. Ведущая роль в развитии воли подростка принадлежит труду и, прежде всего, общественно полезному. Воспитывает волю не труд сам по себе, а труд, наполненный общественным содержанием, полезный другим людям. Однако характер подростка ещё не сформирован. Бьющая через край активность нередко проявляется в порывистых, импульсивных действиях. Стремление скорее стать взрослым иногда порождает у подростков ложное понимание самостоятельности, которое выражено в некотором пренебрежении обязанностями перед родителями, учителями и классным коллективом. Нужно продолжать воспитывать волю детей данного возраста, не надеясь на стихийное формирование её качеств.

В период юности при нормальных условиях воспитания развитие воли достигает ещё более высокого уровня. Характерные особенности юности – устремлённость в будущее, потребность в самоопределении – побуждают

юношей к переоценке своего отношения к учению, труду, моральному и волевому поведению. Возрастает критичность воли. Стремясь развить волевые качества и избавиться от недостатков поведения, юноши широко пользуются приёмами самоконтроля и самообязательств. Старший школьник хорошо понимает, что волю закаляют не в каких-то чрезвычайных случаях, а в выполнении повседневных дел. Как правило, в этом возрасте основные волевые процессы превращаются в устойчивые свойства личности.

Совершенствование волевой регуляции поведения человека связано с его общим интеллектуальным развитием, с появлением мотивационной и личностной рефлексии. Поэтому воспитывать волю в отрыве от общего психологического развития личности невозможно. В противном случае вместо воли и настойчивости как, несомненно, положительных и ценных личностных качеств могут возникнуть и закрепиться их антиподы – упрямство и ригидность. Учитель, стремящийся к развитию волевых качеств у учеников, должен соблюдать следующие педагогические правила:

- 1) не делать за ученика то, чему он должен научиться, а лишь создать условия для успеха его учебной деятельности;
- 2) активизировать самостоятельную работу ученика, направленную на достижение цели;
- 3) воспитывать привычку самоконтроля;
- 4) поощрять, стимулировать деятельность, вызывать чувство радости от достигнутого результата.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
3. Ильин, Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
4. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
5. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
6. Марцинковская, Т.Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2014. – 382 с.
7. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
8. Психология индивидуальных различий : тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – 489 с.

9. Столяренко Л.Д. Основы психологии: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

1.3.5 Способности

План:

1. Понятие о способностях
2. Виды способностей
3. Уровни развития способностей

1. Понятие о способностях

Способности – *такие индивидуально-психологические особенности человека, которые выражают готовность к овладению определённым видом деятельности и обуславливают успешность её выполнения.*

От них зависит успешность приобретения знаний, умений и навыков, но сами они к наличию этих знаний, умений и навыков не сводятся.

Говоря о способностях, необходимо иметь в виду следующее:

1. Это особенности, отличающие одного человека от другого. Важнейшим признаком способностей Б. М. Теплов считает индивидуальное своеобразие продуктивной деятельности, оригинальность и самобытность приемов, используемых в деятельности.

2. Способности служат успешному выполнению деятельности. Некоторые исследователи, например, Н. А. Менчинская, полагают, что в данном случае логичнее говорить об обучаемости как успешности в приобретении умений, знаний, навыков.

3. Для способностей характерна возможность переноса выработанных умений и навыков в новую ситуацию. При этом новая задача должна быть сходна с разрешавшимися ранее задачами не последовательностью способов действия, а требованиями к тем же психическим свойствам человека.

Способности – понятие динамическое. Они формируются, развиваются и проявляются в деятельности. Способность может быть обнаружена только в деятельности, и притом только в такой деятельности, которая не может осуществляться без наличия этой способности. Различные виды деятельности предъявляют разные требования к психологическим качествам человека. Так, для деятельности писателя важно наличие у человека богатого воображения, развитой образной памяти, наблюдательности, «чувства языка», высоко развитых эстетических чувств, глубокого интереса к психологии людей и т.п., но не важно, например, умеет ли он обобщать математический материал. Совокупность различных психологических качеств, необходимых в силу особенностей конкретной деятельности, и представляет собой способность к этой деятельности. Этими «качествами» могут быть и психические процессы (в целом или только некоторые их свойства, виды, компоненты, операции и т.п.), и психические состояния, и те или иные составляющие личностных свойств.

Основу способностей составляют задатки. **Задатки** – *наследственно обусловленные морфологические и функциональные особенности строения мозга, органов чувств и движения*. Задатки – это природные предпосылки, которые являются условием развития способностей не только в смысле того, что они придают своеобразию процессу их развития, но и в смысле того, что они в известных пределах могут определять содержательную сторону и влиять на уровень достижений. Задатки являются только *предпосылками* для развития способностей. Например, врождённым задатком человека может быть чрезвычайно высокая чувствительность обонятельного анализатора. Но строением мозга не предусмотрено, как человек распорядится этим задатком, захочет ли он развивать соответствующую способность, станет ли заниматься таким видом деятельности (парфюмера и т.п.), в котором будет востребовано его обоняние.

Выделяют следующие *признаки наличия у человека способностей* к какому-либо виду деятельности:

1) *высокий темп обучения соответствующей деятельности*. Чтобы способность проявилась (а она может проявиться только в соответствующей деятельности), даже самые способные в музыкальном отношении дети должны сначала научиться петь или узнавать мелодии, даже самые способные к рисованию – научиться рисовать и т.д. Особенность способных детей заключается именно в том, что процесс этого научения происходит у них очень быстро и легко. Другими словами, от способностей зависят лёгкость и быстрота приобретения человеком знаний, умений и навыков, необходимых для выполнения определённой деятельности.

2) *широта переноса навыка*, которая состоит в том, что, обучившись применению операции в одной ситуации, человек способен легко применить её в других аналогичных ситуациях;

3) *энергетическая экономность выполнения деятельности*. Различные виды деятельности (например, учебной, трудовой) выполняют разные люди – и обладающие соответствующими ей способностями, и не обладающие ими. Для того чтобы добиться требуемого уровня эффективности (учебной успеваемости, производительности труда) не имеющих способностей к данной деятельности человек вынужден посвящать больше времени учёбе или работе, обращаться за помощью к окружающим и т.д., т.е. прилагать значительно больше усилий, чем тот, кто такими способностями обладает;

4) *индивидуальное своеобразие выполнения деятельности*, проявляющееся в том, что человек применяет нетипичные (нешаблонные, не такие, как у всех) алгоритмы, приёмы и способы работы – без ущерба для эффективности деятельности;

5) *ярко выраженное стремление заниматься этой деятельностью*, иногда вопреки обстоятельствам. Пробуждение способностей ребёнка к определённой деятельности тесно связано с возникновением интереса к ней. А если интерес становится устойчивым, он, как правило, перерастает в склонность к этой деятельности. Ребёнка при этом «тянет» к занятиям той

деятельностью, к которой он способен, поэтому он может часами заниматься ею, не уставая и как бы вовсе не напрягаясь.

Оптимальными для развития способностей ребёнка являются следующие условия:

- наличие у ребёнка врождённых задатков;
- своевременное и полное выявление имеющихся задатков;
- активное включение ребёнка в тот вид деятельности, в котором его способности будут востребованы и смогут развиваться;
- включение ребёнка в «дополнительные» виды деятельности, которые функционально связаны с его формирующимися способностями;
- наличие грамотных, подготовленных педагогов, владеющих методикой развития соответствующих способностей;
- применение для развития способностей современных, эффективных методов и средств обучения;
- обеспечение систематического контроля и стимулирование процесса развития способностей.

2. Виды способностей

Существует несколько способов классификации способностей человека:

1) *по вкладу биологических и социальных факторов* в их развитие выделяют природно обусловленные и социально обусловленные способности.

Природно обусловленными называют способности, для развития которых необходимы врождённые задатки. Так, если у ребёнка, которому с рождения суждено обладать высоким ростом, обнаруживаются хорошие задатки к развитию точных координированных движений, то при прочих равных условиях он сможет добиться больших успехов в развитии своих спортивных способностей, например, связанных с игрой в баскетбол, чем тот, кто подобных задатков не имеет.

Социально обусловленными называют способности, формирование и развитие которых мало зависит от имеющихся у человека врождённых задатков. К ним относятся организаторские, коммуникативные способности и др.;

2) *по широте сфер применения* выделяют общие и специальные способности.

Общими называют способности, которые влияют на успешность выполнения человеком множества различных видов деятельности. Они имеются практически у всех людей, различаясь лишь по уровню развития. К числу общих относят умственные способности (связанные с познавательными психическими процессами, в первую очередь – с мышлением), двигательные способности (тонкость и точность ручных движений и др.), а также способности, связанные с общением и взаимодействием с людьми (нормальное психическое развитие человека было бы невозможно без владения речью как средством общения, без правильного восприятия и оценки

поступков людей, взаимодействия и налаживания взаимоотношений с ними и т.д.).

Специальными называют способности, при наличии которых человек может успешно справляться с отдельными специфическими видами деятельности. Специальные способности составляют большую часть человеческих способностей. К ним относят художественно-творческие, математические, лингвистические, технические, конструкторские, педагогические, медицинские, музыкальные, литературные, спортивные и многие другие способности.

Как правило, специальные способности имеют сложную структуру, в которую может входить и целый ряд т.н. «частных» способностей. В этой структуре некоторые психологические качества являются ведущими, тогда как другие – вспомогательными. Так, в структуре педагогических способностей ведущими качествами являются такт, наблюдательность, любовь к ученикам, высокая требовательность к ним, стремление к передаче знаний, организаторские способности, а вспомогательными – артистичность, ораторские способности и др.

Общие и специальные способности нельзя противопоставлять: они сосуществуют, взаимно дополняя и обогащая друг друга;

3) по *направленности на определённый тип деятельности* выделяют теоретические и практические способности.

Теоретическими называют способности, которые определяют склонность человека к абстрактно-теоретическим размышлениям, а *практическими* – к конкретным практическим действиям. Как правило, человеку свойственны либо теоретические, либо практические способности, они редко сочетаются друг с другом;

4) по *направленности на определённый тип объектов* выделяют предметные и коммуникативные способности.

Предметными называют способности, которые обеспечивают успешность выполнения человеком разных видов деятельности, связанных с неодушевлёнными объектами – материальными предметами, знаковыми системами и символами, идеальными объектами (теориями, логическими конструктами и т.п.).

Коммуникативными называют способности, которые обеспечивают успешность человека в общении и взаимодействии с людьми (ораторские, организаторские и др.);

5) по *продуктивности* выделяют учебные и творческие способности.

Учебными называют способности, которые обеспечивают успешность усвоения человеком совокупности знаний, накопленных предыдущими поколениями.

Творческими называют способности, которые определяют возможность открытий и изобретений, создания человеком новых предметов материальной и духовной культуры;

б) по *степени реализованности* выделяют актуальные и потенциальные способности.

Актуальными способности называют тогда, когда человек вовлечён в конкретную деятельность, где именно эти способности востребованы, где они проявляются, реализуются и развиваются.

Потенциальными называют способности, которые только могли бы актуализироваться – в случае изменения текущих условий и вовлечения человека в деятельность, где эти способности оказались бы востребованы.

Разные способности человека могут влиять друг на друга, что влечёт за собой изменения, качественные преобразования каждой из них.

3. Уровни развития способностей

Одарённость – это совокупность способностей, которая обеспечивает человеку возможность успешного выполнения каких-либо видов деятельности. В эту совокупность входят как природно, так и социально обусловленные, как общие, так и специальные способности.

В строгом научном понимании термина «одарённость» означает вообще любую совокупность способностей человека. Не бывает людей, ни к чему не способных. Каждый человек имеет характерную для него одарённость, обеспечивающую возможность успешного осуществления определённых видов деятельности. Причём одарённость одного человека так же отлична от одарённости другого, как различна и их жизнь.

В таком понимании проблема одарённости – это прежде всего проблема качественных различий между способностями людей. Конечно, у неё имеется и количественный аспект. Одарённость одного человека может обеспечивать ему более широкие возможности по сравнению с другими: за счёт большего количества природно обусловленных способностей (а значит – большего количества задатков) и социально обусловленных способностей (а значит – более благоприятных социальных условий их формирования и развития).

Одарённые дети – дети, опережающие своих сверстников в умственном развитии либо демонстрирующие выдающиеся специальные способности (музыкальные, художественные и др.). Для таких детей характерны следующие особенности:

- высокая любознательность и исследовательская активность;
- внимательность, собранность, готовность к напряжённой работе, трудолюбие, упорство в достижении результата в той сфере, которая им интересна;
- хорошо развитая память;
- хорошо развитая речь; большой словарный запас, умение строить сложные грамматические конструкции, формулировать вопросы;
- хорошо развитое мышление; повышенные возможности анализа и обобщения – способность прослеживать причинно-следственные связи и делать соответствующие выводы, категоризировать и классифицировать информацию и опыт; быстрота мыслительных процессов;

- умение широко пользоваться накопленными знаниями.

Данные особенности свидетельствуют о том, что так понимаемая «одарённость» зависит уже не только от внешних условий и социального окружения детей, но и от их собственных волевых качеств, черт характера.

Следующим – после одарённости в таком понимании – уровнем развития способностей является талант.

Талант – *своеобразное сочетание высоко развитых способностей, которое обеспечивает человеку возможность не только очень успешно, но и оригинально, творчески выполнять какую-либо сложную деятельность.*

Результаты деятельности талантливого человека признаются окружающими как выдающиеся достижения в определённой сфере.

В истории изучения способностей был период, когда учёные полагали, что в основе таланта лежит какая-то одна способность человека. Однако многочисленные исследования показали, что отдельно взятая «частная» способность не может быть аналогом таланта, даже если она достигла очень высокого уровня развития и ярко выражена. Поэтому *о таланте говорят только в отношении специальных способностей.* Этим подчёркивается, что, во-первых, талант имеет сложную структуру, во-вторых, она неодинакова для разных видов деятельности (например, составляющие талант способности не идентичны у композитора и авиаконструктора).

Состояние *вдохновения* (особого подъёма сил) издавна считается неотъемлемой принадлежностью таланта. Важно учитывать, что данное психическое состояние – не какое-то сверхъестественное «откровение». Его возникновение возможно только в том случае, если оно подготовлено трудом: вдохновение предполагает колоссальную сосредоточенность внимания, мобилизацию памяти, воображения и мышления человека на решение какой-то проблемы в научном, художественном или техническом творчестве.

Талант не освобождает от труда, а наоборот, предполагает большой, творческий, напряжённый труд. Люди, чья талантливость в глазах человечества была бесспорной, все – без исключения – титаны труда.

Гениальность – *высший уровень развития способностей человека. О гениальности говорят, когда творческие достижения человека составляют целую эпоху в жизни общества, в развитии культуры.*

Гениальных людей очень мало: принято считать, что за всю пятитысячную историю цивилизации их было не более 400 человек. Гении незаурядны в различных областях деятельности. Однако это не означает, что все индивидуальные качества гения развиты в одинаковой степени. Гениальность, как правило, имеет свой «профиль», какая-то сторона в ней доминирует, какие-то способности проявляются ярче других. Среди гениев, добившихся подобного универсализма, можно назвать Аристотеля, Леонардо да Винчи, Р. Декарта, Г. В. Лейбница, М. В. Ломоносова, В. А. Моцарта, А. С. Пушкина.

В заключение необходимо отметить, что количественная оценка способностей человека – необходимая процедура при решении широкого

круга вопросов. На основании её результатов производится отбор в учебные, спортивные, профессиональные и другие специализированные группы. Кроме того, в системе профессиональной ориентации используется диагностика интересов и склонностей человека – с целью обеспечения соответствия будущей профессиональной деятельности его, пусть даже только потенциальным, способностям.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
2. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
5. Марцинковская, Т.Д. Общая психология : учебник для студентов учреждений высшего образования / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2014. – 382 с.
6. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
7. Психология индивидуальных различий : тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – 489 с.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. – М.: Проспект, 2015. – 458 с.

2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Тема «Психология как область научного знания»

2.1. Методы исследования в психологии

Содержание:

1. Психология как наука о сознании.
2. Психология как наука о поведении.
3. Предмет и задачи психологической науки.
4. Методы исследования в психологии. Соотношение методологии, метода и методики.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.
2. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
3. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.]; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
4. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. – Минск: Современная школа, 2009. – 512 с.
5. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

Задание 1.

Составьте словарь терминов.

Тезаурус: психика, психическое явление, психический процесс, психическое свойство, психическое состояние.

Задание 2.

Прокомментируйте следующие суждения о психологии. Выберите наиболее правильные и полные.

1. Психология изучает процессы активного отражения человеком и животными объективной реальности в форме ощущений, восприятий, понятий, чувств и других явлений психики.
2. Психология – наука о закономерностях, механизмах и фактах психической жизни человека и животных.
3. Психология – отрасль биологической науки, занимающаяся функционированием нервных процессов мозга.
4. Психология изучает личность в деятельности и общении.

Задание 3.

Что такое психика? Выберите ответы, с которыми Вы согласны:

1. Продукт развития живой материи, выполняет функцию ориентировки в свойствах предметной среды и управления поведением
2. Свойство мозга
3. Явления сознания
4. Внутренний мир человека, его духовная жизнь
5. Душа
6. Субъективный образ объективного мира, отражение действительности в головном мозге
7. Особое свойство высокоорганизованной материи, продукт деятельности, функция мозга, отражение объективного мира.

Задание 4.

Прокомментируйте следующие суждения. С какими из них можно согласиться, а с которыми нельзя и почему?

1. Чужая душа – потемки.
2. У души нет тайн, которых не выдавало бы поведение.
3. Единственный источник познания психических процессов есть самонаблюдение.
4. О сознательности человека судят не по тому, что он о себе говорит или думает, а по тому, что и как он делает.
5. Психическая деятельность всегда получает свое объективное выражение в тех или других действиях, движениях, речевых реакциях, в изменениях работы внутренних органов и т.д.

Задание 5.

Определите, к какой группе психических явлений – психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям – относится каждое явление, описанное ниже.

1. Учитель информатики не раз замечал, что некоторые ребята с большим трудом усваивают материал непосредственно после уроков физкультуры и значительно лучше, если урокам информатики предшествует другая учебная деятельность.
2. Ученик Вова Ч. испытывал всегда большое удовольствие, если его товарищи плохо отвечали по изучаемым предметам.
3. Таня К. всегда прямо осуждала товарищей за недобросовестное отношение к уборке класса.
4. Витя Г. регулярно посещает кружок кораблестроения.
5. Рассматривая картину Врубеля «Демон и Тамара», человек произвольно вспоминает образы лермонтовских героев.
6. Лёша М. придя из колледжа в общежитие, сразу решил выучить тему «Госстандарт». Однако, как он ни старался, определение Госстандарта он не мог правильно запомнить. После небольшого отдыха студент безошибочно запомнил его.

Задание 6.

Определите, к какой группе психических явлений – психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям - относится каждое явление, описанное ниже. Дополните каждую группу ещё двумя своими примерами.

Утомление, выдержка, воображение, ярость, любовь к Родине, преодоление усталости, запоминание, активность во время урока, эмоциональная неустойчивость, страх, трусость, борьба мотивов (По В.С. Мерлину.).

Задание 7.

Определите, какие отрасли психологии решают следующие задачи:

1. Определить факторы, влияющие на протекание кризиса подросткового возраста.
2. Выявить причины снижения производительности труда на предприятии.
3. Разработать способы привлечения внимания учащихся на уроке.
4. Выявить лидера в коллективе и привлечь его к организации групповой работы.
5. Определить темперамент человека по особенностям поведения.
6. Изучить влияние суточных биоритмов человека на производительность его труда.
7. Установить объем кратковременной памяти у людей пожилого возраста
8. Разработать способы установления деловых взаимоотношений в формирующемся коллективе.

Задание 8.

Проблемы, которые решает психология, имеют непосредственное значение для различных областей народного хозяйства. Ниже приведены примеры проблем, которые исследуются отдельными отраслями психологии. Назовите отрасль психологии, которая изучает в основном ту или иную проблему:

1. Какая ориентация учащегося (на процесс, результат, награду) характеризует наибольшую устойчивость мотивации его учения?
2. Какие требования к способностям, знаниям и умениям, мышлению и другим психическим процессам человека предъявляет та или иная профессия?
3. Что составляет важнейшее внутреннее основание ("движущую силу") перехода ребёнка к следующему возрастному этапу?
4. Какими способами можно предупредить и преодолеть конфликты, создать в группе благоприятный психологический климат?
5. Какие супружеские отношения делают брак счастливым, семью благополучной?

6. Почему по мере развития учащихся у многих из них затухает интерес к учению?

7. Каковы причины нарушения юношами и девушками правовых норм общества?

8. Чем отличаются психика и поведение больного человека от психики здорового?

Задание 9.

Какие методы психологических исследований использовались в следующих ситуациях:

1. Группе испытуемых необходимо письменно ответить на вопросы об их интересах.

2. Психолог предлагает детям нарисовать несуществующее животное.

3. На консультации у психолога посетитель рассказывает о беспокоящих его проблемах.

4. Психолог, исследуя трудовую деятельность менеджера на предприятии, незаметно для него присутствует в помещении.

5. Для проверки действенности разработанной учеными методики быстрого обучения иностранному языку организуется исследование, в ходе которого одну группу испытуемых обучают предложенным способом, а другую – традиционным. Затем результаты сравниваются.

6. При отборе учеников в класс для одаренных детей психолог изучает их способности.

7. Чтобы узнать особенности межличностных отношений, возникающих в группах туристов, следующих дальними маршрутами, психолог под видом обычного туриста вступает в одну из таких групп.

8. Человек помещается в изолированную кабину, в специальном шлеме укрепляются приборы, с помощью которых исследуются биотоки мозга под действием различных раздражителей или состояний организма (бодрствование, сон). Испытуемый перед проведением опыта получает соответствующую инструкцию. Все получаемые показатели фиксируются точной аппаратурой.

9. На основании детских рисунков психолог устанавливает особенности восприятия детьми предметов; тщательно анализируя письменные работы школьников и сопоставляя данные с результатами других экспериментов, исследователь делает выводы об особенностях индивидуального стиля старшекласников.

10. Для изучения индивидуальных особенностей памяти испытуемые заучивают 10 иностранных слов. Протоколист записывает, сколько слов запоминает каждый испытуемый после каждого повторения и сколько требуется повторений, чтобы запомнить все десять слов. (По В.С. Мерлину).

Задание 10.

Ниже даётся краткое описание основных методов современной психологии. Определите, о каких методах идёт речь:

1. На основании предварительно сформулированных критериев выбора, диктуемых реальной обстановкой, испытуемого спрашивают, например, о том, кого он взял бы к себе в помощники при выполнении общественного поручения, к кому обратился бы за помощью в учёбе и т.п. Затем на основании подсчета голосов выясняют, кто получил наибольшее количество выборов, кто – среднее, кто – наименьшее.

2. По просьбе экспериментатора три учителя оценивают в баллах качество выполнения учащимися задания по труду. Затем вычисляется средняя оценка для каждого ученика.

3. С целью изучения содержания образа "Я" подростков им предложили составить самописание на тему "Каким я кажусь себе". Затем с помощью школьных психологов и филологов выделили в самописаниях основные темы, после чего экспериментатор подсчитывает, у скольких испытуемых встречалась определённая тема.

4. У испытуемых с помощью тахистоскопа определяют объём внимания. После этого в течение 30 минут испытуемые выполняют ряд психотехнических упражнений на развитие внимания, затем вновь определяют объём внимания. Высчитывают разность между показателями объёма внимания, полученными до и после выполнения упражнения.

Задание 11.

Ниже даётся краткое описание основных методов современной психологии. Определите, о каких методах идёт речь:

1. Кратковременное психологическое испытание поводится (по заданию стандартной формы) с целью выяснить, насколько психологические качества испытуемого (способности, навыки, умения, др.) соответствуют установленным психологическим нормам и стандартам. Применяется главным образом для определения пригодности к той или иной профессии.

2. Сущность метода – сбор и обобщение данных, полученных в различных видах деятельности характеризуемой личности. Каждая учитываемая черта личности по степени проявления может оцениваться условным балом. Применяется для изучения индивидуально-психологических качеств учащегося, в частности его способностей.

3. Индивида систематически изучают в обычной повседневной жизни. Исследователь не вмешивается в естественный ход событий. Пример этого метода – ведение дневника родителями, которые на протяжении многих лет записывают все сведения об изменениях в психической жизни ребёнка. Эти сведения служат исходным материалом для психологических выводов, обобщений, предположений, которые следует проверять другими методами.

4. Исследуемое явление изучается в точно учитываемых условиях, позволяющих следить за ходом явлений и воссоздавать его при повторении этих условий.

Задание 12.

Важнейшим принципом изучения психики является принцип объективности. Он предполагает такое построение исследования, при котором используемые методы и позиции самого исследования не влияют на получаемые результаты, а выводы делаются только на основе фактических данных. При повторении исследования должны быть получены те же результаты.

С помощью каких способов удаётся реализовать этот принцип на практике?

Задание 13.

При проведении исследований испытуемым обязательно даётся инструкция, пример которой приведён ниже. "Исследование проводится с научной целью. Поэтому просим отвечать искренне, так, как вы думаете. Для вас нет хороших и плохих ответов. Это задание на скорость, поэтому не тратьте время на обдумывание. Давайте тот ответ, который первым приходит вам в голову.

Вам будет предложен ряд утверждений. Отметьте знаком "+" те утверждения, которые, как вы думаете, на самом деле верны, правдивы, и знаком "-" те, которые неверны, неправдивы". Все ответы даются на бланке для ответов.

Объясните назначение (цель) каждого упомянутого в инструкции указания. По содержанию инструкции определите, какой метод был использован в исследовании?

Задание 14.

Даны две группы вопросов. Оцените их с точки зрения методических требований к анкете. На какие вопросы ответы будут более достоверными? Почему?

1. Легко ли вам просидеть час, не разговаривая? Охотно ли вам одалживать свои вещи? Любите ли вы похвастаться перед экзаменами, что хорошо подготовились?

2. Есть ли у вас чувство юмора? Заносчивы ли вы? Является ли точность чертой вашего характера?

Задание 15.

Одна из трудностей, возникающих при получении достоверной информации, состоит в воздействии исследователя на объект изучения. Когда человек знает, что за ним наблюдают, его поведение обязательно изменяется, что ведёт к искажению получаемой информации. По мнению психологов П.

Фреса и Ж. Пиаже, общее правило в подобных случаях заключается в том, чтобы стремиться видеть, не будучи видимым.

На соблюдение какого принципа изучения психики направлено это правило? Каким образом оно реализуется в психологии?

Задание 16.

В основе любого научного определения психологии, как правило, заложено представление о человеке, происхождении его психики и её формировании. Ниже приводятся некоторые определения того, что должна изучать психология. Укажите, с каким научным направлением связано каждое определение, в чём состоят его достоинства и ограничения (с учётом исторических условий, когда развивалось это направление).

1. Психология – это наука о функциях сознания. Её предметом должно быть то, что доступно прямому наблюдению. Метод состоит в том, что испытуемый описывает ощущения, возникающие у него при воздействии того или иного стимула.

2. Предметом психологии должно быть поведение, понимаемое как совокупность реакций организма, обусловленных стимулами среды, к которой он адаптируется. Психология должна изучать исключительно поведенческие акты, доступные для объективного наблюдения, и их связь с теми ситуациями, которые их вызывают.

3. Предметом психологии являются скрытые глубинные слои психической активности личности. Поведение человека в значительной степени подчиняется влиянию подсознательных влечений.

4. В каждом человеке от рождения заложено стремление полностью реализовать себя, он наделён силами, необходимыми для развития всех его возможностей. Психолог изучает человека как объективного субъекта, его восприятие и понимание самого себя, зависимость его поведения от того, как он воспринимает ситуацию и данный момент.

5. Психология – наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности. Психика – системное свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, и построении субъектом неотчуждаемой от него картины мира и саморегуляции на основе своего поведения и деятельности.

Задание 17.

Одним из важнейших в психологии является вопрос о методах исследования. Они делают её самостоятельной наукой, несмотря на разные теоретические подходы. Приведены два взгляда на способы изучения психологии.

1. "Душевные явления создаются или воспринимаются только тем лицом, которое их переживает"; «...Чужой душевной жизни мы не можем

воспринимать; сама она навсегда остаётся вне пределов возможного опыта» (А. И. Введенский).

2. «Наиболее важные знания о себе человек получает опосредованно, т.е. теми же принципиально способами, которые доступны и другим людям»; "Самонаблюдение не может рассматриваться как один из методов научной психологии, хотя показания самонаблюдения... и являются важным объектом изучения в психологии (как и в ряде других наук)".

Каким образом психолог всё же познаёт чужие чувства или мысли?

Тема «Психика и сознание человека»

2.2. Структура сознания и его основные психологические характеристики

Содержание:

1. Стадии развития психики в филогенезе, уровни психики.
2. Понятие о сознании, функции и структура сознания.
3. Неосознаваемые процессы.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.
2. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
3. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
4. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. – Минск: Современ, шк., 2009. - 512 с.
5. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

Задание 1.

К какой форме поведения животных относится каждый из приводимых ниже примеров? Расположите эти примеры в порядке ступеней эволюционного развития.

1. А. В заповеднике Аскания-Нова были проведены наблюдения над птенцами страуса. Один пробил отверстие в скорлупке и выглядывал из яйца, другой только что освободился от скорлупы и поднялся на ножки. Как только вблизи раздавался шум, первый страусёнок замирал в своей скорлупке, а второй - припадал к земле и переставал шевелиться. («Практикум по психологии».)

2. В Сингапуре имеется специальный обезьяний питомник, где подготавливают обезьян к "работе" ботаников. Обезьяны довольно легко запоминают около 25 слов, которыми пользуются люди, отдавая распоряжения четвероногим помощникам, прыгающим на ветвях на высоте пятиэтажного дома. Обезьяны обламывают и приносят людям отдельные листья и цветы, которые достать другим способом бывает невозможно. Таких обезьян учёные используют при сборе гербариев в тропиках. («Практикум по психологии».)

3. Дождевых червей тренировали передвигаться по одной из аллей Т-образного лабиринта, ведущей в тёмную влажную камеру, и избегать другой аллеи с подключенным электрическим током и раздражающим соевым

раствором. Для выработки таких движений потребовалось около 200 подкреплений. Черви были способны сохранять выработанную реакцию после удаления первых пяти сегментов тела с мозговым ганглием. («Практикум по психологии».)

4. Дельфины чрезвычайно быстро обучаются. Чтобы дельфины усвоили новый сигнал, им достаточно лишь два-три раза показать требуемое действие. Так, дельфины обучались ловить пищу на лету, аккуратно брать её с тарелочки, хватать корм из рук и даже изо рта дрессировщика, находившегося на высоте почти 5 метров от поверхности воды. Дельфины позволяли запрягать себя в упряжку, чтобы возить плотик с человеком. Они охотно играли в баскетбол и с большой точностью с шестиметрового расстояния забрасывали мяч в корзину, поднятую над водой почти в человеческий рост. Дельфины ухитрились звонить в колокольчик, дёргая за шнурок во время изящного прыжка, и даже вытаскивали платки из карманов зрителей. («Практикум по психологии».)

5. Над широкой площадкой вольеры на высоте 4 м от земли висит, покачиваясь от ветра, гроздь винограда. Рафаэль (обезьяна) видит её через окно лаборатории, но входная дверь заперта. Обезьяна бежит в одну из комнат, находит подходящий ключ и открывает дверь, ведущую в помещение, непосредственно примыкающее к летней вольере. Здесь Рафаэль наталкивается ещё на одно препятствие - ящик с огнём, преграждающий ему путь. Повернув кран бака, помещённого над ящиком, обезьяна заливает огонь и выходит в вольеру, в разных местах которой разбросаны ящики. Единственный способ достать виноград - соорудить вышку из ящиков. Последовательно, в порядке убывающей величины, обезьяна ставит ящик на ящик и овладевает приманкой. («Практикум по психологии».)

6. У молодых овец при первом отгоне на выпас совершенно отсутствовали многие реакции, присущие взрослым животным: натуральные слюнные условные рефлексы на движение по направлению к выпасу, на вид и запах зелёного корма, на вид пасущихся других овец, звук проходящего на выпас стада и т.д. Эти реакции начинают проявляться у животных только через две - четыре недели. (По А. Д. Слониму.)

7. По наблюдениям французского учёного Фабра, роющие осы сфексы, протыкая жалом три ганглия у сверчков, парализуют их, а затем помещают в норку. Личинка сфекса питается таким парализованным, но ещё живым сверчком, сохраняющим необходимые для развития личинки питательные качества. Фабр с удивлением описывает точность, с которой сфекс находит ганглии у сверчков, как будто он знаком с анатомией насекомых. Вместе с тем характерно, что сфекс втаскивает сверчка в вырытую норку только за усики. Если обрезать парализованному сверчку усики, то сфекс оказывается совершенно беспомощным и не делает никаких попыток втащить сверчка в норку. (По К. Лоренцу.)

8. Молодые бобры были выращены вдали от родителей и ничего не могли у них перенять. Когда бобры выросли, им положили в клетку

строительный материал. Они немедленно построили плотину по всем правилам, хотя никогда не видели не только плотины, но и реки. (По Г. З. Рогинскому.).

Задание 2.

Соотнесите стадии развития психики и их характеристики:

Стадия развития психики		Характеристика стадии	
1	Сенсорная психика	А	высшая форма психического отражения объективной действительности, опосредованная общественно-исторической деятельностью человека
2	Перцептивная психика	Б	высшая форма психической деятельности животных, обеспечивающая достаточно точное приспособление к изменяющимся условиям; отражение не только отдельных предметов, но и внешних связей между ними
3	Интеллект животных	В	форма психического отражения, где отражаются отдельные свойства предметов при их непосредственном воздействии на живое существо, но нет еще отражения предмета в целом
4	Сознание	Г	форма психического отражения, где животным доступно одновременное отражение нескольких раздражителей и их синтезирование в образ предмета

Задание 3.

Верны ли высказывания? Аргументируйте свой ответ:

1. Развитие психики определяется необходимостью приспособления организма к среде.
2. Даже у растений можно обнаружить некоторые формы психики.
3. Развитие психики животных проходит стадии сенсорной и перцептивной психики.
4. Основой всех без исключения форм поведения животных являются инстинкты.

Задание 4.

Проанализируйте приведенные примеры. Объясните, как связаны между собой повседневная жизнь и бессознательное:

1. «Заседание закрыто... Ах, простите... Заседание открыто», - объявляет председатель.
2. Прославленный хирург мастерски действует скальпелем и иглой. Его мать, однако, любит напоминать, что в детстве он проявлял жестокость по отношению к животным и даже собственным братьям и сестрам.

Тема «Психологическая теория деятельности»

2.3 Навыки, умения и привычки, их характеристика

Содержание:

1. Структура деятельности.
2. Этапы формирования навыков. Виды навыков.
3. Умения в структуре деятельности.

Литература

6. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.
7. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
8. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
9. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. – Минск: Современ, шк., 2009. - 512 с.
10. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

Задание 1.

Вставьте пропущенные слова в следующих суждениях.

1. Деятельность человека не только ..., но и мотивирована.
2. Сознание человека зарождается, развивается и проявляется в
3. Потребности являются источником... личности.
4. Цель является предпосылкой
5. Потребности обнаруживаются в.., побуждающих к деятельности.
6. Осознанная ... становится мотивом поведения.

Задание 2.

Прокомментируйте следующие суждения. Выберите наиболее правильные суждения, выбор аргументируйте.

1. Личность формируется в деятельности.

2. Всякая деятельность человека детерминируется, как правило, внутренними стимулами.
3. Деятельность обусловлена только сознанием человека.
4. Мотивами деятельности могут быть потребности, установки, мысли, чувства, идеалы.
5. Деятельность является решающим фактором формирования и развития активности личности.
6. Деятельность — исторически отработанная система воспроизводства предметного мира, природы человека и человеческих отношений.

Задание 3.

Из данных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим.

Труд, деятельность, трудовое действие, нажатие педали тормоза, трудовая операция, мышечные сокращения.

Задание 4.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. *Элементом структуры деятельности является...* а) поведение; б) активность; в) действие; г) цель; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
2. *Способ, которым выполняется действие в определенных условиях, называется...* а) навык; б) операция; в) реакция; г) движение; д) рефлекс; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.
3. *Деятельность как специфически человеческая форма активности характеризуется...* а) целенаправленностью; б) взаимодействием; в) структурностью; г) осознанностью; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
4. *Основными видами деятельности являются...* а) политическая; б) спортивная; в) художественно-эстетическая; г) управленческая; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
5. *Процесс накопления личностью опыта путем преобразования внешних элементов предметной деятельности и общения во внутренний план, называется...* а) воспитание; б) научение; в) интериоризация; г) экстериоризация; д) социализация; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

Тема «Сенсорно-перцептивная сфера человека»

2.4 Виды восприятия и их характеристика

Содержание:

1. Понятие об ощущениях
2. Анатомо-физиологические механизмы ощущений.
3. Виды ощущений и их свойства.
4. Пороги ощущений.
5. Понятие о восприятии
6. Виды восприятия
7. Свойства восприятия
8. Иллюзии восприятия

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.]; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Выберите правильные суждения из предложенных.

1. Внешний мир, свойства его предметов и явлений могут проникнуть в наше сознание, минуя ощущения, путем логических рассуждений.
2. Ощущения многих других свойств объективного мира (например, формы, величины, отдаленности) возникают лишь в процессе взаимодействия различных органов чувств.
3. В отличие от ощущений животных, ощущения человека опосредованы его практической деятельностью, всем процессом общественно-исторического развития культуры.

4. Ощущения дают нам более или менее верные образы объективных свойств вещей, хотя различные ощущения обладают разной степенью адекватности воспроизведения этих свойств.

5. Орган чувств (рецептор) пассивно отвечает на воздействующие раздражители, и этим пассивным ответом и являются соответствующие ощущения.

6. Ощущение - активный процесс, осуществляемый как система сенсорных действий, направленных на селекцию и преобразование специфической энергии внешнего воздействия и обеспечивающих адекватное отражение окружающего мира.

Задание 2.

Верны или нет следующие утверждения и почему?

1. Функции рецепторов зависят от уровня развития мозга.
2. Адаптация состоит в том, что мы быстро перестаем замечать периодически возобновляющийся шум холодильника.
3. Физиологический порог ощущений определен генетически.
4. Мозг испытывает информационную перегрузку, если он не может осуществить выбор среди слишком большого количества сигналов.
5. У каждого биологического вида свое восприятие действительности, создаваемое специфическими ощущениями.

Задание 3.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Ощущение как психофизиологический процесс начинается с...
 - а) физического процесса;
 - б) физиологического процесса;
 - в) психического процесса;
 - г) все ответы верны;
 - д) все ответы неверны.
2. К экстерорецептивным ощущениям относят...
 - а) зрительные ощущения;
 - б) ощущения вибрации;
 - в) органические ощущения;
 - г) ощущения боли;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
3. Основные свойства ощущений - это...
 - а) константность;
 - б) интенсивность;
 - в) предметность;
 - г) обобщенность;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.

4. Минимальная величина раздражителя, вызывающая ощущение, называется...
- а) верхним абсолютным порогом чувствительности;
 - б) разностным порогом;
 - в) нижним порогом;
 - г) интенсивностью ощущения;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
5. К изменению чувствительности приводит...
- а) адаптация;
 - б) синестезия;
 - в) сенсбилизация;
 - г) избирательность;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
6. Новый вид чувствительности, обусловленный переносом качеств одной модальности на другую, - это...
- а) аккомодация;
 - б) конвергенция;
 - в) синестезия;
 - г) сенсбилизация;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.

Задание 4.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Наше восприятие мира связано с...
- а) культурой, к которой мы принадлежим;
 - б) практикой;
 - в) опытом;
 - г) все ответы верны;
 - д) все ответы неверны.
2. Чтобы представление о мире оставалось стабильным, мозг должен...
- а) постоянно осуществлять коррекции;
 - б) учитывать расстояние, на котором находятся предметы;
 - в) изменять восприятие в зависимости от угла зрения;
 - г) учитывать освещенность;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
3. Опыты сенсорной изоляции привели к заключению, что без сенсорных стимулов...
- а) умственные функции быстро деградируют;
 - б) сенсорный опыт растёт;
 - в) мир внутренних образов все больше и больше обедняется;

- г) нарушение интеллекта становится необратимым;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
4. Одним из важных свойств восприятия является...
- а) предметность;
 - б) абстрактность;
 - в) конформность;
 - г) иерархичность;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
5. В восприятии отражаются...
- а) отдельные свойства вещей и явлений;
 - б) целостные образы предметов и явлений;
 - в) обобщенные понятия о предметах и явлениях;
 - г) отдельные стороны действительности;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
6. Самой древней формой восприятия является...
- а) зрительное;
 - б) осязательное;
 - в) слуховое;
 - г) обонятельное;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.

Задание 5.

Из перечисленных понятий постройте логические ряды так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к предыдущим.

1. Восприятие, отражение, зрительные иллюзии, психика.
2. Отражение, зрительное восприятие, психика, восприятие, восприятие цвета.

Задание 6.

В экспериментах Стрэттона испытуемые носили разнообразные искажающие очки, меняющие местами правую и левую, верхнюю и нижнюю части сетчаточного образа, сжимающие и расширяющие одну или обе части, переворачивающие изображение вверх ногами. У человека, надевающего такие очки, соответственно искажается и наблюдаемая картина окружающего мира. Если испытуемому не предоставлялась возможность практического взаимодействия со средой, то его восприятие либо оставалось неадекватным, либо перестраивалось незначительно. Но если человек активно взаимодействовал с окружающими объектами, то адекватное восприятие мира

восстанавливалось в течение нескольких дней. Объясните, какие свойства восприятия "задействованы" в этих экспериментах.

Задание 7.

Для описания общих закономерностей ощущений используются следующие понятия: синестезия, сенсбилизация, адаптация, порог чувствительности, последовательный образ. О каких закономерностях идёт речь в приведённых примерах и описаниях:

1. Встречаются случаи, когда при воздействии звуковых раздражителей у субъекта возникают зрительные образы. Способностью цветного слуха обладали: Н.А.Римский-Корсаков, А.Н.Скрябин и др.

2. Попадая из полутёмной комнаты в ярко освещённое пространство, мы бываем сначала ослеплены и не способны различать вокруг какой-либо детали. Только через некоторое время становится возможным нормально видеть.

3. Глаз художника различает значительно меньшие изменения величины предмета, чем доступно нехудожникам.

4. Зрительные, температурные вкусовые, болевые ощущения не сразу исчезают после того, как перестаёт действовать раздражитель, а продолжают некоторое время.

5. По отношению к каждому органу чувств существует минимальная величина раздражителя, которая в данных условиях способна вызвать едва заметное ощущение.

Задание 8.

О наличии каких порогов чувствительности свидетельствуют данные примеры?

1. Человек не увидел яркой вспышки света, а лишь ощутил боль в глазах.

2. Человек не слышит, как муха ползёт по столу.

3. Слепые люди могут отличить шелест листьев берёзы от шелеста листьев клёна.

4. Мы не ощущаем пылинок, которые опускаются на наше лицо.

5. Если люди обычно видят в радуге лишь 7 цветов, то китайские школьники, благодаря специальным упражнениям, видят в ней свыше 30 оттенков.

Задание 9.

При первом предъявлении испытуемые давали "свободные" характеристики на основе информации, которую они получали при восприятии только внешности данных людей. При втором предъявлении им говорили, что это "старосты курса" при третьем – что это "отличники" и при четвёртом – что это "хвостисты".

Оказалось, что во всех случаях испытуемые одному и тому же человеку-объекту давали разные характеристики, приписывали ему различные потребности и способности, неодинаковое отношение к учению, жизни.

Какая закономерность восприятия проявилась в этом исследовании?

Задание 10.

Какие виды восприятия репрезентируют реальность в следующих текстах? Согласны ли вы с тем, что у каждого человека есть индивидуально превалирующий вид восприятия?

1. Солнце спускалось в длинную тучу. Оно казалось совсем близким, и пышные лучи его шли прямо в глаза. Края лиловой тучи раскалялись, и тело ее густело. Меняясь из алого в красное, в густое пурпуровое, солнце поднялось, наконец, в небо, раскинуло по нему все свои лучи и медленно кануло. И багровое, мрачное пламя залило полнеба. Профили домов казались начертанными на закате. Одно за другим засветились в небесной высоте облака, то как острова, то как вознесенные застывшие дымы, и словно разлились между пылающими этими островами чистые реки, зеленые, как морская вода. Солнце из облаков света строило призрак райской земли. (А. Толстой)

2. Я просыпаюсь от резкого света в комнате: голый какой-то свет, холодный, скучный... Серенькая погода, оттепель. Капает за окном - как плачет... Отворяется дверь, входит Горкин с сияющим медным тазом. А, масляницу выкуривать! В тазу горячий кирпич и мятка, на них поливают уксусом. ...В тазу шипит, и поднимается кислый пар, - священный.

...От масляницы нигде ни крошки, чтобы и духу не было. Даже заливную осетрину отдали вчера на кухню. В буфете остались самые расхожие тарелки, с бурыми пятнышками-щербинками, - великопостные. В передней стоят миски с желтыми солеными огурцами, с воткнутыми в них зонтичками укропа, и с рубленой капустой, кислой, густо посыпанной анисом, - такая прелесть. Я хватаю щепотками, - как хрустит! И даю себе слово не скоромиться во весь пост. Зачем скоромное, которое губит душу, если и без того все вкусно? Будут варить компот, делать картофельные котлеты с черносливом и шепталой, горох, маковый хлеб с красивыми завитушками из сахарного мака, розовые баранки, "кресты" на Крестопоклонной... мороженая клюква с сахаром, заливные орехи, засахаренный миндаль, горох моченый, бублики и сайки, изюм кувшинный, пастила рябиновая, постный сахар - лимонный, малиновый, с апельсинчиками внутри, халва... А жареная гречневая каша с луком, запить кваском! А постные пирожки с груздями, а гречневые блины с луком по субботам... а кутья с мармеладом в первую субботу, какое-то "коливо"! А миндальное молоко с белым киселем, а киселек клюквенный с ванилью, а... великая кулебяка на Благовещенье, с вязигой, с осетринкой! А калья, необыкновенная калья, с кусочками голубой икры, с маринованными огурчиками... а моченые яблоки по воскресеньям, а талая, сладкая-сладкая

"рязань"... а "грешники" с конопляным маслом, с хрустящей корочкой, с теплою пустотою внутри! (И. Шмелев)

3. После обеда трясем грушовку. ...Падает первый сорт. Все кидаются в лопухи, в крапиву. Вязкий, вялый какой-то запах от лопухов и пронзительноедкий - от крапивы, мешаются со сладким духом, необычайно тонким, как где-то пролитые духи, - от яблок. Ползают все... Все берут в горсть и нюхают: ааа... грушовка!

Зажмуришься и вдыхаешь, - такая радость! Такая свежесть, вливающаяся тонко-тонко, такая душистая сладость-крепость - со всеми запахами согретшегося сада, замятой травы, растревоженных теплых кустов черной смородины... И теперь еще, не в родной стране, когда встретишь невидное яблочко, похожее на грушовку запахом, зажмешь в ладони, зажмуришься, - и в сладковатом и сочном духе вспомнится, как живое, - маленький сад, когда-то казавшийся огромным, лучший из всех садов, какие ни есть на свете, теперь без следа пропавший... (И. Шмелев)

4. ...Ледяной Дом-Дворец. ...Помню - струящиеся столбы, витые, сверкающие, как бриллианты... ледяного-хрустального Орла над "Домом", блистательного, до ослепления... слепящие льдистые шары, будто на воздухе, льдисто-пылающие вазы, хрустальные решетки по карнизам... окна во льду, фестонами, вольный раскат подъезда... - матово-млечно-льдистое, в хладноструящемся блеске из хрусталей... Стены Дворца, прозрачные, светят хрустальным блеском, зеленым, и голубым, и розовым... - от где-то сокрытых ламп. - разве расскажешь это! (И. Шмелев)

5. Фонари, точно бабочки газовые,
 Утро тронуло первую дрожью.
 То, что тихо тебе я рассказываю,
 Так на спящие дали похоже!..
 Там вдали, по дремучим урочищам,
 Этой ночью весеннею белой
 Соловьи славословьем грохочущим
 Оглашают лесные пределы.
 Ошалелое щелканье катится,
 Голос маленькой птички играющей
 Пробуждает восторг и сумятицу
 В глубине очарованной чащи.
 В те места босоногою странницей
 Пробирается ночь вдоль забора,
 И за ней с подоконника тянется
 След подслушанного разговора.
 (Б. Пастернак)

Задание 11.

Какие явления восприятия можно узнать в приведенных примерах? В каких из них это явление имеет устойчивый, а в каких - временный характер? Почему?

1. Некоторые жители Полинезии, впервые увидев лошадей, стали называть их свиньями, так как рубрика "свиньи" была в их языке наиболее подходящей для никогда не виданного животного - лошади.

2. Двухгодовалый сын У. Джемса играл целую неделю с апельсином, который увидел в первый раз, называя его мячиком.

Мальчика кормили яйцами всмятку, которые подавались ему без скорлупы в жидком виде, вылитые в стакан; когда ребенок увидел впервые цельное яйцо, он назвал его картошкой, так как раньше он видел и ел картофель без кожуры и знал его название.

3. Фиджийцы, по свидетельству Ч. Дарвина, очень удивлялись при виде маленьких лодок, большие же корабли не вызывали у них никакого удивления.

4. Сложнейшие по устройству ткацкие фабрики, обширнейшие металлические сооружения для большинства современников У. Джемса были таковы, как вода, воздух или земля - обыденные явления, не вызывающие никаких идей. (У. Джемс)

УПРАЖНЕНИЯ

для развития восприятия младших школьников

1. «Нестандартное чтение».

Чтение текста, повернутого от вас на 90 градусов, на 180, 45 и т.д. Пример выполнения упражнения: переворачиваем страницу вверх ногами и ставим задачу прочтения текста задом наперед (т.е. справа налево). Такая тренировка особенно полезна для детей с целью сформировать в памяти эталоны целостных букв независимо от того, как они расположены.

2. «Восстанови пропущенные буквы».

Во время прочтения текста с пропущенными буквами остановки для «отгадывания» очередного слова вынуждают держать в памяти слова и смысл прочитанного ранее.

3. Половинка

Подготовьте дидактический материал. Напишите слова из двух-трех слогов на листе формата А4, крупно. Например, «кошка», «ложка», «девочка». Потом разрежьте листы так, чтобы слова можно было сложить из двух половинок. Перемешайте карточки. Предложите в игровой форме найти и сложить слитно части слов на скорость. Но быстрота здесь не самое главное. Исправляем ошибку Педагог читает текст, дети следят. Учитель намеренно делает ошибку в окончании слова, корне и т.д. Задача воспитанника – исправить неточность.

4. «Фотоглаз»

Этот прием можно постоянно усложнять:

а) за короткое время ученик должен воспринять слово, несколько слов, предложение.

б) за отведенное время ученик должен «сфотографировать» столбик слов и ответить на вопрос, есть ли в нем данное слово.

5. Слова-заморочки.

На листочке выписываются пары слов, в которых одна буква различается, остальные похожи, например, СОН – КОН, ЛЕНЬ – ПЕНЬ и т.д. Спросите у учащегося, в чем особенность этих слов, чем похожи, а чем нет.

6. Найди все слова

Дается длинное слово, например, САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ. Пусть занимающийся составит из букв этого слова как можно больше коротких слов. Посоревнуйтесь с ним. Кто окажется первым?

7. Шрифты.

Ребенку предлагается прочитать текст, в котором каждое слово написано разными шрифтами вперемешку. Цель задания: научиться читать любой текст с искажениями на максимальной скорости.

8. Путаница.

Предварительно на листе бумаги пишем:

а) предложения, переставив слова местами, например, «поздно девицы под вечерком пряли окном три».

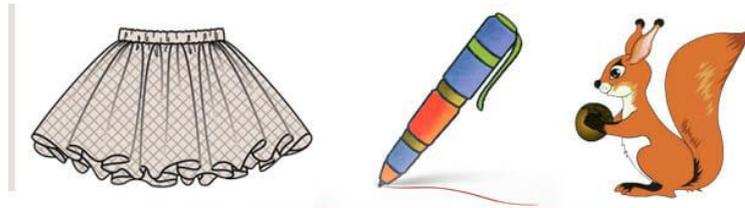
б) слова, в которых перепутали буква, части слов и т.д.

Достаточно 6-10 штук таких путаниц. Задача ребенка – распутать.

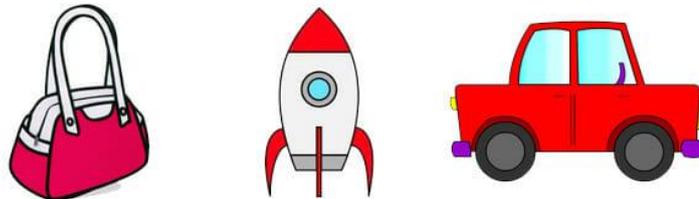


9. Сыщик

Среди представленных букв нужно отыскать слова



Р	Т	М	А	Ш	И	Н	А	В
Ш	К	У	Е	П	Т	Л	О	П
Б	Е	Л	К	А	С	Т	К	В
Ш	Ю	Б	К	А	Ю	К	В	С
П	Д	Е	Л	В	О	Р	Т	У
Ш	Т	Р	А	К	Е	Т	А	П
К	С	Л	С	У	М	К	А	У
Е	П	Т	Ш	Р	У	Ч	К	А



УПРАЖНЕНИЯ

для развития восприятия студентов

1. «Найди предмет»

Цель. Эта очень простая игра развивает наблюдательность, а также предоставляет всей группе прекрасную возможность прийти в состояние покоя и сосредоточенности. Проведите это упражнение два или три раза.

Материал. Любой маленький предмет, необычный для студенческой аудитории (детская маленькая игрушка, мячик диаметром не более 3 см, наручные часы и т. д.).

Инструкция: В аудитории спрятан предмет (необходимо назвать какой), который вам необходимо найти. Вы можете повсюду ходить и заглядывать во все углы. Нет необходимости искать его на ощупь, открывать шкафы и столы, так как он лежит на видном месте. Тот, кто найдет его, должен сохранить свою находку в тайне, не выдавая себя ни смехом, ни намеками. Он просто должен сесть на свое место и молча наблюдать, как остальные продолжают поиск. Тот, кто первым найдет предмет, в следующий раз прячет его.

Литература

1. Дыгун, М. А. Практикум по общей психологии для студентов педагогических специальностей вузов/ М. А. Дыгун, Е. П. Дыгун, О. С. Муравьева [и др.]; под общей редакцией М. А. Дыгуна. – Минск : Жаскон, 2007. – 240 с.

2. Лабораторные занятия по общей психологии: метод. рек/ авт.-сост. Т. П. Березовская, М. В. Кравченко. – Минск : БГПУ, 2006. – 31с.
3. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
4. Практикум по диагностике познавательной сферы личности // под ред. А. И. Гаурилюс, О. Ф. Казанович. – Минск : БГПУ, 2006. – 132 с.
5. Практикум по общей психологии: Учеб пособие для студентов пед. ин-тов / Под ред. А. И. Щербакова. – М. : Просвещение, 1990.– 288 с.
6. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учеб. пособие / Е. И. Рогов. – М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.
7. Сонин, В. А. Психологический практикум: задачи, этюды, решения. – 3-е изд., перераб. и доп. / В. А. Сонин. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2001. – 216 с.
8. Хозиев, В. Б. Сборник задач по психологии: учебное пособие. 2-е издание / В. Б. Хозиев. – Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2000. – 224 с.

Тема «Внимание»

2.5 Формирование и развитие внимания

Содержание:

1. Понятие о внимании.
2. Свойства внимания.
3. Виды и функции внимания
4. Понятие о памяти.
5. Процессы памяти и их характеристика.
6. Виды памяти и их особенности.
7. Свойства и законы памяти
8. Развитие внимания и памяти в младшем школьном возрасте.

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, переживании обеспечивает...
 - а) восприятие;
 - б) внимание;
 - в) рефлексия;
 - г) узнавание;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
2. Внимание выполняет функцию...
 - а) активизации нужных психофизиологических процессов;
 - б) целенаправленного организованного отбора поступающей информации;
 - в) обеспечения длительного сосредоточения на объекте;
 - г) фокусирования сознания на необходимых элементах действительности;
 - д) все ответы верны;

- е) все ответы неверны.
3. Условием возникновения непроизвольного внимания является...
- а) неожиданность раздражителя;
 - б) новизна раздражителя;
 - в) интересы (влечения) человека;
 - г) необычность раздражителя;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
4. Произвольное внимание...
- а) имеет биологическое происхождение;
 - б) является продуктом созревания организма;
 - в) имеет социальные корни;
 - г) неминуемо формируется с возрастом;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
5. Об уровне готовности ребенка к школе свидетельствует развитие такой характеристики произвольного внимания, как...
- а) умение слушать;
 - б) умение понимать и точно выполнять указания взрослого;
 - в) умение действовать в соответствии с правилом;
 - г) умение использовать образец;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
6. Психологическая сущность произвольного внимания заключается в...
- а) осуществлении контроля за объектами восприятия и мышления;
 - б) способе контроля, организуемого человеком, исходя из объективных требований задачи;
 - в) поглощенности яркими признаками объекта;
 - г) ориентировке на признаки объекта;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
7. Уделять внимание означает...
- а) ограничивать поле восприятия;
 - б) разделять объект на детали;
 - в) выделять детали из общего смутного представления;
 - г) усиливать интенсивность представления;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.

Задание 2.

Укажите, какие условия стимулируют возникновение и поддержание непроизвольного и произвольного внимания при обучении:

- постановка вопросов;
- решение небольших задач на протяжении коротких отрезков времени;

- осознание текущих результатов деятельности в форме внутреннего словесного отчета;
- особенности воздействующих раздражителей (новизна, абсолютная и относительная сила, контраст, изменение);
- наилучший распорядок деятельности, создание привычных условий деятельности;
- использование потребностей и интересов, с удовлетворением которых связан воспринимаемый материал;
- постановка существенных целей и задач деятельности;
- расширение круга представлений и развитие у учащихся познавательных интересов.

Задание 3.

Ответьте, почему...

- 1) световая реклама устроена так, что свет то загорается, то гаснет?
- 2) летчики не могут одновременно низко вести самолет и отыскивать на земле мелкие предметы?
- 3) находясь в гостях и будучи полностью поглощенным беседой с собеседником, вы моментально реагируете на свое имя, негромко произнесенное в другой группе гостей ("феномен вечеринки")?
- 4) живой, но поверхностный ум французы определяют так: он не способен к делу, требующему длительного дыхания?
- 5) во многих спортивных соревнованиях звучит предварительная команда?
- б) чайник, которого вы ждете, никак не закипает?

Задание 4.

Проанализируйте приведенные примеры. Какие феномены в них описаны?

1. Педагоги умеют следить за детьми, делая вид, будто не глядят на них.
2. Ожидая удара часов, мы так проникаемся мыслью о наступающем звуке, что нам кажется, будто уже бьет желанный или страшный час.
3. При малейшем шелесте в лесу охотнику мерещится дичь, беглецу - преследователи, трусу - опасность.
4. Влюбленный при виде каждой женской шляпки воображает, что под ней скрывается головка его кумира.
5. Если спросить ребенка о характерных чертах цветка или птицы, он легко назовет знакомые черты: листья, лепестки, ножка или хвост, клюв, крылья. Но в то же время ребенок может часами глядеть на птицу, не замечая ноздрей, когтей, перьев, пока взрослый не обратит его внимание на эти признаки.

Задание 5.

Определите, какие свойства внимания проявляются в следующих ситуациях:

1. Гроссмейстер ведет одновременную игру с несколькими опытными шахматистами.
2. Выпускник усиленно готовится к экзамену по математике.
3. Ученикам нужно прослушать небольшой рассказ и назвать встретившиеся в нем прилагательные.
4. Испытуемые по команде психолога в течение пяти минут должны находить в тексте и максимально быстро подчеркивать буквы «к» и «а».

Задание 6. Прокомментируйте следующие ситуации. В чем причины рассеянности? Гениальность делает людей невнимательными или внимание образует из них гениев?

1. Однажды Ньютон задумал сварить яйцо. Взяв часы, он заметил начало варки. А спустя некоторое время обнаружил, что держит в руках яйцо, а варит часы.
2. Известна история, когда Н. Е. Жуковский приходит к себе домой, звонит, из-за двери спрашивают: "Вам кого?" Он в ответ: "Скажите, дома ли хозяин?" - "Нет". - "А хозяйка?" - "Нет и хозяйки. А что передать?" - "Скажите, что приходил Жуковский".
3. Однажды у известного математика Гильберта был званый вечер. После прихода одного из гостей мадам Гильберт отвела мужа в сторону и сказала ему: "Давид, пойди и смени галстук". Гильберт ушел. Прошел час, а он все не появлялся. Встревоженная хозяйка дома отправилась на поиски супруга и, заглянув в спальню, обнаружила его крепко спящим в постели. Проснувшись, он вспомнил, что, сняв галстук, автоматически стал раздеваться дальше и, надев пижаму, лег в кровать.
4. Аббат Беккария, занятый своими опытами, во время служения обедни произнес, забывшись: "А все-таки опыт есть факт!"
5. Дени Дидро, нанимая извозчиков, забывал отпускать их, из-за чего ему приходилось платить им за целые дни, которые они напрасно простаивали у его дома.

Задание 7.

Определите, кто самый внимательный. Ответ аргументируйте.

Как-то завязался спор, кто самый внимательный, и один из спорящих утверждал, что это Иван Иванович: "Когда он читает книгу или слушает, что ему говорят, то ничто его не может отвлечь: ни появление кого-нибудь в комнате, ни разговор соседей, ни звук радио. Все его внимание поглощено тем, что он делает в данный момент".

Другой спорящий считал самым внимательным Павла Николаевича: "С каким бы увлечением он ни рассказывал (кажется, что он весь поглощен

рассказом), все же ни одна деталь поведения учащихся в классе не ускользнет от его внимания. Он видит и слышит все, что творится вокруг".

Третий считал, что внимательнее всех Николай Васильевич: "Однажды мы шли в полной тьме по дороге, и вдруг неожиданно вспыхнул и сразу погас свет от электрического фонарика. Мы успели лишь едва заметить фигуру мужчины, а Николай Васильевич за этот краткий миг разглядел и мужчину, и автомат в его руках, и стоящую рядом собаку, и даже увидел красную звездочку на фуражке. Оказалось, что он все заметил правильно. Нам повстречался пограничник".

Задание 8.

Существуют различные мнения о том, кого из учащихся следует считать более внимательным. Одни полагают, что если ученика не могут отвлечь ни разговоры, ни постоянные шумы, он, конечно, внимателен. Другие к внимательным относят тех, кто, рассказывая, видит и слышит всё, что делается вокруг. Третьи внимательным считают того, кто способен мгновенно замечать на предъявленных пособиях сразу много деталей.

О каком свойстве внимания идёт речь в каждом случае?

Задание 9.

Проанализируйте приведенные фрагменты текста. Выделите факторы, которые обуславливают внимание.

1. Внимание - это избирательная направленность на тот или иной объект и сосредоточенность на нем, углубленность в направленную на объект познавательную деятельность. За вниманием всегда стоят интересы и потребности, установки и направленность личности. Они вызывают изменения отношения к объекту. А изменение отношения к объекту выражается во внимании - (в результате) он становится более ясным и отчетливым, как бы более выпуклым. (С. Л. Рубинштейн)

2. Чем сильнее интерес к деятельности, чем больше она нас увлекает, тем устойчивее будет наше внимание. Но оно может быть чрезвычайно устойчивым также и тогда, когда деятельность сама по себе может и не казаться нам интересной, но когда мы считаем ее важной для нас в силу того, что она связана с выполнением наших целей. Тогда мы заставляем себя направлять наше внимание не туда, куда нам хочется, а туда, куда мы считаем нужным. (Н. Ф. Добрынин)

3. Приучить себя внимательно работать в самых разнообразных условиях - вот верный путь формирования внимания. Следует научиться произвольно и целеустремленно направлять внимание на определенный объект, не давая себя отвлечь посторонними раздражителями. Развитие устойчивости внимания человека связано с развитием его волевых качеств; потому надо дисциплинировать себя, приучать даже в мелочах быть хозяином своих действий... Лучший же способ стать внимательным - это никогда не позволять себе делать никакой работы невнимательно. (К. К. Платонов)

Задание 10.

Соотнесите перечисленные факты с видами внимания:

1. Студент, целенаправленно готовящийся к трудному экзамену по нелюбимому предмету, вдруг натывается в учебнике на заинтересовавший его факт. С этого момента подготовка, ранее требовавшая неусыпного внимания, вдруг приобретает цель и превращается в увлекательный процесс, не требующий специального контроля.
2. Дремлющие пассажиры поздней электрички вздрагивают от грохота проезжающего по соседним путям скорого поезда и после того, как тот прошел, некоторое время сохраняют бдительность.
3. Девочка-подросток, читающая перед сном мелодраму, забывает о времени, жадно "проглатывая" страницу за страницей.
4. Врач даже у прохожих на улице замечает признаки распространенных заболеваний.
5. Психоаналитик по поведению, репликам и произвольной жестикуляции клиента догадывается об истинных причинах визита.
6. Невзрачная сотрудница лаборатории, которую все знают как "серую мышку", вдруг приходит на работу в роскошной собольей шубе.
7. В толпе мелькнуло знакомое лицо, и человек начинает вглядываться, стараясь его отыскать.
8. Лингвист, читая плохой перевод романа, замечает стилиевые и культурные несоответствия.
9. Аспирант, просматривающий в научной библиотеке каталог, мгновенно "отлавливает" книги с "ключевыми" для его исследования словами.
10. Женщины в родильных домах часто различают плач именно своего малыша.
11. Новорожденный ребенок поворачивает глазки в сторону шума.
12. Абитуриенты, сдающие письменный экзамен, поднимают головы, если распахивается дверь аудитории.
13. Смотря длинный "мыльный" сериал, пенсионеры всегда обращают внимание на замену актеров на привычных ролях.
14. Преподаватель психологии, читая любую литературу, видит в ней примеры, иллюстрирующие изучаемые его студентами психологические феномены.
15. Младший школьник может часами играть в компьютерные игры, не уставая и не отвлекаясь, а вот геометрия требует от него большего сосредоточения внимания.
16. Сотрудники, привыкшие к цветам одежды начальника, всегда обсудят между собой его новый галстук.
17. Начавший смотреть фильм рубрики "Кино не для всех" зритель сначала напрягался, чтобы понять сложную сюжетную канву, но постепенно

"втянулся" и, совершенно неожиданно для себя, с интересом досмотрел фильм до конца.

18. Авиадиспетчер в течение смены внимательно следит за светящимися точками на экране дисплея.

19. Водитель автомобиля, даже в ночное время на свободной трассе, вынужден следить за дорогой.

20. Хозяйка, поставившая в духовку пирог, постарается не забыть о нем, даже если займется другими важными делами.

21. В компании молодую женщину всегда привлечет мужчина, соответствующий ее представлениям о мужской привлекательности.

22. Машинистка может не заметить опечаток в рукописи, но их всегда обнаружит заказчик.

23. Мать всегда обратит внимание на признаки простуды у ребенка.

24. Если вдруг распахнется дверь и в комнату вбежит клоун, какой бы деятельностью не были заняты сидящие в комнате люди, они ее прервут.

25. Мучаясь бессонницей, человек ловит себя на том, что прислушивается к любым звукам - тиканью часов, капанью воды из крана на кухне, скрипу половиц, храпу соседа за стеной.

Тема «Память»

2.6 Индивидуальные особенности и различия процессов памяти

Содержание:

1. Понятие о памяти.
2. Процессы памяти и их характеристика.
3. Виды памяти и их особенности.
4. Свойства и законы памяти
5. Развитие внимания и памяти в младшем школьном возрасте.

Литература

5. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
6. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.]; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
7. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
8. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Проанализируйте следующие утверждения. Какие из них неверны и почему?

1. Механизм кратковременной памяти позволяет информации сохраняться меньше секунды.
2. В случае, если требуется, на короткое время сохранить информацию, состоящую более чем из 4 элементов, мозг автоматически осуществляет их перегруппировку.
3. Емкость долговременной памяти и длительность хранения в ней информации зависит от важности запоминаемого материала.
4. Информация всегда легче воспроизводится в том же самом контексте, в котором происходило ее запоминание.
5. Мы всегда дольше помним о работе, которую успели закончить.
6. Серьезная проработка материала в течение короткого времени приводит к более эффективному запоминанию, чем длительное его изучение.

7. Процессы памяти не связаны с процессами мышления.
8. В оперативной памяти информация сохраняется на более длительный срок, чем в кратковременной памяти.

Задание 2.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Сенсорная память...
 - а) действует на уровне рецепторов;
 - б) сохраняет информацию в интервале меньше 1 с;
 - в) лежит в основе зрительных образов;
 - г) является генетически первичным видом памяти;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
2. Кратковременная память...
 - а) сохраняет информацию в пределах двух минут;
 - б) обладает емкостью, не превышающей 11 элементов;
 - в) позволяет долго помнить телефонный номер;
 - г) короче оперативной;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
3. Долговременная память...
 - а) обладает ограниченной емкостью;
 - б) обладает практически неограниченной длительностью;
 - в) более развита у пожилых людей;
 - г) не связана с эмоциями;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
4. Эффект Зейгарник состоит в том, что мы лучше помним какую-либо работу, если она...
 - а) была сознательно прекращена;
 - б) была доведена до конца;
 - в) осталась незаконченной;
 - г) привела к вознаграждению;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
5. Мы ориентируемся в днях недели или расположении слов в словаре благодаря...
 - а) пространственной организации информации;
 - б) последовательной организации информации;
 - в) ассоциативной организации информации; г) иерархической организации информации;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
6. Память...

- а) всегда играет положительную роль в процессах мышления;
- б) может вызывать некоторую функциональную ригидность;
- в) всегда облегчает решение задачи;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

7. Память обслуживает, по преимуществу...

- а) настоящее;
- б) прошлое;
- в) будущее;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

Задание 3.

Наиболее распространённые теории памяти деятельностная, ассоциативная и гештальттеория. Ниже приведены отдельные их положения. Определите, какая теория лежит в основе этих положений?

1. Память – "сложная система кратковременных и долговременных, более или менее устойчивых ассоциаций по смежности, подобию, контрасту, временной и пространственной близости"

2. "И при запоминании, и при воспроизведении материал обычно выступает в виде целостной структуры, а не случайного набора элемента, сложившегося на ассоциативной основе".

3. "Наиболее продуктивно связи образуются и актуализируются в том случае, когда соответствующий материал выступает в качестве цели действия".

Задание 4.

Испытуемым предложили запомнить после одного прочтения следующие ряды односложных слов:

дом, сыр, шарф, ковш, бант;

грош, чан, воз, кнут, зонт;

стол, хлеб, соль, лук, борщ.

Какой ряд слов испытуемые запомнят лучше и почему? Как называются связи, образующиеся при запоминании этого ряда? При запоминании остальных рядов?

Задание 5.

Индивидуальные различия памяти находят свое выражение, в частности, в том, что некоторые люди более продуктивно сохраняет образный материал, другие - словесный, а третьи в равной степени запоминают и тот, и другой. Определите в приведенном списке, где речь идет о наглядно-образном, словесно-логическом (-абстрактном) и промежуточном типах памяти.

1. Сталевары помнят множество оттенков красного цвета

2. Математик легко запомнит информацию, сжатую в формулы
3. Продавец помнит цены и вид продукта определенного веса
4. Студент на экзамене помнит, что нужный ему материал был напечатан на странице слева внизу
5. Закройщик помнит лекала распространенных фасонов и легко опознает их по рассказу заказчика
6. Живописец помнит сочетания цветов заката в Гималаях, который он наблюдал в молодости
7. Жители северных районов помнят разные "цвета белого снега"
8. Музыкант по слуху может наиграть любую мелодию
9. Пожилой учитель помнит в лицо учащихся многих своих выпусков
10. Учитель-литератор знает на память огромное количество стихотворений
11. Полиглот свободно владеет 12 языками
12. Читатель, случайно захлопнувший книгу, легко находит место, на котором остановился
13. Приехав вторично в малознакомый город, человек представляет себе дорогу к нужному месту.

Задание 6.

Определите, в каких из перечисленных обстоятельствах память работает лучше, а в каких - хуже.

1. Когда мы стареем
2. Когда мы хотим показать себя с лучшей стороны
3. Когда мы поглощены интересной работой
4. Когда нас торопят
5. Когда на нас давят обстоятельства
6. Когда возникают отвлекающие факторы
7. Когда нас перебивают
8. Когда нас переполняют чувства (возбуждение, восторг, гнев и т.д.)
9. Когда мы погружены в размышления
10. Когда мы устали или хотим спать
11. Когда мы находимся в привычной обстановке
12. Когда мы не понимаем смысла воспринимаемой информации
13. Когда мы действуем в направлении сознательно поставленной цели
14. Когда мы находимся в стрессе
15. Когда мы находимся в условиях дефицита времени.

Задание 7.

Анализируя следующие высказывания, объясните взаимосвязь памяти и других психических функций.

1. Народная мудрость гласит: пустая голова не думает.
2. Богатство памяти - мера освоения материальной и духовной реальности.

3. Хорошая память - основа обучения.
4. Чем человек умней, тем лучше его память.
5. Богатый запас слов - показатель хорошей памяти и хорошего ума.
6. Любая научная работа делает память лучше.
7. Если человек утрачивает память, он теряет ум.
8. Без памяти человек перестает быть личностью.
9. Благодаря памяти человек становится человеком.
10. Если есть хорошая память, можно удовольствоваться весьма средним интеллектом.

Задание 8.

Определите по приведенным фрагментам, о каких видах памяти идет речь. Какие признаки на это указывают?

1. Он взял один-два тюбика и выдавил немного краски на палитру. Сиена натуральная... Неаполитанская желтая... Хорошие названия им дают. Они с Эдной были в Сиене, когда только поженились. Он вспомнил кирпичные стены розовато-ржавого цвета и площадь - как же называлась эта площадь? - где устраивались знаменитые скачки. Неаполитанская желтая. Они никогда не бывали в Неаполе. Увидеть Неаполь и умереть. Жаль, что они не так уж много путешествовали. Ездили они всегда в одно и то же место, в Шотландию, ведь Эдна не любит жару. Лазурь... Вызывает ли она мысли о темно-синем или светло-голубом? Лагуны в южных морях и летучие рыбы. Как празднично выглядят пятнышки красок на палитре... Он начал выдавливать краски из остальных тюбиков на вторую палитру и смешивать их, и теперь это было самое настоящее буйство красок - закаты, каких никогда не бывало и которых никогда не видали. Венецианская красная - не Дворец дождей, а маленькие капли крови, которые горят в мозгу и не должны пролиться, цинковые белила - чистота, а не смерть, желтая охра... желтая охра - это жизнь во всем изобилии, это обновление, это весна, это апрель в каком-то ином времени, в каком-то ином месте... (Д. дю Марье)

2. Б. Спиноза говорил: "...всякий переходит от одной мысли к другой, смотря по тому, как привычка расположила в его теле образы вещей. Солдат, например, при виде следов коня на песке тотчас же переходит от мысли о коне к мысли о всаднике, а отсюда - к мысли о войне и т.д. Крестьянин же от мысли о коне - к мысли о плуге, поле и т.д., точно так же всякий от одной мысли переходит, к той или другой сообразно с тем, привык ли он соединять и связывать образы вещей таким или иным способом".

3. Марсель Пруст в романе "В поисках утраченного времени" описывает эпизод, когда он, обмакнув кусочек бисквита в чай отправил его в рот. В момент, когда кусочек коснулся нёба, он испытал восхитительное, и необычное чувство: настоящее со всей его скучной угрюмостью исчезло, а вкусовое ощущение потянуло за собой цепочку образов счастливого детства:

"Вдруг в моем уме всплыла давняя картина. Вкус этот был тот же самый, что и у маленького кусочка бисквита, которым по воскресным утрам в Комбре... угощала меня моя тетка Леони, после того как она обмакивала его в свой настоящий на травах чай". Длинное поэтическое описание своих воспоминаний Пруст закончил знаменитой фразой: "Весь Комбрей и его окрестности, все, что имеет форму и объем, город с его садами - все выплеснулось из моей чашки чая".

Задание 9.

Определите, какие виды памяти были задействованы каждым случае. Поясните свой ответ.

2.3.1.1. Два путешественника были застигнуты приливом на скале в море. Они спаслись и после передали свои впечатления. Один запомнил то, как и куда пошёл, где прыгнул, куда наступил. Другой ничего подобного не помнил. Зато мог вспомнить, что переживал: сначала восторг, потом тревогу, надежду, наконец - панику.

2.3.1.2. Раскрывая образ Обломова, один учащийся точно описал обстановку его комнаты, внешний облик героя, воспроизвел распорядок дня. Другой, редко прибегая к конкретным фактам, раскрыл причины, почему Обломов стал таким, высказал суждения об образе жизни Обломова. Оба ученика полно раскрыли образ Обломова как героя романа.

Тема «Мышление и речь»

2.7 Речь как средство общения и обобщения

Содержание:

1. Понятие речи.
2. Речь и язык.
3. Функции, виды речи.
4. Восприятие и понимание речи.
5. Развитие речи младших школьников.

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.]; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Какие из приведенных выражений характеризуют речь, а какие - язык?

Ответы аргументируйте.

1. Средство хранения и передачи познавательного и трудового опыта многих поколений.
2. Система исторически сложившихся словесных знаков как средство общения.
3. Деятельность общения людей для передачи мыслей, выражения чувств, воли.
4. Психическая деятельность, которая проявляется как процесс общения.

Задание 2.

Выберите правильные варианты ответа из предложенных.

1. Речь - это...
 - а) психическое явление;
 - б) процесс общения посредством языка;
 - в) обмен информацией между людьми;
 - г) процесс отражения мыслей и чувств;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.

2. Человеческий язык характеризуется...

- а) наличием сигналов, запускающих те или иные поведенческие программы;
- б) возможностью передавать информацию о прошлых и будущих событиях;
- в) ограниченной лингвистической компетентностью;
- г) отсутствием генетической фиксированности;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неверны.

3. Речь развивается в результате...

- а) интериоризации усвоенного языка;
- б) подражания "родительской модели";
- в) генетического наследия;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

4. Звуковая единица речи - это...

- а) звук;
- б) слог;
- в) слово;
- г) фраза;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неверны.

5. Внутренняя речь...

- а) свернута;
- б) эклектична;
- в) предикативна;
- г) эмоционально насыщена;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неверны.

6. Язык животных характеризуется...

- а) наличием семантики;
- б) механизмом эмоционального заражения;
- в) открытостью знаковой системы;
- г) наличием семиотической функции;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неверны.

Задание 3 (работа в группах).

Прочитайте предложенные вопросы. Обсудите возможные ответы, подберите примеры и доказательства.

1. Что возникло раньше: речь или язык?
2. Как вы думаете, какой вид речи (устная или письменная) появился раньше в процессе развития человечества?

3. Как вы считаете, слушатель (читатель) активен при восприятии или пассивно накапливает информацию?

4. Всегда ли вы точно знаете, что скажете, перед тем как собственно скажете это? Или в процессе высказывания вы корректируете собственную мысль?

Задание 4.

Определите, какими отличительными особенностями обладает каждый вид речи.

Вид речи		Описание	
1	диалогическая	А	Речь, в которой отсутствуют неязыковые коммуникативные средства - жесты, мимика
2	монологическая	Б	Речь, в которой последующие высказывания в большой степени зависят от предыдущих высказываний собеседников
3	письменная	В	Заранее планируемая и программируемая речь
4	внутренняя	Г	Грамматические связи выражены наиболее полно
		Д	Грамматически бессвязная форма речи
		Е	Речь, наиболее поддающаяся волевому контролю
		Ж	Речь, в которой широко используются неязыковые коммуникативные средства - жесты, мимика

Задание 5 (работа в группах).

1. Сформулируйте основные требования к речи учителя начальных классов.

2. Предложите задания, с помощью которых можно развивать речь дошкольников.

3. Предложите задания, с помощью которых можно развивать речь учащихся начальных классов.

4. Предложите задания, с помощью которых можно развивать речь взрослых.

Задание 6.

Потренируйтесь в использовании интонации. Попробуйте проговорить одну и ту же фразу с несколькими разными интонациями. Попробуйте спародировать чью-нибудь интонацию. Вы можете организовать конкурс пародий на занятии.

Задание 7.

Подберите фразу, сложную для восприятия. Трансформируйте ее с целью упрощения.

Задание 8.

Верно или не верно? Объясните ваш ответ.

1. Речь и язык имеют пространственно-временные характеристики.

2. Слово имеет аналитическую функцию.
3. Речь отличается от мышления.

2.8 Индивидуальные особенности мышления и речи

Содержание:

1. Понятие о мышлении
2. Виды и формы мышления
3. Операции и процессы мыслительной деятельности.
4. Развитие мышления и воображения младших школьников.

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001. – 447 с.

Задание 1.

Определите, о каких видах мышления идет речь в следующих фрагментах, укажите на их особенности.

1. Видя идущий из трубы дым, мы можем сказать, что в доме топится печь, хотя этой печи не видим. Видя покореженную машину, мы можем сделать вывод, что она попала в аварию, хотя не были свидетелями этой аварии. Более того, мы можем многое сказать о том, что и как произошло во время аварии, хотя всего этого тоже не видели. Воспринимая одно (дым, покореженную машину), мы через посредство имеющихся у нас знаний делаем выводы о другом (о топке печи, об аварии).

2. Удивление перед тайной является само по себе плодотворным актом познания, источником дальнейшего исследования и, быть может, целью всего нашего познания, а именно – посредством наибольшего знания достигнуть подлинного незнания, вместо того чтобы позволить бытию исчезнуть в абсолютизации замкнутого в себе предмета познания. (К. Ясперс)

3. – Где Италия? – спрашивал ее Лихонин.

- Вот он. Сапог, - говорила Любка и торжествующе тыкала в Апеннинский полуостров.

- Швеция и Норвегия?
- Это собака, которая прыгает с крыши.
- Балтийское море?
- Вдова стоит на коленях.
- Черное море?
- Башмак.
- Испания?
- Толстяк в фуражке. (А. И. Куприн)

4. – Теперь сядьте, положите руки перед собой. Не горбитесь, - сказала девочка и взяла кусочек мела. – Мы займемся арифметикой... У вас в кармане два яблока...

Буратино хитро подмигнул:

- Врете, ни одного...

- Я говорю, - терпеливо повторила девочка, - предположим, что у вас в кармане два яблока. Некто взял у вас одно яблоко. Сколько у вас осталось яблок?

- Два.
- Подумайте хорошенько.

Буратино сморщился, - так здорово подумал.

- Два...
- Почему?

- Я же не отдам Некту яблоко, хоть он дерись!

- У вас нет никаких способностей к математике, - с огорчением сказала девочка. – Займемся диктантом. (А. Толстой)

5. Школьникам была предложена задача: уравновесить свечу на чашке весов так, чтобы это равновесие через некоторое время само собой нарушилось. Предлагался целый ряд предметов, в том числе и коробка спичек. Дети долго и безуспешно пытались найти решение. И только подсказка учителя помогла делу.

6. В ответ на шутку друзей, заявлявших, что открытие Америки было, по сути дела, не такой уж трудной задачей, поскольку от Колумба требовалось только одно – держать курс все время на запад, он предложил им поставить яйцо на попа. Друзья взялись за дело, но, несмотря на все их усилия, яйцо неизменно валилось набок. Тогда Колумб взял яйцо, слегка расплющил с одного конца и поставил. Друзья, естественно, запротестовали, полагая, что яйцо разбивать нельзя, установив, таким образом, пределы решения проблемы, которых фактически не существовало. Но ведь они также считали безрассудством, взяв курс на запад, придерживаться его в течение всего плавания. (Э. де Боно).

Задание 2.

Прокомментируйте приведенные определения мышления и выберите, на ваш взгляд, наиболее правильные.

1. Мышление – процесс, всегда опирающийся на данные чувственного опыта.
2. Мышление – это простая цепь ассоциаций, протекающих в сознании.
3. Мышление – это опосредованное и обобщенное отражение действительности, вид умственной деятельности, заключающийся в познании сущности вещей и явлений, закономерных связей и отношений между ними.
4. Мышление – это процесс переработки информации.
5. Мысль – это биотоки мозга.

Задание 3.

Правильны ли эти умозаключения? Найдите, в чем тут «фокус».

1. В книге Л. Кэрролла «Алиса в Стране чудес» есть такой диалог. Алиса спрашивает Чеширского кота:
 - А откуда вы знаете, что вы не в своем уме?
 - Начнем с того, что пес в своем уме. Согласна?
 - Допустим, – согласилась Алиса.
 - Дальше, – сказал кот. – Пес ворчит, когда сердится, а когда доволен, виляет хвостом. Ну, а я ворчу, когда я доволен, и виляю хвостом, когда сержусь. Следовательно, я не в своем уме.
2. В среду Васе перебежала дорогу чёрная кошка, и он получил двойку. В четверг Васе перебежала дорогу чёрная кошка, и его родителей вызвали в школу. В пятницу Васе перебежала дорогу чёрная кошка, и его исключили из школы. Во всех несчастьях двоечника Васи виновата чёрная кошка.

Приведите другие примеры ложных аналогий.

Задание 4.

Чтобы более точно выразить мысль, логически обобщить сходные объекты, конкретизировать общее понятие, подвести конкретный частный случай под подходящее общее понятие, используют различные по объёму понятия. Приведены ряды сходных понятий. Подберите к каждому ряду более общее понятие.

Ощущение, восприятие, мышление.

Страх, гнев, радость, печаль.

Зрение, слух, обоняние, вкус.

Анализ, обобщение, конкретизация, синтез.

Как называются первые понятия? Как называются более общие понятия?

Задание 5.

Определите форму мышления в следующих примерах:

- А) Сократ – философ.
Все философы умны.
Следовательно, Сократ умен.
- Б) Кленовый лист.
- В) Жизнь коротка – искусство вечно.
- Г) Школа № 25.
- Д) Любимая книга.
- Е) Храбрым судьба помогает.

Задание 6.

Определите, к каким видам умозаключений (индуктивные, дедуктивные, по аналогии) относятся следующие примеры:

1. Юпитер движется. Марс движется. Венера движется.
Юпитер, Марс, Венера – это планеты.
Все планеты движутся.
2. Трудно определить, что такое демократия. Она подобна жирафу. Раз посмотришь – и уж больше ни с чем не перепутаешь.
3. Все звезды излучают энергию.
Солнце – это звезда.
Солнце излучает энергию.
4. Дома вода кипит при температуре 100 °С. На улице вода кипит при температуре 100 °С. В лаборатории вода кипит при температуре 100 °С. Вода везде кипит при температуре 100 °С.
5. Изобретатель Брандт долго ломал голову над тем, как перекинуть мост через пропасть. Неожиданно на его лицо попала паутинка. Он смахнул её и... его осенила идея висячего моста.

Задание 7.

В экспериментах по изучению ассоциаций (испытуемый в ответ на слово-раздражитель произносил первое пришедшее ему в голову слово) были получены следующие связи: белый – чёрный, степь – море, ручка – перо, низкий – высокий, самолёт – птица, яблоко – груша, дождь – ветер, стул – стол, плюс – минус, нос – язык.

Определите, к какому виду относится каждая из описанных ассоциаций. Какую роль в обучении играет каждый вид ассоциаций? Приведите соответствующие примеры.

Тема «Воображение»

2.9 Творческое воображение как отражение личности человека

Содержание:

2. Понятие о мышлении
3. Виды и формы мышления
4. Операции и процессы мыслительной деятельности.
5. Развитие мышления и воображения младших школьников.

Литература

5. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
6. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
7. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
8. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Воображение - познавательный процесс...
 - а) связанный с мышлением;
 - б) мотивированный потребностями личности;
 - в) имеющий эмоциональную окраску;
 - г) оперирующий образами реальной действительности;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
2. Воображение выражается в...
 - а) построении опережающих образов-представлений;
 - б) организации системы понятий;
 - в) воспроизведении представлений ранее воспринятых предметов и явлений;
 - г) классификации представлений;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.
3. Фантазия осуществляется как...
 - а) оперирование понятиями, приводящими к новому выводу;
 - б) преобразование конкретных образов, создание новых образов;

в) возобновление образов, приближающее к точной копии ранее воспринятой ситуации;

г) обобщение образов и представлений;

д) все ответы верны;

е) все ответы неверны.

4. Воображение - это...

а) создание новых чувственных образов;

б) создание новых мыслительных образов;

в) преобразование образов;

г) трансформация имеющихся представлений в новые;

д) все ответы верны;

е) все ответы неверны.

Задание 2.

Какие из перечисленных психологических явлений можно отнести к продуктам пассивного, а какие - к продуктам активного воображения:

мечта;

образы, соответствующие схеме описания ситуации;

образы сновидений;

образы, направленные на тот или иной способ разрешения ситуации;

образы, исходящие от самого субъекта как участника разворачивающихся событий;

образы, направленные на решение творческой или личностной задачи;

образы, не связанные с волей.

Задание 3.

Прокомментируйте следующие утверждения с точки зрения их правильности или ошибочности

1. Образное мышление представляет собой генетически раннюю форму воображения.

2. Возможность выбора комбинации образов лежит в основе воображения, а организованной системы понятий - в основе теоретического мышления.

3. С помощью воображения человек постигает сущность предмета или явления в ситуации неопределенности, при отсутствии необходимой полноты знаний.

4. Продуктами творческого воображения являются крупные достижения в технике или искусстве.

5. Эмоции выступают фактором, который активизирует и направляет фантазию, воображение, ассоциативное мышление.

6. Единственной формой связи между деятельностью воображения и реальностью является эмоциональная связь.

7. Творческая деятельность начинается с готовности, установки, в формировании которой участвуют ценности и личностные смыслы.

8. Решительно все, что окружает нас и что сделано рукой человека, весь мир культуры в отличие от мира природы - все это является продуктом человеческого воображения и творчества.

Тема «Темперамент»

2.10 Типология темпераментов и их характеристика

Содержание:

1. Понятие о темпераменте.
2. Свойства темперамента.
3. Типы темперамента и их характеристика.
4. Взаимосвязь характера и темперамента.

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Выберите из следующего списка слова, относящиеся к темпераменту.

Трудолюбие, настойчивость, сознание, неуравновешенность, музыкальность, сообразительность, сензитивность, реактивность, экстраверсия, вспыльчивость, агрессивность, эмоциональность, педантичность, требовательность, принципиальность, быстрое переключение внимания, острота зрения, леность, высокие умственные способности, медлительность, гениальность, сила эмоциональной реакции, богатство мимики, глубина чувств.

Задание 2.

Психические свойства личности могут быть условно объединены в три группы: свойства темперамента, свойства характера и способности. Классифицируйте понятия из приведенного списка по этим трем группам.

Вспыльчивый, нежный, справедливый, смелый, остроумный, трудолюбивый, честный, вежливый, воспитанный, горячий, черствый, умный, деловой, "крутой", пылкий, отходчивый, послушный, красноречивый, суетливый, послушный, спокойный, глупый, непоседа, решительный, ловкий, "несмеяна", необузданный, ленивый, находчивый, неряшливый, благородный, щедрый, недотепа, "тряпка", плакса, доброжелательный, предприимчивый, осторожный, самоуверенный, чуткий, ранимый, возбудимый, "живой такой, веселый", эгоистичный, энергичный, инициативный, медлительный, растяпа, услужливый, верный.

Задание 3.

Какие из приведенных прилагательных служат для описания двигательной сферы темперамента, а какие - для характеристики эмоциональной сферы.

Быстрый, подвижный, живой, резкий, вспыльчивый, вялый, импульсивный, чувствительный, жизнерадостный, медлительный, энергичный, стремительный, заторможенный, впечатлительный.

Задание 4.

Выберите правильный вариант из предложенных ответов.

1. Динамику психической жизни определяют...
 - а) направленность личности;
 - б) эмоциональность;
 - в) воспитание;
 - г) темперамент;
 - д) способности;
 - е) процессы возбуждения и торможения в коре больших полушарий головного мозга;
 - ж) все ответы верны;
 - з) все ответы неверны.
2. По параметру общей активности человек может быть...
 - а) инертным;
 - б) пассивным;
 - в) стремительным;
 - г) умным;
 - д) добрым;
 - е) вспыльчивым;
 - ж) все ответы верны;
 - з) все ответы неверны.
3. Проявления темперамента в моторной сфере - это...
 - а) темп;
 - б) ритм;
 - в) агрессивность;
 - г) биоритмы;
 - д) аккуратность;
 - е) интенсивность;
 - ж) все ответы верны;
 - з) все ответы неверны.
5. Темперамент относится к:
 - а) психическим свойствам;
 - б) психическим процессам;
 - в) психическим состояниям;
 - г) все ответы верны.

б. После летних каникул учащиеся очень изменились внешне (многие значительно подросли, кто-то похудел, кто-то, наоборот, поправился). Что может произойти с темпераментом этих учеников?

а) внешний образ человека составляет важную часть его самосознания, а поэтому изменения темперамента в этом случае неизбежны.

б) в соответствии с теориями Э. Кречмера и У. Шелдона темпераменты учащихся должны существенным образом измениться.

в) поскольку темперамент зависит от типа высшей нервной деятельности, обусловлен наследственностью и рано появляется в онтогенезе, то ожидать изменений темперамента не следует.

г) все ответы верны;

д) все ответы неверны.

Задание 5.

Поясните, прочитав данный отрывок, в какой связи находятся темперамент, характер личности и эффективность ее деятельности. Чем объяснить, что к темпераменту не приложимы личностные и социальные характеристики типа "хороший - плохой" и т.п.?

Педагог с любым темпераментом может быть, например, требовательным. У холерика и сангвиника эта требовательность обычно выражена более четко, проявляется более энергично. А у преподавателя-флегматика и меланхолика она более постепенная, хотя и не менее глубокая, результативная... Для учебного процесса одинаково ценны все хорошие преподаватели, независимо от их темперамента. На основе каждого из темпераментов могут формироваться хорошие характеры. Однако это не исключает возможности и прямо противоположных случаев.

Задание 6.

Ниже перечислены литературные и сказочные герои. Кто из них, на ваш взгляд, и почему может быть отнесен к экстравертам, а кто – к интровертам? Что общего вы можете обнаружить у всех интровертов и экстравертов?

Анна Каренина, Чиполлино, Родион Раскольников, Буратино, Катерина Измайлова, Алиса, Пьер Безухов, братец Кролик и братец Лис, Колобок, д'Артаньян, Скарлетт О'Хара, Баба-яга, Отелло, Джульетта, Дон Кихот, Чацкий, Плюшкин, Онегин, Фамусов, Печорин, Емеля, Санчо Панса, Макар Нагульнов, Сонечка Мармеладова, кот Матроскин, Золушка, Настасья Филипповна, Снежная Королева, Белоснежка, Красная Шапочка, Павел Корчагин, Мцыри, Данко, Анжелика, Ниловна, Ионыч, Чеширский кот, Манилов, Обломов, Ноздрев, Коробочка, Собакевич, Остап Бендер, Людоедка Эллочка, Киса Воробьянинов, Паниковский, Шура Балаганов, кот Бегемот, кот Базилио и лиса Алиса, Лужин, Наташа Ростова.

Задание 7.

Прокомментируйте приведенные ситуации. Передается ли темперамент по наследству?

1. Энергичных, общительных родителей часто раздражает их вялый, пассивный ребенок.

2. Спокойную уравновешенную маму утомляет чрезмерная подвижность и непоседливость ее малыша.

3. Школьник любит, чтобы в уроках ему помогал папа: мама медленно и занудно начинает объяснять все издалека и по порядку, а папа быстро «схватывает» проблему и исправляет ошибку.

4. Дошкольник не любит гулять с сестрой: она садится на скамеечку и читает, а вот с братом они бегают, лазят на деревья, прыгают, начинают бороться.

Задание 8.

Укажите те особенности поведения, которые обусловлены темпераментом, и те, которые зависят от мотивации.

У детей-холериков старшего дошкольного возраста при выполнении различных трудовых заданий могут проявляться следующие особенности поведения:

а) они невнимательны при объяснении задания даже тогда, когда интересно;

б) часто не выслушивают объяснения до конца и приступают к работе;

в) при неудачах бывают срывы: дети рвут тетради, бросают работу, когда что-нибудь не получается;

г) в новых заданиях с красочным материалом при объяснении внимательно следят за каждым движением воспитателя;

д) в работах соревновательного характера проявляют терпение и настойчивость при неудачах;

е) в однообразной работе проявляют торопливость, неряшливость, неаккуратность;

ж) в процессе выполнения задания часто переключаются на другие виды деятельности – игру, соревнование со сверстником, общение или просто мешают другим детям;

з) часто недоделывают трудную работу до конца, «забывая» о ней. (По В. С. Мерлину)

Задание 9.

Соотнесите описание свойства темперамента с его названием:

А. Сензитивность	1. Скорость реагирования на внешние воздействия, а также особенности протекания различных психических
------------------	---

	процессов (скорость запоминания, мыслительных операций, темп речи, динамика жестов и т.д.)
Б. Реактивность	2. Направленность личности на себя, свои мысли и эмоции.
В. Активность	3. Легкость и быстрота, с которой человек приспосабливается к меняющимся условиям и внешним воздействиям.
Г. Пластичность	4. Степень энергичности, с которой человек сам воздействует на окружающий мир, преодолевает препятствия на пути к поставленной цели.
Д. Ригидность	5. Инертность адаптации к новым условиям, затруднения, связанные со сменой привычек и суждений.
Е. Эмоциональная возбудимость	6. Наименьшая сила внешнего воздействия, необходимая для возникновения у человека той или иной психической реакции.
Ж. Темп реакций	7. Направленность личности на внешний мир
З. Интроверсия	8. Сила воздействия, необходимая для возникновения эмоциональной реакции, а также скорость возникновения этой реакции.
И. Экстраверсия	9. Сила эмоциональной реакции человека на внутренние или внешние раздражители.

Задание 10.

Какие утверждения, на ваш взгляд, являются верными:

1. Темперамент оказывает влияние на скорость возникновения и устойчивость психических процессов (например, скорость переключения внимания и его устойчивость, подвижность мыслительных процессов).

2. От темперамента зависит содержание поведения и деятельности человека.

3. Темперамент влияет на ритм и темп психической активности (например, темп речи, использование жестикуляции и пантомимики).

4. От типа темперамента зависит интенсивность реагирования человека на различные раздражители (например, сила эмоциональных переживаний, активность воли).

5. Темперамент влияет на формирование мотивов, целей, ценностных ориентаций человека.

Задание 11.

И. Кант предложил следующие описания типов темперамента. Вставьте пропущенные названия:

а) ... узнается по горячности, вспыльчивости, честолюбию.

б) ... темперамент свойственен «людям весёлого нрава».

в) ... трудно вывести из равновесия, они постоянны в своих симпатиях и антипатиях, интересах и занятиях.

г) ... темперамент связан с тревожностью, беспокойством, пессимизмом.

д) ... долго раскачиваются, приступая к делу, но выполняют его качественно и ответственно.

е) ... - шутник, хороший собеседник, легко завязывает дружбу.

ж) ... любит церемонии, общественную деятельность, натянут и напыщен и любит иметь при себе льстеца, служащего мишенью для его остроумия.

з) ... вдумчивы, но постоянно сомневаются в правильности и успешности своей деятельности, недоверчивы, озабочены, безрадостны.

Задание 12.

Различия между детьми по темпераменту требуют и различной педагогической тактики. С учётом различий вставьте в пропусках название темпераментов.

Детей с ... темпераментом приходится удерживать от бурных реакций, приучать к сдержанности, самообладанию.

У детей с ... темпераментом приходится поддерживать веру в свои силы, поощрять их активность.

Ученику с ... темпераментом труднее, чем другим, выработать у себя быстроту и энергичность действий.

Ученику с ... темпераментом приходится чаще, чем других, приучать быть более сосредоточенным, не разбрасываться, бороться с неустойчивостью своих влечений.

Задание 13.

Особенности темперамента определяются в основном свойствами высшей нервной деятельности человека, такими как сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов. Сочетание этих свойств соответствуют определённому типу темперамента. Определите, о каком типе высшей нервной деятельности идёт речь в каждом случае. Какому виду темперамента соответствует каждый из описанных типов?

1. Сильный возбудительный процесс, но торможение по силе отстаёт от него.

2. Возбудительный и тормозной процессы одинаково сильные, но смена нервных процессов происходит медленно.

3. Возбудительный и тормозной процессы одинаково сильные, смена нервных процессов происходит быстро.

4. Возбудительный и тормозной процессы слабые.

Тема «Характер»

2.11 Акцентуации характера, их учет в воспитании и обучении

Содержание:

1. Структура характера.
2. Типология характера.
3. Взаимосвязь характера и темперамента.
4. Акцентуации характера.

Литература

7. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
8. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
9. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
10. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001. – 447 с.

Задание 1.

Выберите из приведенного списка слова, которыми можно описать характер.

Медлительность, впечатлительность, общительность, сила эмоциональной реакции, быстрая адаптация, быстрота мышления, впечатлительность, благородство, трудолюбие, скупость, развязность, агрессивность, вспыльчивость, оптимизм, неряшливость, решительность, дружелюбие, воля, требовательность, инициативность, настойчивость, ранимость, плаксивость, энергичность, наблюдательность, жизнерадостность, находчивость, сообразительность, бездарность, наглость, самоуверенность, скопидомство, осторожность, тревожность, изобретательность.

Задание 2.

Прокомментируйте приведенные высказывания. Укажите наиболее верные, с вашей точки зрения, и неправильные.

1. Характер - это такое совокупное психическое свойство человека, которое и наследуется, и формируется в процессе его жизнедеятельности.
2. Черты характера социально типичны и индивидуально своеобразны.
3. В характере проявляются и отношения личности, и способы действия, при помощи которых эти отношения осуществляются.
4. Характер - это сложившийся и укрепившийся в результате жизненных воздействий и воспитания типичный для личности стиль социального поведения.
5. Единство мотивов и воли есть то, что образует характер человека.
6. Характер - это программа типичного поведения в типичных обстоятельствах.
7. Так как поведение относительно образом определяется характером человека, то при изменениях характера оно остается неизменным.
8. В характере его индивидуальное своеобразие, порождаемое неповторимыми ситуациями социализации, вступает в противоречие с социально-типическим.
9. С характером рождаются, а личностью становятся.
10. Характер - совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении.
11. В "типах характеров" проявляется типичность, закономерность сочетаний определенных черт характера с определенными чертами личности, так что можно говорить о "личностно-характерологических типах".
12. С развитием личности человек начинает действовать всё более нормативно: личность в своем развитии "снимает" характер.

Задание 3.

Ниже перечислены различные черты характера. Определите, какие из них выражают: а) отношение человека к другим людям; б) отношение к труду; в) отношение к своей личности?

Чувство собственного достоинства, гуманность, добросовестность, эгоизм, бережливость, чувство превосходства, лень, замкнутость, честность, скромность, инициативность, чувство нового, аккуратность, высокомерие, общительность, чувство чести.

Тема «Эмоции и чувства»

2.12 Развитие эмоционально-личностной сферы человека

Содержание:

1. Различия эмоций и чувств
2. Функции и свойства эмоций
3. Виды эмоциональных переживаний
4. Развитие эмоциональной сферы личности на различных возрастных этапах

Литература:

1. Балин, В. Д., Гранская, Ю. В. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / ред. А. А. Крылов, С. А. Маничев. – СПб.: Питер, 2000. – 560 с.
2. Гарбер, Е. И. О природе психики. Семнадцать уроков по психологии / Е. И. Гарбер. – М. : Издательский дом «Школа - Пресс», 2001. – 112 с.
3. Дыгун, М. А. Практикум по общей психологии для студентов педагогических специальностей вузов / М. А. Дыгун, Е. П. Дыгун, О. С. Муравьева [и др.]; под общей редакцией М. А. Дыгуна. – Минск : Жасскон, 2007. – 240 с.
4. Практикум по общей психологии: Учеб пособие для студентов пед. ин-тов / Под ред. А. И. Щербакова. – М. : Просвещение, 1990. – 288 с.
5. Регуш, Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности / Л. А. Регуш. – СПб.: Питер, 2008. – 208 с.
6. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учеб. пособие. – М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.

Здание 1.

Прокомментируйте следующие положения. С какими из них можно (нельзя)

согласиться и почему?

1. Переживание — непосредственное отражение человеком своих собственных состояний.
2. Эмоция отражает отношение человека к объекту, поэтому несет только субъективную информацию о состоянии самого организма.
3. Процесс отражения объекта есть познавательный компонент эмоции, а отражение состояния человека в данный момент — ее субъективный компонент.
4. Субъективный компонент эмоций позволяет реализовать вероятностно-прогностические функции регуляции поведения.
5. Эмоции — двухуровневый процесс, включающий субъективное переживание (чувственный тон образов восприятия) и внешнее выражение.
6. Наиболее существенной чертой эмоций является их субъективность.
7. Человек не способен осознавать и осмысливать свои эмоции, но только переживать их.
8. Эмоции обладают свойством изменять восприятие человеком причинных связей, что обычно называют «логикой чувств».
9. Структура эмоциональных процессов аналогична структуре познавательных процессов.
10. Чувства как эмоциональные отношения человека к окружающему миру в конечном итоге детерминируются этим миром.

Задание 2.

Из данных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим:

Радость, отражение, чувство, психика, ликование.

Задание 3.

Чувства человека — это... а) эмоциональный фон ощущений;

б) органическое самочувствие индивида; в) переживания, связанные с удовлетворением органических потребностей; г) неопределенные эмоциональные состояния; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

Задание 4.

На какие группы можно разделить перечисленные понятия?

Аргументируйте основания своей классификации.

Любопытство; стенические чувства; удивление; радостное открытие истины;

привязанность; страх; любовь; интерес; воодушевление; враждебность; нега; ярость; сомнение; любознательность; обожание; догадка; очарование; уверенность; восхищение шедевром искусства; удовольствие; предчувствие; симпатия; неудовольствие; чувство таинственного; волнение; предвкушение; жалость; тревожность; увлеченность работой; сладострастие; депрессия; эмпатия; стыд; злость; ненависть; страдание; фрустрация.

Задание 5. Распознавание эмоций по выражению лица.

Цель: развитие умений распознавания эмоций.

Оборудование и стимульный материал. Задание выполняется в аудитории, оснащенной компьютерами. Стимульным материалом являются фотографии. На каждой фотографии представлено лицо человека, переживающего эмоцию.

Процедура. Фотографии предъявляются испытуемому на мониторе в случайном порядке. Каждая фотография предъявляется в течение 10 с. Респонденту предлагается опознать эмоцию, изображенную на фотографии, выбрав один вариант из перечня: «гнев», «презрение», «страх», «отвращение», «радость», «печаль», «удивление».

Опыт состоит из трех серий. Сначала проводится тренировочная серия. Затем основная серия с тем же набором фотографий. Далее проводится вторая основная серия с другим набором фотографий.

Обработка данных. Подсчитывается количество совпадений ответов респондента с ключом. Определяется среднее количество правильных ответов в группе.

Задание 6. Описание чувств.

Цель: развитие вербальных возможностей описания чувств.

Процедура. Студентам предлагается назвать как можно больше чувств, их ответы фиксируются на доске. Затем в малых группах студенты из составленного списка выбирают 5 чувств и дают каждому из них свое определение. Затем полученные определения озвучиваются остальным членам группы, которые должны догадаться, какое чувство описано.

Затем студентам предлагается придумать варианты классификации чувств из составленного списка. Основания для классификации студенты выбирают сами.

Задание 7. Определение эмоциональности.

Цель: диагностика интегрального показателя эмоциональности.

Методика «Определение эмоциональности» (В. В. Суворова)

Инструкция: Пожалуйста, ответьте на вопросы. Варианты ответов – «да» и «нет».

Вопросы

1. Можете ли вы сильно покраснеть от смущения или стыда так, что сами ощущаете, что щеки пылают и слезы навертываются на глаза?
2. Приходилось ли вам бледнеть от страха или огорчения?
3. Часто ли вы смущаетесь, свойственна ли вам застенчивость?
4. Легко ли вы плачете от обиды, несчастья, сопереживания или даже от радости? Могут ли у вас появиться слезы от эстетического удовольствия, когда слушаете музыку, читаете стихи?
5. Прошибал ли вас пот в неприятной или трудной обстановке?
6. Наблюдается ли у вас сухость во рту при сильном волнении? Садится ли у вас при этом голос?
7. В моменты сильного волнения или смущения не ощущаете ли вы скованности конечностей, когда ноги становятся негнушимися, «ходульными» или «ватными» и подкашиваются?
8. Не замечали ли вы дрожание пальцев рук при сильном волнении или смущении, не бывает ли у вас внутренней дрожи и ознобоподобного состояния («мороз по коже»)?
9. Вы действительно перед каждым выступлением так волнуетесь, что вам кажется, что вы все забыли?
10. Можете ли вы во время ответа на экзамене, публичного выступления потерять мысль, растеряться и замолчать?
11. Часто ли вы раздражаетесь и возмущаетесь? Можете ли, рассердившись на ребенка, сгоряча наказать его?
12. Свойственно ли вам ссориться с близкими, если вы видите несправедливость их поступков? Часто ли при этом дело кончается вашими слезами, унынием и раскаянием?
13. Вы действительно не можете отключиться от неприятностей и огорчений, не думать о них, и плохое настроение всецело владеет вами длительное время?
14. В моменты волнения или смущения вы становитесь излишне суетливы?
15. При волнении у вас возникают боли в области солнечного сплетения?

Обработка и интерпретация результатов. За каждый утвердительный ответ «да» начисляется 1 балл. Чем большее число баллов набирает респондент, тем выше его эмоциональность.

от 0 до 5 баллов – эмоциональность низкая;

от 6 до 10 баллов – средняя;

от 11 баллов и выше – высокая.

Задание 8. Неотреагированные переживания.

Цель: диагностика склонности человека к воспроизводству неотреагированных переживаний (немотивированной тревожности).

Методика «Склонность к воспроизводству неотрагированных переживаний»

Теоретическое обоснование.

Случается, так, что в жизни мы сталкиваемся с немотивированной тревожностью, которая проявляется в непроизвольном переживании по поводу лично значимых маловероятных событий. Для такого человека характерны беспричинные или плохо объяснимые ожидания неприятностей, предчувствие беды, возможных утрат. Его психика постоянно находится в состоянии напряжения и повышенного контроля над происходящим: человек обеспокоен своей судьбой, переживает за близких, жизнь проходит под девизом: «как бы чего не случилось». Обычно он сам признает, что повода для волнений нет или он незначителен, тем не менее, чувство тревоги не покидает его и дестабилизирует физическое и психическое состояние, накладывает отпечаток на разные стороны жизнедеятельности. С помощью данного теста можно выявить склонность человека к воспроизводству неотрагированных переживаний (немотивированной тревожности).

Инструкция: Прочитайте вопросы теста и ответьте «да» или «нет» на нижеследующие ситуации, принимая во внимание то, как вы ведете себя обычно, чаще всего.

Вопросы теста

1. Находите отражение своей нелегкой судьбы в содержании фильмов, пьес, книг, песен и потому переживаете.
2. Осторожны в выборе друзей, подруг, потому что вам не везло в дружбе.
3. Жизненный опыт научил вас в первую очередь замечать мрачные стороны бытия.
4. Трудно переносите вид крови (он вызывает у вас неприятные ощущения или воспоминания).
5. Имеете привычку пересказывать друзьям, близким горестные события своей жизни.
6. Некоторые неприятные эпизоды вашей биографии в какой-то степени омрачают вашу нынешнюю жизнь.
7. Среди ваших знакомых или близких есть люди, которые часто раздражают вас.
8. Воспоминания о детстве у вас в основном нерадостные.
9. Намечая новые цели и планы, проявляете большую осторожность, потому что помните свои ошибки и неудачи в прошлом.
10. Жизнь оставила заметный неприятный осадок в душе.
11. Мелочи жизни постоянно расстраивают вас.
12. Казалось бы, случайные вещи нередко вызывают неприятные воспоминания.

Обработка результатов. Посчитайте количество утвердительных ответов («да»). Если вы набрали

10–12 баллов – вам свойственна ярко выраженная воспроизводимость неотреагированных переживаний;

5–9 баллов – вы подвержены запечатлению неотреагированных переживаний;

4 балла и меньше – данная форма дезорганизации вам не свойственна.

Задание 9. Самочувствие – активность – настроение

Цель: комплексная оценка преобладающего настроения человека.

Метод исследования: методика «Самочувствие – активность – настроение».

Оборудование: бланк методики, ручка.

Инструкция. В методике испытуемому предлагается 30 пар оценочных суждений, противоположных по смыслу. С помощью этих суждений испытуемый должен оценить своё доминирующее самочувствие, активность и настроение.

На шкалах (от 1 до 7) испытуемый отмечает своё типичное, повторяющееся изо дня в день состояние, зачёркивая на каждой шкале ту из цифр, которая ему более всего соответствует. Большие цифры указывают на преобладание хорошего настроения, а малые – на доминирование плохого настроения.

Бланк методики

Самочувствие плохое	1	2	3	4	5	6	7	Самочувствие хорошее
Чувствую себя слабым	1	2	3	4	5	6	7	Чувствую себя сильным
Пассивный	1	2	3	4	5	6	7	Активный
Малоподвижный	1	2	3	4	5	6	7	Подвижный
Грустный	1	2	3	4	5	6	7	Веселый
Плохое настроение	1	2	3	4	5	6	7	Хорошее настроение
Разбитый	1	2	3	4	5	6	7	Работоспособный
Обессиленный	1	2	3	4	5	6	7	Полный сил и энергии
Медлительный	1	2	3	4	5	6	7	Быстрый
Бездеятельный	1	2	3	4	5	6	7	Деятельный
Несчастный	1	2	3	4	5	6	7	Счастливый
Мрачный	1	2	3	4	5	6	7	Жизнерадостный
Расслабленный	1	2	3	4	5	6	7	Собранный
Больной	1	2	3	4	5	6	7	Здоровый
Безучастный	1	2	3	4	5	6	7	Увлеченный
Равнодушный	1	2	3	4	5	6	7	Заинтересованный
Унылый	1	2	3	4	5	6	7	Восторженный
Печальный	1	2	3	4	5	6	7	Радостный
Усталый	1	2	3	4	5	6	7	Отдохнувший

Изнуренный	1	2	3	4	5	6	7	Посвежевший
Сонливый	1	2	3	4	5	6	7	Бодрствующий, энергичный
Желающий отдохнуть	1	2	3	4	5	6	7	Желающий активно работать
Встревоженный	1	2	3	4	5	6	7	Спокойный
Пессимистичный	1	2	3	4	5	6	7	Оптимистичный
Утомляемый	1	2	3	4	5	6	7	Выносливый
Вялый	1	2	3	4	5	6	7	Бодрый
С трудом соображающий	1	2	3	4	5	6	7	Соображающий легко
Рассеянный	1	2	3	4	5	6	7	Внимательный
Разочарованный	1	2	3	4	5	6	7	Полный надежд
Недовольный	1	2	3	4	5	6	7	Довольный

Оценка результатов и выводы. Сумма баллов, набранная испытуемым по всем 30 шкалам, делится на 30, и в результате получается средний показатель, отражающий настроение, преобладающее у данного испытуемого.

Человек, имеющий среднюю оценку в интервале от 5 до 7 баллов, считается таким, у которого чаще всего доминирует хорошее настроение.

Тот, у кого оказалась оценка от 1 до 3 баллов, считается человеком, у которого преобладает плохое настроение.

Оценка, близкая к 4 баллам (от 3,5 до 4,5), указывает на доминирование изменчивого настроения или такого, которое сам человек не в состоянии оценить как хорошее или плохое.

Задание 10. Исследование тревожности

Цель: комплексная оценка преобладающего настроения человека.

Метод исследования: опросник Спилбергера.

Теоретическое обоснование.

Под тревожностью понимается особое эмоциональное состояние, часто возникающее у человека и выражающееся в повышенной эмоциональной напряжённости, сопровождающейся страхами, беспокойством, опасениями, препятствующими нормальной деятельности или общению с людьми. Тревожность – важное персональное качество человека, довольно устойчивое. Доказано существование двух качественно различных разновидностей тревожности: личностной и ситуационной.

Под личностной тревожностью понимается индивидуальная черта личности человека, отражающая его предрасположенность к эмоционально отрицательным реакциям на различные жизненные ситуации, несущие в себе угрозу для его «Я» (самооценки, уровня притязаний, отношения к себе и т. п.). Личностная тревожность – это стабильная склонность человека реагировать на подобные социальные ситуации повышением тревоги и беспокойства.

Ситуационная тревожность определяется как временное, устойчивое только в определенных жизненных ситуациях, состояние тревожности, порождаемое такими ситуациями и, как правило, не возникающее в иных ситуациях. Это состояние возникает как привычная эмоциональная и поведенческая реакция на подобного рода ситуации. Ими, например, могут

быть переговоры с официальными лицами, разговоры по телефону, экзаменационные испытания, общение с незнакомыми людьми противоположного пола или иного, чем данный человек, возраста.

У каждого конкретного человека личностная и ситуационная тревожности развиты в различной степени, так что каждого, имея в виду его тревожность, можно охарактеризовать по двум показателям: личностной и ситуационной тревожности.

Представленная методика, разработанная Спилбергером, предназначена для одновременной оценки двух названных видов тревожности. Она включает в себя две шкалы, каждая из которых отдельно оценивает личностную или ситуационную тревожность.

Оборудование: бланк методики, ручка.

Инструкция. «Прочитайте внимательно каждое из приведённых ниже суждений и зачеркните в соответствующей графе справа ту или иную цифру в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над ответами на предложенные суждения не нужно долго думать, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

Бланк методики

№	Суждения шкалы	Выбираемые ответы			
		Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно не верно
1.	Я спокоен	1	2	3	4
2.	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3.	Я нахожусь в состоянии напряжения	1	2	3	4
4.	Я внутренне скован	1	2	3	4
5.	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6.	Я расстроен	1	2	3	4
7.	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8.	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9.	Я встревожен	1	2	3	4
10.	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11.	Я уверен в себе	1	2	3	4
12.	Я нервничаю	1	2	3	4
13.	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14.	Я взвинчен	1	2	3	4
15.	Я не чувствую скованности и напряжения	1	2	3	4
16.	Я доволен	1	2	3	4
17.	Я озабочен	1	2	3	4
18.	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19.	Мне радостно	1	2	3	4
20.	Мне приятно	1	2	3	4

21.	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22.	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
23.	Я легко могу расстроиться	1	2	3	4
24.	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25.	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26.	Я чувствую прилив сил, желание работать	1	2	3	4
27.	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28.	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29.	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30.	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31.	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32.	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33.	Я чувствую себя незащищенным	1	2	3	4
34.	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35.	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36.	Я бываю доволен	1	2	3	4
37.	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38.	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39.	Я – уравновешенный человек	1	2	3	4
40.	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Ключ

Номер суждения	Ситуационная тревожность (ответы)	Номер суждения	Личностная тревожность (ответы)
1.	4321	21.	4321
2.	4321	22.	1234
3.	1234	23.	1234
4.	1234	24.	1234
5.	4321	25.	1234
6.	1234	26.	4321
7.	1234	27.	4321
8.	4321	28.	1234
9.	1234	29.	1234
10.	4321	30.	4321
11.	4321	31.	1234
12.	1234	32.	1234
13.	1234	33.	1234
14.	1234	34.	1234
15.	4321	35.	1234
16.	4321	36.	4321
17.	1234	37.	1234
18.	1234	38.	1234

19.	4321	39.	4321
20.	4321	40.	1234

Интерпретация результатов. При помощи ключа к данной методике определяется количество баллов, полученных испытуемым за избранные им ответы на суждения приведённых выше шкал. Общее количество баллов, набранных по всем вопросам шкалы, делится на 20, и итоговый показатель рассматривается как индекс уровня развития соответствующего вида тревожности у данного испытуемого.

Выводы об уровне тревожности

3,5–4,0 балла – очень высокая тревожность.

3,0–3,4 балла – высокая тревожность.

2,0–2,9 балла – средняя тревожность.

1,5–1,9 балла – низкая тревожность.

0,0–1,4 балла – очень низкая тревожность.

Развивающий блок

Упражнение 1 «Спящие львы»

Цель упражнения – тренировка умения контролировать выражение своих эмоций, сохранять невозмутимость даже в тех ситуациях, когда другие люди намеренно стремятся вывести из этого состояния.

Ход упражнения. Сидящие участники изображают спящих львов: «Как известно, львы спят с невозмутимым видом, но с открытыми глазами – вдруг обнаружится какая-то опасность?». Водящий свободно перемещается между ними. Его задача – вывести спящих с открытыми глазами львов из состояния невозмутимости, вызвать у них какую-либо эмоциональную реакцию. Для этого можно делать всё что угодно, но не касаться физически других участников и не употреблять в их адрес оскорбительных выражений.

Как только водящему удалось вызвать эмоциональную реакцию (например, смех) у какого-то из участников, играющих роли львов, тот встаёт со своего места и присоединяется к водящему; теперь они «тормошат» остальных игроков уже вдвоём.

Когда не выдержит третий участник, он, в свою очередь присоединяется к водящим и т. д. Побеждает тот, кто дольше всех сможет, сохранив невозмутимость, удержаться в положении «спящего льва».

Упражнение 2 «Внутреннее кино»

Цель упражнения – упражнение направлено на ознакомление участников одной из техник психологической работы с проблемами – деперсонализацией. Её суть состоит в том, что человек представляет себе беспокоящую его проблему как нечто не касающееся его лично, по отношению к чему он лишь сторонний наблюдатель. Самый простой способ добиться такого эффекта – представить себя зрителем кино, в котором показывается эта проблема, увидеть её «на внутреннем экране». Это помогает снизить

интенсивность связанных с ней эмоций и подойти к её рациональному анализу, а также более полно осознать собственное поведение в подобной ситуации.

Ход упражнения. Участников просят вспомнить какую-либо жизненную проблему, беспокоящую их на данный момент, решение которой они ищут. И кратко, 1–2 предложениями, записать суть данной проблемы (2–3 минуты). Потом их просят представить, что им надо написать киносценарий, который бы позволил экранизировать их проблему. Сценарий должен включать описание 4–5 коротких сценкадров, отражающих сущность проблемы и возможные способы её решения. При подготовке описания каждой из сцен нужно дать ответ на следующие вопросы. Где происходит действие, какие герои в нём участвуют? Каковы цели этих героев, какими способами они к ним стремятся? Что конкретно они делают, какие реплики говорят?

На подготовку сценария отводится 8–12 минут. Не обязательно создать его подробное описание, однако ключевые моменты каждой из сцен желательно зафиксировать в письменной форме. Когда сценарии готовы, участников просят закрыть глаза, расслабиться и представить себе, что они сидят в кинотеатре и видят на экране кадры, отснятые по их сценариям (2–3 минуты). Желательно сопровождать этот этап спокойной, расслабляющей музыкой. По его завершении участников просят минуту-две поразмышлять, какое впечатление произвели бы на них эти кадры, будь они действительно кинозрителями, и какие выводы они бы сделали для себя, увидев такой кинофрагмент.

Упражнение 3 «Семь свечей»

Цель упражнения – упражнение направлено на релаксацию, умение контролировать своё эмоциональное состояние.

Ход упражнения. «Сядьте удобно, закройте глаза, расслабьтесь. Вам спокойно, удобно и комфортно. Вы дышите глубоко и ровно. Представьте себе, что на расстоянии примерно метра от вас стоят 7 горящих свечей. Сделайте медленный максимально глубокий вдох. А теперь вообразите, что вам нужно задуть одну из этих свечей. Как можно сильнее подуйте в её направлении, полностью выдохнув воздух. Пламя начинает дрожать, свеча гаснет. Вы вновь делаете медленный глубокий вдох, а потом задуете следующую свечу. И так все 7 из них». Упражнение лучше всего выполнять под спокойную негромкую музыку, в затемнённом помещении.

Упражнение 4 «Думай о дыхании»

Цель упражнения – быстрое снятие напряжения и стресса.

Ход упражнения. «Сконцентрируйте своё внимание на том, как вы дышите, заметьте, когда вы вдыхаете, а когда выдыхаете. А теперь начинайте дышать медленно и как можно глубже. Представьте себе, как свежий воздух входит в ваши лёгкие, всё ниже и ниже, до самого живота. Почувствуйте, как это происходит. А теперь он медленно и плавно выходит. Сделайте семь таких

медленных и глубоких вдохов и выдохов». После этого участники рассказывают, как изменились их ощущения, когда они стали дышать медленно и глубоко, концентрируя внимание на этом процессе.

Когда почувствуете, что вам нужно расслабиться и успокоиться, сконцентрируйте внимание на своём дыхании, сделайте десять медленных и глубоких вдохов и выдохов, стараясь почувствовать, как воздух входит в ваши лёгкие и выходит из них.

Упражнение 5 «Напрягись, чтобы расслабиться»

Цель упражнения – упражнение направлено на релаксацию, снятие мышечных зажимов.

Ход упражнения. «Порой мы пребываем в излишнем, ненужном напряжении, от которого не знаем как избавиться. Наши мышцы тоже при этом сокращаются, они напряжены, возникают так называемые зажимы. То же самое бывает и после интенсивной физической работы. Один из простых и эффективных способов добиться расслабления мышцы – на несколько секунд произвольно напрячь её, а потом сбросить это напряжение. Например, есть такие упражнения: согнуть пальцы в кулак и удерживать максимальное напряжение; согнуть руки перед собой, сжать кулаки и максимально напрячь бицепсы; согнуть руки перед грудью, развести локти в стороны, отвести их максимально назад, зафиксировать это положение, напрягая мышцы плечевого пояса и спины; стоя, ноги врозь, напрячь мышцы ног и спины.

Произвольные мышечные напряжения можно выполнять из любых исходных положений, соблюдая общее правило: удержание максимального напряжения в течение 15–20 секунд с последующим расслаблением.

Литература:

7. Балин, В. Д., Гранская, Ю. В. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / ред. А. А. Крылов, С. А. Маничев. – СПб.: Питер, 2000. – 560 с.

8. Гарбер, Е. И. О природе психики. Семнадцать уроков по психологии / Е. И. Гарбер. – М. : Издательский дом «Школа - Пресс», 2001. – 112 с.

9. Дыгун, М. А. Практикум по общей психологии для студентов педагогических специальностей вузов / М. А. Дыгун, Е. П. Дыгун, О. С. Муравьева [и др.]; под общей редакцией М. А. Дыгуна. – Минск : Жаскон, 2007. – 240 с.

10. Практикум по диагностике познавательной сферы личности / под ред. А. И. Гаурилюс, О. Ф. Казанович. – Минск : БГПУ, 2006. – 132 с.

11. Практикум по общей психологии: Учеб пособие для студентов пед. ин-тов / Под ред. А. И. Щербакова. – М. : Просвещение, 1990. – 288 с.

12. Регуш, Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности / Л. А. Регуш. – СПб.: Питер, 2008. – 208 с.
13. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учеб. пособие. – М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.
14. Сонин, В. А. Психологический практикум: задачи, этюды, решения. – 3-е изд., перераб. и доп. / В. А. Сонин. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2001. – 216 с.

Тема «Воля»

2.13 Возрастные особенности произвольной активности

Содержание:

1. Понятие воли.
2. Функции воли.
3. Структура волевого действия.
4. Волевые качества личности.
5. Развитие волевых качеств личности в младшем школьном возрасте.

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.] ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Вопросы для самоконтроля:

1. Приведите примеры произвольных действий затем произвольных действий.
2. Назовите отличия произвольной регуляции от волевой.
3. Какие волевые качества вы знаете?

Задание 1.

Проанализируйте приведенные высказывания. Какие из них, на ваш взгляд, верны, а какие - нет?

1. Единственный критерий проявления воли в поведении - волевые качества личности.
2. Главным признаком волевого поведения является недостаток побуждения и восполнение его.
3. Волевым называют действие, принятое на основе внушающего воздействия.
4. Аристотель впервые рассмотрел действия человека, принимаемые к исполнению как обязательные.
5. Волевое действие предполагает переход от самостимуляции к принятию решения и его осуществлению.

Задание 2.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Критерием проявления воли является...

- а) волевое действие;
- б) выбор мотивов и целей;
- в) волевые качества личности;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

2. Волевое поведение выполняет функцию...

- а) преодоления препятствий на пути к цели;
- б) гармонизации мотивов;
- в) устранения внутренних конфликтов;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы неверны.

3. Воля - это...

- а) желание;
- б) аффект;
- в) мотивация;
- г) рефлексия;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неверны.

Задание 3.

Определите, где в предложенных ситуациях мы имеем дело с побудительной, а где - с тормозной функцией воли.

1. Пятиклассник Вова упорно трудится над задачей по математике, потому что хочет побыстрее пойти к соседу Мише посмотреть фильм с Клодом Ван Даммом, а мама сказала, что пойти можно только после того, как будут сделаны все уроки на завтра.

2. Абитуриент-ветеран Александр Неудачников уже в шестой раз недобирает баллы для поступления на факультет психологии, поэтому будет еще упорнее готовиться для поступления в седьмой раз.

3. Студент-медик Игорь целую ночь перед экзаменом учит анатомию. Латинские названия мышц, костей и нервов путаются и забываются, но Игорь воодушевляет себя мыслью, что он должен сдать этот последний экзамен, чтобы не потерять стипендию.

4. Официант ресторана "Модерн-на-Упе" Жорж Березкин был оскорблен словесно подвыпившим Пьером Афонькиным, облит им водкой "Жириновский", получил в лицо порцию салата а la Цезарь, а о его смокинг Пьер вытер руки. Тем не менее официант Березкин стойко перенес содеянное в расчете на щедрые чаевые.

5. Бальзаковская женщина Фаина Константиновна, вес которой составляет 150 кг, третий день сидит на диете, чтобы к субботе вписаться в

платье, надеть которое она собирается на свидание с Иннокентием Аркадьевичем.

6. Тринадцатилетний Боб у светофора на Варшавке моет стекла в проезжающих иномарках. Заработанные собственным трудом деньги он бережет от случайных соблазнов, чтобы к весне купить себе кожаную "косуху", как у его кумира Вилли.

Задание 4.

Оцените приведенный список слов с точки зрения того, какие из них, будучи применяемыми к себе, в большей мере характеризуют людей с сильной и слабой волей.

Надо, хочу, сомневаюсь, рассчитываю, могу, необходимо, выполню, надеюсь, умею, должен, обязан, рискну, подумаю, страшусь, решу, буду, стану, желаю, требую, настаиваю, раздумываю, посоветуюсь, опасаясь, колеблюсь, предполагаю, боюсь, мучаюсь, избегаю, непременно, попробую, справлюсь, обязательно, отложу, стремлюсь, добиваюсь, сдерживаюсь.

Задание 5.

Проанализируйте отрывки. О каких волевых качествах в них идет речь?

1. А. де Сент-Экзюпери писал о своем товарище Гийоме: "Его величие - в чувстве ответственности. Он в ответе за самого себя, за почту, за товарищей, которые надеются на его возвращение. Он в ответе за судьбы человечества - ведь они зависят и от его труда... Быть человеком - это и значит чувствовать, что ты за все в ответе".

2. ...Каждый имел или искал (и находил) точку опоры не только в самом себе, но и еще в каком-то деле или интересе. Главным делом для большинства была борьба с фашистами, защита Ленинграда - это держало прежде всего. (А. М. Адамович, Д. А. Гранин)

3. Мир станет поистине подлинным только после того, как я его переделаю. (Ален Боске)

4. Ничто не делает жизнь так легко переносимой, как деятельность, направленная к одной цели. (Шиллер)

Задание 6.

Определите, каким волевым качествам соответствуют указанные ниже характеристики:

1. Способность преодолевать систематически возникающие трудности.
2. Способность подчинять свои действия установленным правилам и нормам поведения.
3. Способность сознательно идти на преодоление трудностей, связанных с опасностью.
4. Способность управлять своими действиями при сильных эмоциональных переживаниях.
5. Способность быстро принимать правильные решения.

6. Способность объективно оценить спортивную ситуацию, беря на себя ответственность за предпринимаемые действия.

7. Способность сознательно ставить общие и частные цели деятельности.

Волевые качества личности: *смелость, настойчивость, решительность, инициативность, самообладание, целеустремленность, дисциплинированность.*

Задание 7.

Проанализируйте приведенные ниже высказывания. Какие из них, на ваш взгляд, верны, а какие нет?

1. Чтобы оправдаться в собственных глазах, мы нередко убеждаем себя, что не в силах достичь цели; на самом же деле мы не бессильны, а безвольны (Ларошфуко).

2. Свободен лишь тот, кто владеет собой (Ф. Шиллер).

3. Повелевать самому себе, властвовать над собой учись с малого. Заставляй себя делать то, чего не хочется, но надо. Долженствование – главный источник воли (В. А. Сухомлинский).

4. Счастье не в том, чтобы делать всегда, что хочешь, а в том, чтобы всегда хотеть, что делаешь (Л. Н. Толстой).

5. Человек лишь там чего-то добивается, где он сам верит в свои силы (Л. Фейербах).

6. Большинство недостатков волевого поведения детей, капризы, упрямство, наблюдаемые в раннем детстве, основой своей имеют именно ошибки в воспитании воли ребенка, вызываемые тем, что родители во всем угождают ему, удовлетворяют каждое его желание, не предъявляют ему требований, которые должны безоговорочно выполняться, не приучают сдерживать себя, подчиняться определенным правилам поведения (Н. И. Шевандрин).

Задание 8.

Выберите линию поведения учителя, которая поможет мобилизовать волю ученика к дальнейшей работе. Какой эффект воспитательного воздействия достигается в каждом из этих случаев?

1. Учитель обращается к ученице: «Ты понимаешь, что ты говоришь?» Та молчит, потом говорит: «Понимаю», смотря себе под ноги. Учитель: «Ничего ты не понимаешь. Садись». (Смех в классе.)

2. Ученик, получавший все время тройки, прекрасно подготовил очередной урок и получил «10» ... «С нашим Петровым что-то стряслось, – с шуточной тревогой в голосе обратился учитель к классу. – Я вынужден ему поставить десятку».

3. Учитель: «Разве ты не можешь, Витя, на каждом уроке отвечать так же хорошо, как сегодня? Разве ты не можешь быть у нас отличником? Как же тебе не совестно?»

4. Учитель: «Сегодня твой ответ меня не удовлетворяет. Ты, видно, недостаточно поработал, постарайся дело исправить, ты это можешь».

5. Учитель: «Твои ответы еще не удовлетворяют, но я чувствую, что ты подтягиваешься. Еще больше усилий, и мы тебя сравняем с классом».

Тема «Способности»

2.14 Индивидуальные различия в способностях и их развитие в деятельности

Содержание:

1. Определение способностей, их видовая характеристика.
2. Качественная характеристика способностей.
3. Количественная характеристика способностей.
4. Задатки как природные предпосылки развития способностей.
5. Уровни развития способностей.
6. Развитие способностей и формирование личности в младшем школьном возрасте.

Литература

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
2. Общая психология. Практикум / Е. А. Колесниченко [и др.]; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2013. – 320 с.
3. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2001.– 447 с.

Задание 1.

Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Способности определяются как...
 - а) индивидуально-психологические особенности человека;
 - б) индивидуальные особенности, имеющие отношение к успешности выполнения одного или многих видов деятельности;
 - в) особенности, несводимые к знаниям, умениям, навыкам;
 - г) функциональные органы человека;
 - д) все ответы верны;
 - е) все ответы неверны.

2. Задатки как анатомо-физиологические предпосылки развития способностей...

- а) формируются прижизненно;
- б) многозначны;
- в) направлены на содержание конкретной деятельности;
- г) приобретаемы в процессе жизнедеятельности;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неверны.

Задание 2.

Определите, что из перечисленного списка можно отнести к способностям, а что - нельзя и почему:

- способность к прямохождению;
- способность представлять свои мысли и чувства в наглядных образах;
- способность к распознаванию запахов;
- способность к волевой регуляции поведения;
- способность к точному восприятию цветовых оттенков;
- способность к говорению;
- способность к игре на органе;
- способность к быстрому счету в уме;
- способность к языкам;
- способность к стихосложению;
- ораторские способности;
- педагогические способности;
- способности к кулинарии;
- способность к построению абстрактных мысленных конструкций;
- способность к комбинированию пространственных образов;
- способность к синтезу образного материала;
- способность к труду;
- способность к рефлексии;
- способность к общению с помощью языка;
- способность к саморазвитию.

Задание 3.

В приведенных примерах выделите условия, способствующие развитию способностей.

1. Отец и мать Коли - художники. Ребенок часто наблюдал их работу, стремился "помочь" им. С раннего детства много рисовал. Он любил помещать сложные композиции на бумажке величиной со спичечную коробку. На седьмом году жизни Коля совершенно самостоятельно постиг законы перспективы. Мальчик буквально не расставался со своими блокнотами, куда зарисовывал все, что поражало его воображение, будило в нем чувство. Он много наблюдал, рано начал читать специальную литературу, изучал жизнь и деятельность великих художников, посещал картинные галереи, выставки.

Двенадцатилетний мальчик увлекся красками, цветом, поисками собственного колорита. К своему творчеству относился с исключительной требовательностью и самокритичностью, работал постоянно и увлеченно. В деревне не ленился вставать ранним утром, чтобы написать восход солнца или пастушка в поле, не упускал случая сделать этюд при луне. Коля прилежно учился в средней художественной школе. (По Е. П. Ересь)

2. Ю. Б. Гиппенрейтер приводит пример раннего, в 3,5 года пробуждения интереса к числам. Едва с ними познакомившись, ребенок проводил много времени за пишущей машинкой, печатая последовательно числа натурального ряда от 1 до 2000. Очень скоро он освоил операции сложения и вычитания, практически не задерживаясь, как другие дети, в пределах десятка. В окружении его привлекало все то, что можно было измерить или выразить числами: возраст и годы рождения родственников, вес, температура, расстояния, количество страниц в книгах, цены, железнодорожные расписания и пр. По всем этим поводам он активно спрашивал, переживал, размышлял. Персонажами его воображаемых игр становились числа, которым он приписывал свой характер и поведение. Он сам "открыл" отрицательные числа, операцию умножения.

3. Ученицу Зину в I классе все считали глупой и бездарной: она не умела связно говорить, не знала, сколько на руках пальцев. Особенно трудно давалась ей арифметика: не умела считать даже до четырех и не имела никакого представления об отвлеченном числе, не умела производить никаких действий над числами. Складывалось впечатление, что у девочки нет памяти и отсутствует сообразительность. Учительница нашла метод, при помощи которого Зина усвоила состав и названия чисел. Учительница заметила, что девочка твердо помнит названия букв. Тогда она решила каждую цифру, начиная с трех, обозначить начальной буквой и составила таблицу из рисунков, цифр и букв - наверху нарисовала морковки, под каждым рисунком - цифру, соответствующую количеству нарисованных морковок, и под ней букву, с которой начиналось название нарисованной цифры. Девочке давалось задание найти соответствующее число. После недельных упражнений она усвоила состав и названия чисел, могла их 197 197 называть и показывать без букв. Ощувив результаты своего труда, Зина начала упорно работать и поверила в себя. Учительница пристально следила за ее успехами и поощряла девочку. Зина научилась настойчивости, умению преодолевать трудности. Она сравнялась с классом и не отличалась по способностям от сверстников. (По Е. П. Ересь)

4. Мальчик попросил отца купить игрушечное паровое судно. Отец оттягивал покупку и предложил сыну самому построить модель парусной лодки, что и было сделано с небольшой помощью отца. Но лодка перевертывалась в воде. Мальчик стал доискиваться причины. Отец объяснил, что для постройки лодки надо знать законы механики и разбираться в чертежах. Сын стал внимательно вглядываться в рисунки и чертежи кораблей. Повысился его интерес к черчению и физике. Он построил ряд моделей, и они

уже не перевертывались. Появился интерес к военной истории и морским сражениям. В старших классах мальчика всерьез заинтересовали законы судостроения, которые он умело применял в моделировании кораблей. (По П. М. Якобсону)

Задание 4.

Прочтите следующую притчу и ответьте на вопрос: каковы должны быть условия, чтобы каждый мог развить свои задатки и превратить их в способности? Чего не хватило в данном случае?

Любопытный джентльмен хотел выяснить - кто был величайшим полководцем всех времен и народов. Ему сказали, что лучший уже умер и вознесся на небо. У райских врат джентльмен обратился к апостолу Петру с просьбой помочь в розысках. Апостол указал на стоявшую поблизости душу.

- Позвольте, этого человека я знал в земной жизни. Он был сапожником.

- Верно. Но если бы он стал полководцем, то, несомненно, превзошел бы всех.

Задание 5.

Какие из признаков хороших способностей (легкость и скорость усвоения знаний, умений и навыков; преодоление неблагоприятных жизненных обстоятельств; наличие глубокого интереса к определенной деятельности; высокая степень творчества в деятельности; раннее проявление способностей к определенному виду деятельности и т.д.) можно наблюдать в следующих примерах?

1. Софья Ковалевская, не зная еще первых четырех правил арифметики, решала задачи различными оригинальными способами. В возрасте десяти лет она освоила курс арифметики, преподававшийся в Пражском университете. Затем быстро овладела курсом алгебры и приступила к высшей математике. Интерес к алгебре был так велик, что она даже ночью вставала и изучала материал. Встретив в курсе физики тригонометрические понятия, Софья Ковалевская самостоятельно разобралась в них, в возрасте четырнадцати лет повторив путь открытия тригонометрии. (По А. Г. Ковалеву, В. Н. Мясищеву)

2. В 1969 г. в Киевском университете самым популярным из нескольких тысяч студентов был двенадцатилетний Саша Дворяк. Он успешно выдержал конкурсные экзамены и учился на I курсе механико-математического факультета. Уже в четыре года он умножал, делил, извлекал корни, все устно; писать еще не умел. В школу он поступил семи лет, сразу во II класс, где занимался только месяц, в III классе учился, как все. За VI класс сразу сдавал экзамены. Среднюю школу закончил за пять лет с серебряной медалью. (Р. Зайцев)

3. Эварист Галуа, учась в классе риторики, решил впервые заняться математикой, он стал знакомиться с "Началами геометрии" Лежандра. 200 200 Он читал страницу за страницей, и перед ним вставало здание геометрии. Читая быстро, он видел не только частные теоремы, но и их взаимосвязь, планировку целого. Он поймал себя на том, что угадывает, знает заранее, что будет сказано дальше. Читая теоремы, он почти всегдa молниеносно видел, как их можно доказать. Скоро он мог пропускать доказательства, многие теоремы он предвидел. У него было такое чувство, как будто он знает геометрию очень давно. На других уроках, в каждый свободный момент этого дня он читал, поглощая теоремы, по-своему доказывая их, по-своему рассуждая. Вечером, лежа в кровати с открытыми глазами, он ясно видел все теоремы, с которыми познакомился за день. На другой день он опять читал "Начала геометрии" и усвоил этот курс геометрии, рассчитанный на два года занятий, за два дня. (Л. Инфельд)

4. Наташа играла сонату Бетховена. Неожиданно раздался голос четырехлетней Тани: "Не так, не так! Неправильно играешь!" Таня взобралась на стул, и ее маленькие пальцы побежали по клавишам. Наташа посмотрела в ноты - Таня играла правильно. За два урока она выучила всю нотную грамоту, выучила на память пьесы из "Детского альбома" Чайковского и пьесы С. С. Прокофьева, написанные для детей, прелюдии Баха, Д. Б. Кабалевского и произведения других композиторов. (По Е. А. Мальцевой)

5. Как примеры скороспелости можно привести трехлетнего Моцарта, пятилетнего Мендельсона, четырехлетнего Гайдна; Гендель выступил композитором в 12 лет, Вебер в 12 лет, Шуберт в 11 лет, Керубини в 13 лет... В пластических искусствах призвание и способность к творчеству проявляются заметно позже - средним числом около 14 лет; у Джотто они обнаружились в 10 лет, Ван-Дейка - в 10, Рафаэля - в 8, Греза - в 8, Микеланджело - в 13, Дюрера - в 15, Бернини - в 12 лет, Рубенс и Иордане также развились рано. В поэзии не встречается произведения, имеющего некоторое неличное значение раньше 16 лет. (По Л. С. Выготскому)

Задание 6.

Прокомментируйте данные суждения. Каково соотношение задатков и способностей в человеке?

1. Рафаэлем может стать только тот, "в ком сидит Рафаэль", но удастся ли индивиду вроде Рафаэля развить свой талант - это целиком зависит от спроса, который в свою очередь зависит от разделения труда и от порожденных им условий просвещения людей.

2. Человек никогда бы не проявил своих способностей, если бы не родился с соответствующими генами музыкальных, технических, литературных, интеллектуальных и т.д. способностей... Развитие способностей носит имманентный характер, совершается по принципу присущей самому организму внутренней целесообразности... совершенно независимо от влияний внешней среды.

3. Абсолютный слух как способность не существует у ребенка до того, как он впервые стал перед задачей узнавать высоту звука. До этого существовал только задаток как анатомо-физиологический факт.

4. Не в том дело, что способности проявляются в деятельности, а в том, что они создаются в этой деятельности.

5. Свои способности человек может узнать, только попытавшись приложить их.

Задание 7.

Прокомментируйте приведенные факты с точки зрения происхождения или формирования способностей. В какой мере способности соотносятся с развитием и воспитанием?

1. В Англии каждый ребенок в 11 лет подвергается испытанию на коэффициент умственной одаренности (IQ), после чего одних детей определяют в школы, дающие возможность получить широкое образование, других - в школы, которые готовят детей к производственной деятельности.

2. Японский педагог Судзуки готовит скрипачей. В его школу принимаются все дети без отбора. То же делал в 1960-х годах преподаватель Химкинской музыкальной школы М. П. Кравец, отбиривший себе самых неспособных в музыкальном отношении детей и иногда доводивший их до уровня учащихся Центральной музыкальной школы при Московской консерватории.

3. А. Р. Лурия наблюдал за развитием однояйцевых близнецов-дошкольников. Их по-разному учили играть со строительным материалом. В результате у одного из близнецов постройки были сложнее, разнообразнее и оригинальнее.

4. А. Н. Леонтьев путем индивидуальной тренировки восстанавливал процесс "внутреннего пения", нарушенный у людей, не имеющих музыкального слуха, и тем самым "делал слух".

5. Было замечено, что очень многие студенты, успешно и творчески занимающиеся математикой, поступили в университет после окончания одной и той же школы, где учились у одного и того же педагога-математика.

6. Некоторые ученые-биологи считают, что назрела необходимость решить проблему создания богатой человеческой природы путем пересадки ядер половых клеток. (По В. С. Мерлину)

Задание 8.

Прокомментируйте приведенные высказывания. Какие из них, на ваш взгляд, правильны, какие ошибочны, какие спорны и почему?

1. Способности - это врожденные психические качества личности, проявляющиеся в таланте, умственной одаренности.

2. Способности не приобретаются человеком в готовом виде, как нечто данное ему от рождения, а формируются в деятельности на основе имеющихся природных задатков.

3. Способности - это личностные образования, включающие в свой состав определенным образом структурированные знания и умения человека, сформированные на базе его врожденных задатков и как единое целое определяющие его возможности в успешном овладении технической стороной тех или иных деятельностей.

4. Каждый человек в потенции гений, но только в какой-то одной области науки или искусства, важно лишь найти себя в ней, а этому может помочь только случай.

5. В прирожденную талантливость я плохо верю. Есть только один талант: уметь делать всякое дело с любовью к нему.

Задание 9.

Выявить и тем более оценить способности человека – задача нелёгкая. В истории было немало случаев, когда педагоги не смогли правильно оценить способности своих учеников. Приведены два примера, связанные с оценкой способностей. Определите, какая ошибка была допущена при оценке способностей, какие понятия при этом были отождествлены.

1. Учитель физики писал о знаменитом французском математике Э.Галуа: "Он единственный, кто отвечал мне плохо он совершенно ничего не знает. Говорят, у этого юноши есть способность к математике. Удивительно! Судя по экзамену, он не отличается особым умом или так удачно скрывает свои способности, что обнаружить их невозможно".

2. Великий русский художник В.И.Суриков, как рассказывают его биографы, только со второй попытки поступил в Академию художеств. Инспектор, просмотрев представленные рисунки, заявил: "Да за такие рисунки вам даже мимо академии надо запретить ходить". Вступительные экзамены по рисованию "с гипсов" Суриков не выдержал и не был принят в академию.

Вскоре он поступил в рисовальную школу и за три месяца прошёл трёхлетний курс училища. После этого те же педагоги сочли его достойным зачисления в академию.

Вопросы для самоконтроля

1. Считаете ли Вы, что способности имеют врождённый характер? Обоснуйте своё утверждение.

2. Можно ли считать одарённым ученика, овладевшего знаниями, умениями и навыками по определённому предмету? Какая связь существует между способностями и знаниями, умениями, навыками? Проанализируйте на конкретных примерах это соотношение и укажите на факты, свидетельствующие о наличии тех или иных способностей у студентов вашей группы.

3. Постарайтесь дать количественную и качественную характеристику имеющихся у вас способностей. Ответ обоснуйте.

4. Кто и как формировал в детстве ваши способности? Вспомните наиболее яркие впечатления детства, связанные с возникновением заинтересованного отношения к той или иной деятельности.

5. Связаны ли между собой общие и специальные способности? Если да, то каким образом? Чем обусловлено развитие общих и специальных способностей? Приведите примеры.

3. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

3.1. Вопросы к зачету по учебной дисциплине «Общая психология»

1. Психология как область научного знания. Предмет и задачи психологии.
2. Основные исторические этапы развития психологии.
3. Научная и житейская психология.
4. Связь психологии с другими научными дисциплинами. Отрасли психологии.
5. Классификация методов исследования в психологии.
6. Этапы развития психики в филогенезе.
7. Сознание. Происхождение и развитие сознания.
8. Сознание. Функции и структура сознания.
9. Понятие «деятельность». Структура деятельности.
10. Навыки и умения в деятельности. Виды деятельности.
11. Внимание. Виды внимания.
12. Внимание. Свойства внимания.
13. Ощущения. Физиологическая основа ощущений.
14. Ощущения. Классификация ощущений.
15. Пороги ощущений. Адаптация органов чувств.
16. Восприятие. Виды восприятия.
17. Восприятие. Свойства восприятия.
18. Память. Виды памяти.
19. Память. Характеристика процессов памяти.
20. Мышление. Формы и операции мышления.
21. Мышление. Виды мышления.
22. Речь. Функции речи.
23. Язык и речь. Виды речи.
24. Воображение. Виды воображения.
25. Воображение. Приемы воображения.
26. Темперамент. История изучения темперамента.
27. Теория И.П. Павлова о типах ВНД.

28. Темперамент. Свойства темперамента.
29. Психологическая характеристика типов темперамента.
30. Характер. Структура характера.
31. Характер. Классификация черт характера.
32. Акцентуация характера и их характеристика.
33. Способности. Виды способностей.
34. Задатки как природные предпосылки способностей. Уровни развития способностей.
35. Эмоции. Функции и свойства эмоций.
36. Отличия эмоций и чувств. Виды чувств.
37. Виды эмоциональных переживаний.
38. Эмоции. Классификация базовых эмоций.
39. Воля. Структура волевого действия.
40. Воля. Функции и свойства воли.

3.2. Тест-контроль по учебной дисциплине «Общая психология»

1. Современная психология – наука о:
 - а) душе;
 - б) состояниях сознания;
 - в) закономерностях развития и функционирования психики;
 - г) нет верных ответов.

2. Общая психология – это:
 - а) наука, изучающая процессы активного отражения человеком и животными объективной реальности в виде ощущений, восприятий, понятий, чувств и других явлений психики;
 - б) наука о фактах, механизмах и закономерностях психической жизни человека;
 - в) наука об особенностях физической и психической сферы человека;
 - г) отрасль биологической науки, занимающаяся исследованием функционирования нервных процессов головного мозга.

3. Различия между индивидами и между группами изучает
 - а) общая психология;
 - б) педагогическая психология;
 - в) социальная психология;
 - г) дифференциальная психология.

4. Особенности онтогенетического развития психики изучает психология:

- а) общая;
- б) возрастная;
- в) дифференциальная;
- г) инженерная.

5. Предмет психологии:

- а) деятельность головного мозга,
- б) физиология организма человека,
- в) психика,
- г) физиология организма животного.

6. Предметом психологии является:

- а) человек;
- б) индивидуальность;
- в) нервная система;
- г) психика.

7. Системное свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении индивидом объективного мира, в построении образа этого мира и саморегуляции на этой основе своего поведения и деятельности – это:

- а) отражение;
- б) личность;
- в) нервная система;
- г) психика.

8. Психика – это свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в (...) отражении субъектом объективного мира и т.д.

- а) активном;
- б) пассивном;
- в) психическом;
- г) физическом.

9. Свойством психического отражения является:

- а) активность;
- б) субъективность;
- в) возможность предвосхищения будущих событий;
- г) все ответы верны.

10. К основным формам проявления психики относятся:

- а) психические процессы;
- б) психические состояния;

- в) психические свойства;
- г) все вышеперечисленные утверждения верны.

11. Психическим явлением является:

- а) нервный импульс;
- б) рецептор;
- в) интерес;
- г) сердцебиение.

12. К психическим процессам относится:

- а) ощущение;
- б) настроение;
- в) темперамент;
- г) стресс.

13. К познавательным психическим процессам не относится:

- а) воля;
- б) мышление;
- в) ощущение;
- г) восприятие.

14. К психическим процессам не относится:

- а) восприятие;
- б) ощущение;
- в) мышление;
- г) темперамент.

15. Направленность, темперамент, способности и характер – это:

- а) психические процессы;
- б) психические состояния;
- в) психические свойства;
- г) психические автоматизмы.

16. К психическим свойствам не относится:

- а) темперамент;
- б) ощущения;
- в) способности;
- г) характер.

17. К психическим состояниям относится:

- а) ощущение;
- б) настроение;
- в) темперамент;
- г) характер.

18. Назовите принцип психологической науки, о котором идет речь в следующем описании: он фиксирует причинную обусловленность психики и включает ее в связи и отношения объективных явлений, которые существуют вне субъекта

- а) принцип детерминизма;
- б) принцип отражения;
- в) принцип единства сознания и деятельности;
- г) принцип развития.

19. Психический процесс зависит от производящих его факторов согласно принципу:

- а) индетерминизма;
- б) развития;
- в) детерминизма;
- г) системности.

20. Длительное и систематическое изучение одних и тех же людей, позволяющее анализировать психическое развитие на различных этапах жизненного пути и на основе этого делать определенные выводы, принято называть исследованием:

- а) пилотажным;
- б) лонгитюдным;
- в) сравнительным;
- г) близнецовым.

21. В группу эмпирических методов входят:

- а) наблюдение, тестирование, анкетирование, беседа;
- б) лонгитюдный, сравнительный, комплексный методы;
- в) факторный анализ, построение графиков, гистограмма, схем, таблиц;
- г) генетический и структурный методы.

22. Целенаправленное, планомерно осуществляемое восприятие объектов, в познании которых заинтересована личность, является:

- а) экспериментом;
- б) контент-анализом;
- в) наблюдением;
- г) методом анализа продуктов деятельности.

23. Преднамеренное, систематическое и целенаправленное восприятие внешнего поведения человека с целью последующего его анализа и объяснения – это:

- а) эксперимент;
- б) наблюдение;

- в) опрос;
- г) анкетирование.

24. Метод наблюдения входит в группу:

- а) эмпирических методов;
- б) организационных методов;
- в) методов обработки данных;
- г) интерпретационных методов.

25. Невозможно повторить в точности метод:

- а) естественного наблюдения,
- б) эксперимента,
- в) тестирования,
- г) анкетирования.

26. Получение субъектом данных о собственных психических процессах и состояниях в момент их протекания или вслед за ним - это:

- а) наблюдение,
- б) эксперимент,
- в) тестирование,
- г) самонаблюдение.

27. Понятие «самонаблюдение» является синонимом термина:

- а) интроверсия;
- б) апперцепция;
- в) интроспекция;
- г) синестезия.

28. Активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания условий для установления психологического факта называется:

- а) контент-анализом;
- б) анализом продуктов деятельности;
- в) беседой;
- г) экспериментом.

29. Б. Г. Ананьев относит экспериментальный метод исследования:

- а) к организационным методам;
- б) к эмпирическим методам;
- в) к способам обработки данных;
- г) к интерпретационным методам.

30. Возможность исследователя вызвать какой-то психический процесс или свойство является главным достоинством:

- а) наблюдения;
- б) эксперимента;
- в) опроса;
- г) анализа продуктов деятельности.

31. Констатирующим и формирующим бывает:

- а) наблюдение;
- б) эксперимент;
- в) тестирование;
- г) анкетирование.

32. Вид эксперимента, предполагающий использование минимального количества оборудования в ситуации, близкой к естественной:

- а) констатирующий;
- б) полевой/ естественный;
- в) идеальный;
- г) формирующий.

33. Краткое, стандартизированное психологическое испытание, в котором выявляется наличный уровень развития психики человека, - это:

- а) наблюдение,
- б) эксперимент,
- в) тестирование,
- г) самонаблюдение.

34. Устным и письменным бывает:

- а) эксперимент;
- б) моделирование;
- в) опрос;
- г) проективный метод.

35. К опросным методам общей психологии относится:

- а) наблюдение,
- б) эксперимент,
- в) тестирование,
- г) анкетирование.

36. Эмпирическим методом психологического исследования не является:

- а) математическая обработка данных;
- б) тестирование;
- в) анализ продуктов деятельности;
- г) эксперимент.

37. Подсчет процентной доли или среднего арифметического – это примеры следующей группы методов психологического исследования:

- а) организационных;
- б) эмпирических;
- в) обработки данных;
- г) интерпретации данных.

38. Относительно постоянные стереотипные врождённые реакции организма на воздействия внешней и внутренней среды, осуществляемые при посредстве центральной нервной системы и не требующие специальных условий для своего возникновения, это:

- а) рефлекторные дуги;
- б) раздражимость;
- в) условные рефлексы;
- г) безусловные рефлексы.

39. Как называется приобретенная форма поведения, которая проявляется в автоматизированном способе выполнения действий, основывается на условных связях и формируется путем приобретения индивидуального опыта в процессе выполнения определенных упражнений:

- а) инстинкты;
- б) навыки;
- в) интеллектуальное поведение;
- г) рефлексы.

40. Согласно концепции развития психики Леонтьева – Фабри, следующей стадией развития после сенсорной является:

- а) перцептивная;
- б) сензитивная;
- в) интеллектуальная;
- г) сознательная.

41. Высшая форма психического отражения, свойственная только человеку:

- а) мышление,
- б) сознание,
- в) память,
- г) рефлексия.

42. Высшая форма психического отражения, свойственная только человеку, интегрирующая все другие формы отражения, называется:

- а) мышлением;
- б) рефлексом;
- в) сознанием;

г) эмоциями.

43. Предпосылка(и) развития человеческого сознания – это:

- а) изготовление орудий труда;
- б) развитие речи;
- в) разделение труда;
- г) все ответы верны.

44. Бодрствование и сон называют состояниями:

- а) сознания;
- б) деятельности;
- в) восприятия;
- г) ощущения.

45. Понятие бессознательного впервые детально разработал:

- а) З. Фрейд;
- б) Л.С. Выготский;
- в) А.Н. Леонтьев;
- г) А. Адлер.

46. Автоматизмы, сновидения, ошибочные действия – это проявления:

- а) характера;
- б) деятельности;
- в) воли;
- г) бессознательного.

47. Игровая, учебная, трудовая – это виды:

- а) психологии;
- б) деятельности;
- в) психики;
- г) научной методологии.

48. Среди таких понятий, как активность, труд, трудовые действия, деятельность, логически наиболее широким понятием является:

- а) активность;
- б) труд;
- в) трудовое действие;
- г) деятельность.

49. Переживаемое человеком состояние нужды в чем-либо – это:

- а) горе;
- б) потребность;
- в) интерес;

г) склонность.

50. Под гностическими потребностями принято понимать потребности:

- а) в накоплении, приобретении;
- б) совершать бескорыстные действия;
- в) в познании;
- г) в прекрасном.

51. Понятия «мотив» и «мотивация» соотносятся следующим образом:

- а) понятие «мотив» уже понятия «мотивация»;
- б) понятие «мотивация» уже понятия «мотив»;
- в) эти понятия – синонимы;
- г) эти понятия – антонимы.

52. «Опредмеченной потребностью» мотив назвал:

- а) А. Маслоу;
- б) Л. С. Выготский;
- в) З. Фрейд;
- г) А. Н. Леонтьев.

53. Определенная потребность, потребность именно в данном предмете, которая побуждает человека к активным действиям, – это:

- а) склонность;
- б) мечта;
- в) мотив;
- г) интерес.

54. В теории деятельности выявлен механизм образования мотивов, названный механизмом:

- а) сдвига мотива на цель;
- б) сдвига цели на условие;
- в) сдвига цели на мотив;
- г) сдвига условия на цель.

55. Осознаваемый результат, на достижение которого направлено поведение, называется:

- а) потребностью;
- б) мотивом;
- в) целью;
- г) задачей.

56. Процесс, направленный на достижение цели, называется:

- а) операцией;
- б) действием;

- в) мотивом;
- г) умением.

57. По А.Н. Леонтьеву, элементом структуры деятельности выступает:

- а) поведение;
- б) адаптация;
- в) действие;
- г) активность.

58. Перцептивными, моторными, речевыми, умственными могут быть:

- а) действия;
- б) ощущения;
- в) свойства психического отражения;
- г) задачи психологии.

59. Обычно мало осознаются или совсем не осознаются человеком:

- а) действия;
- б) операции;
- в) деятельность;
- г) умения.

60. Отражение отдельных свойств предметов и явлений материального мира – это определение:

- а) ощущения;
- б) восприятия;
- в) памяти;
- г) воображения.

61. Познавательный процесс, характеризующийся отражением отдельных свойств и особенностей предмета:

- а) ощущение;
- б) восприятие;
- в) память;
- г) мышление.

62. Ощущения, несущие информацию из внешнего мира, называются:

- а) проприоцептивными;
- б) интероцептивными;
- в) экстероцептивными;
- г) подпороговыми.

63. Ощущения, сигнализирующие о внутренней среде организма, называются:

- а) проприоцептивными;

- б) интероцептивными;
- в) экстероцептивными;
- г) аудиальными.

64. Ощущения, сигнализирующие о положении тела в пространстве (ощущения равновесия и движения), называются

- а) проприоцептивными;
- б) интероцептивными;
- в) экстероцептивными;
- г) аудиальными.

65. Ощущения, вызываемые воздействием механических и термических стимулов – это:

- а) кинестетические;
- б) кожные;
- в) вкусовые;
- г) обонятельные.

66. Минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение, – это:

- а) нижний абсолютный порог,
- б) дифференциальный порог,
- в) временный порог,
- г) верхний абсолютный порог.

67. Максимальная величина раздражителя, которую еще способен адекватно воспринимать анализатор, – это:

- а) нижний абсолютный порог,
- б) дифференциальный порог,
- в) временный порог,
- г) верхний абсолютный порог.

68. Минимальная величина раздражителя, при которой он вызывает ощущение, называется:

- а) качество;
- б) абсолютный порог;
- в) синестезия;
- г) апперцепция.

69. Почему человек не ощущает пылинок, попадающих на его лицо:

- а) сенсбилизация;
- б) синестезия;
- в) связано с высоким порогом чувствительности;
- г) связано с низким порогом чувствительности.

70. Количественной характеристикой ощущения, зависящей от силы действующего раздражителя и функционального состояния рецептора, является:

- а) интенсивность ощущения;
- б) качество ощущения;
- в) длительность ощущения;
- г) пространственная локализация раздражителя.

71. Явление, когда при раздражении данного органа чувств наряду со специфическими для него ощущениями возникают и ощущения, соответствующие другому органу чувств – это:

- а) порог чувствительности;
- б) сенсбилизация;
- в) синестезия;
- г) апперцепция.

72. Психический процесс, который заключается в целостном отражении объекта при воздействии раздражителя на органы чувств – это:

- а) ощущение;
- б) иллюзия;
- в) синестезия;
- г) восприятие.

73. Восприятие традиционно определяется как:

- а) познавательный психический процесс;
- б) эмоционально-волевой психический процесс;
- в) психическое состояние;
- г) свойство личности.

74. Восприятие часто принято называть:

- а) осязанием,
- б) перцепцией,
- в) иллюзией,
- г) нет верных ответов.

75. Восприятие предметов в различных условиях как относительно постоянных – это:

- а) свойство контраста,
- б) свойство константности,
- в) свойство осмысленности,
- г) свойство избирательности.

76. Относительное постоянство некоторых свойств предметов при изменении условий их восприятия – это такое свойство восприятия как:

- а) синестезия;
- б) апперцепция;
- в) константность;
- г) целостность.

77. Какое свойство восприятия здесь описано? «Восприятие не является простой суммой ощущений. Мы воспринимаем фактически абстрагированную от этих ощущений обобщенную структуру»

- а) галлюцинация;
- б) иллюзия;
- в) структурность;
- г) апперцепция.

78. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека и от особенностей его личности называется:

- а) инсайтом;
- б) перцепцией;
- в) апперцепцией;
- г) сенсительностью.

79. Зависимость восприятия от прошлого опыта человека называется:

- а) осязанием,
- б) апперцепцией,
- в) иллюзией,
- г) нет верных ответов.

80. С каким свойством восприятия связано преимущественное выделение одних объектов по сравнению другими:

- а) предметность;
- б) структурность;
- в) целостность;
- г) избирательность.

81. Свойство восприятия, характеризующееся тесной связью с мышлением и пониманием сущности предметов, – это:

- а) свойство контраста,
- б) свойство константности,
- в) свойство осмысленности,
- г) свойство избирательности.

82. Отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности – это:

- а) восприятие пространства;
- б) восприятие времени;
- в) восприятие образа;
- г) восприятие стимула.

83. Определите условие возникновения непроизвольного внимания:

- а) установка,
- б) постановка цели,
- в) новизна раздражителя,
- г) выработка программы действий.

84. Условием возникновения непроизвольного внимания не является:

- а) новизна раздражителя;
- б) неожиданность раздражителя;
- в) интерес человека;
- г) усталость человека.

85. Способность удерживать в фокусе внимания одновременно несколько объектов выступает характеристикой:

- а) распределения внимания;
- б) переключения внимания;
- в) концентрации внимания;
- г) объема внимания.

86. Какое свойство внимания обеспечивает возможность удерживать в поле зрения одновременно несколько объектов:

- а) концентрация;
- б) объем;
- в) устойчивость;
- г) переключение.

87. Количество объектов, которые могут быть правильно восприняты при кратковременном одновременном предъявлении – это свойство внимания:

- а) объем;
- б) концентрация;
- в) устойчивость;
- г) распределение.

88. Вид памяти, основанный на повторении материала без его осмысления, называется памятью:

- а) механической,
- б) логической,
- в) эмоциональной,
- г) аудиальной.

89. Вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей, называется памятью:

- а) механической,
- б) логической,
- в) эмоциональной,
- г) аудиальной.

90. Вид памяти, при котором прежде всего сохраняются и воспроизводятся пережитые человеком чувства, называется памятью:

- а) механической,
- б) логической,
- в) эмоциональной,
- г) аудиальной.

91. Один из видов памяти, характеризующийся ограниченным временем хранения информации и ограниченным количеством удерживаемых элементов, – это память:

- а) долговременная,
- б) кратковременная,
- в) произвольная,
- г) произвольная.

92. Объем кратковременной памяти взрослого человека составляет:

- а) от 3 до 6 символов;
- б) от 5 до 9 символов;
- в) от 8 до 14 символов;
- г) от 11 до 20 символов.

93. Объем хранилища кратковременной памяти составляет:

- а) 7 ± 2 элемента;
- б) неограничен;
- в) предел неизвестен;
- г) в среднем 20 элементов.

94. Один из процессов памяти, проявляющийся в неспособности припоминать или узнавать информацию, либо в ошибочном припоминании или узнавании – это:

- а) запоминание;
- б) забывание;
- в) сохранение;
- г) интерференция.

95. Способ практического решения задач, предполагающий зрительное изучение ситуации и практические действия в ней с материальными предметами – это:

- а) теоретическое мышление;
- б) наглядно-действенное мышление;
- в) наглядно-образное мышление;
- г) словесно-логическое мышление.

96. Наиболее поздним продуктом исторического развития мышления является мышление:

- а) наглядно-действенное;
- б) наглядно-образное;
- в) словесно-логическое;
- г) интуитивное.

97. Как называется мыслительная операция, связанная с мысленным объединением предметов и явлений по их общим и существенным признакам:

- а) анализ;
- б) синтез;
- в) равенство;
- г) обобщение.

98. Мысленное выделение, вычленение некоторых элементов конкретного множества при отвлечении от прочих элементов данного множества – это:

- а) анализ;
- б) сравнение;
- в) классификация;
- г) абстрагирование.

99. Расчленение объекта на части или характеристики – это:

- а) анализ;
- б) сравнение;
- в) классификация;
- г) абстракция.

100. Одна из операций мышления, характеризующаяся объединением предметов и явлений действительности на основании общего в них, относительно устойчивых свойств предметов и их отношений – это:

- а) обобщение;
- б) конкретизация;
- в) синтез;
- г) абстрагирование.

101. Творческое воображение характеризуется построением:

- а) новых образов на основе их словесного описания;
- б) тех образов, которые ранее не представлялись человеком;
- в) образов новых, оригинальных объектов на основе предыдущего опыта;
- г) нет верных ответов.

102. Прием создания образов воображения, связанный с увеличением или уменьшением предмета, изменением количества частей предмета или их смещением – это:

- а) гиперболизация;
- б) схематизация;
- в) типизация;
- г) агглютинация.

103. Кентавра можно считать примером:

- а) схематизации;
- б) типизации;
- в) агглютинации;
- г) гиперболизации.

104. Система знаков, являющаяся средством человеческого общения, мыслительной деятельности, передачи накопленного культурно-исторического опыта, способом выражения самосознания личности, – это:

- а) речь;
- б) жесты;
- в) язык;
- г) символы.

105. Эмоции – это такое отражение в форме переживаний приятного и неприятного процессов и результатов практической деятельности, как:

- а) непосредственное;
- б) опосредованное;
- в) сознательное;
- г) рациональное.

106. Эмоциональные переживание человека своего отношения к предметам и явлениям действительности:

- а) эмоции;
- б) чувства;
- в) дружба;
- г) влюбленность.

107. Устойчивые эмоциональные отношения человека к явлениям действительности, отражающие значение этих явлений в связи с его потребностями и мотивами – это:

- а) чувства;
- б) эмоции;
- в) настроение;
- г) страсть.

108. Состояние чрезмерного и длительного психического напряжения, которое возникает у человека, если его нервная система получает значительное эмоциональное перенапряжение – это:

- а) скука;
- б) стресс;
- в) настроение;
- г) горе.

109. Эмоциональное состояние, возникающее в экстремальной ситуации, требующей от человека мобилизации и напряжения нервно-психических сил – это:

- а) страсть;
- б) стресс;
- в) аффект;
- г) страх.

110. Свойство человека, проявляющееся в его способности сознательно управлять своей психикой и поступками, преодолевать препятствия на пути достижения цели – это:

- а) генерализация стимула;
- б) воля;
- в) возбудимость;
- г) влечение.

111. Воля – регулирование человеком своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Это регулирование:

- а) сознательное;
- б) неосознанное;
- в) интуитивное;
- г) произвольное.

112. Критерием проявления воли не является(ются):

- а) волевое действие;
- б) волевые качества человека;
- в) выбор мотивов и целей;
- г) показатель интеллектуального развития.

113. Выберите волевое качество личности:

- а) внушаемость;
- б) любознательность;
- в) терпеливость;
- г) эмоциональная лабильность.

114. По И.П. Павлову, сильный, уравновешенный и инертный тип высшей нервной деятельности характерен для:

- а) сангвиников;
- б) флегматиков;
- в) холериков;
- г) меланхоликов.

115. По И.П. Павлову, сильный, уравновешенный и подвижный тип высшей нервной деятельности характерен для:

- а) сангвиников;
- б) флегматиков;
- в) холериков;
- г) меланхоликов.

116. По И.П. Павлову, сильный и неуравновешенный тип высшей нервной деятельности характерен для:

- а) сангвиников;
- б) флегматиков;
- в) холериков;
- г) меланхоликов.

117. По И.П. Павлову, слабый тип высшей нервной деятельности характерен для:

- а) сангвиников;
- б) флегматиков;
- в) холериков;
- г) меланхоликов.

118. Определите тип темперамента по его характеристике: человек с заметной психической активностью, быстро реагирует на события, стремится к новым впечатлениям, сравнительно легко переживает неудачи и неприятности, живая, подвижная, с выразительной мимикой и движениями.

- а) меланхолический;
- б) сангвинический;
- в) флегматичный;
- г) холерический.

119. Укажите тип темперамента, который проявляется в таких психических свойствах: чувствительность, эмоциональность, низкая устойчивость к психическим нагрузкам.

- а) меланхолический;
- б) сангвинический;
- в) флегматичный;
- г) холерический.

120. Для какого типа темперамента больше подходит монотонная, кропотливая деятельность, например, ремонт наручных часов:

- а) меланхолический;
- б) сангвинический;
- в) флегматичный;
- г) холерический.

121. Особенность поведения меланхолика:

- а) сверхчувствительность;
- б) неусидчивость;
- в) высокая активность;
- г) агрессивность.

122. Характер человека проявляется в:

- а) отношении к себе;
- б) отношении к другим людям;
- в) отношении к труду;
- г) все ответы верны.

4. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Темы рефератов по учебной дисциплине «Общая психология»

1. Психические процессы: их взаимосвязь и взаимовлияние.
2. Обзор представлений о побудительных силах поведения человека.
3. Поведение и деятельность.
4. Психические процессы, свойства, состояния.
5. Эмоциональная жизнь человека.
6. Способности. Одаренность. Талант.
7. Воля и эмоции в обыденной жизни.
8. Темперамент и характер.
9. Творческое мышление.
10. Роль памяти и внимания в жизни человека.
11. Особенности развития детского мышления.
12. Сравнительный анализ образов ощущений и восприятия.
13. Представление и воображение. Фантазия.
14. Что такое интеллект.
15. Что такое установка.

4.2. Литература по учебной дисциплине «Общая психология»

Основная:

1. Козубовский, В. М. Общая психология: познавательные процессы : учеб. пособие / В. М. Козубовский. – 3-е изд. – Минск : Амалфея, 2010. – 368 с.
2. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.
3. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.

Дополнительная:

1. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.
2. Березовин, Н.А. Основы психологии и педагогики: учеб. пособие / Н.А. Березовин, В.Т. Чепиков, М.И. Чеховских. – Минск: ООО «Новое знание», 2004. – 336 с.
3. Вилюнас, В. Психология эмоций : учеб. пособие для студентов вузов / В. Вилюнас. – СПб. : ПИТЕР, 2007. – 496 с.
4. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо, 1998. – 336 с.
5. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2-х т. / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 2000. – Т. 1. – 472 с.
6. Изард, К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб. : Питер, 2000. – 464 с.
7. Ильин, Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
8. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность / А. Н. Леонтьев // под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузырея. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – С. 11–15.
9. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : в 3 т. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Т. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
10. Психология индивидуальных различий : тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – 489 с.
11. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – Т. 2. – 328 с.

**4.3. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
учреждения образования
«Белорусский государственный
педагогический университет
имени Максима Танка»

_____ А.В.Маковчик

_____ 2023 г.

Регистрационный № УД _____ / уч.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

**Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальности:**

6-05-0112- 02 Начальное образование

2023 г.

Учебная программа составлена на основе учебной типовой программы по дисциплине «Общая психология» (13.04.2022, № ТД – А664 /тип.) и учебного плана специальности 6-05-0112-02 Начальное образование

СОСТАВИТЕЛИ:

Бакунович М.Ф., доцент кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент;

Толкач Н.М., старший преподаватель кафедры педагогики и психологии начального образования учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»;

Хомчик М.А., старший преподаватель кафедры педагогики и психологии начального образования учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Степанова Л.Г., доцент кафедры социальной и организационной психологии учреждения образования «Белорусский государственный университет», кандидат психологических наук, доцент;

Месникович С.А., доцент кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии БГПУ, кандидат наук, доцент

СОГЛАСОВАНО

Директор ГУО «Начальная школа № 29 г. Минска имени братьев Сенько»

О.Е.Орлова

28.03.2023 г.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой педагогики и психологии начального образования учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 8 от 13.03.2023 г.)

Заведующий кафедрой

В.Г. Игнатович

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № ___ от 2023 г.)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист учебно-методического отдела

Е.В.Тихонова

Директор библиотеки

Н.П.Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психологические знания и умения являются структурным компонентом профессиональной компетентности учителя. Систематическое изучение психологии является неотъемлемой частью профессионально-педагогического образования студентов учреждения высшего образования педагогического профиля по специальности 6-05-0112-02 Начальное образование, так как расширение и углубление психологических знаний и умений, понимание общих, индивидуальных и возрастных закономерностей развития психики учащихся является основой для формирования теоретической, практической и психологической готовности к работе в школе, способствует повышению эффективности обучения и воспитания. Знание условий и механизмов становления и совершенствования личности на разных этапах онтогенеза помогает учителю не только следовать логике этих условий в образовательном процессе, но специально создавать и организовывать данные условия.

Изучение «Общей психологии» направлено на формирование у студентов методологических основ психологии, системы категориальных понятий по общей психологии, целостного представления об особенностях психических явлений и специфике их функционирования. Систематизация и закрепление знаний осуществляется на практических занятиях.

Изучение «Общей психологии» способствует формированию системы общих представлений о закономерностях, свойствах и механизмах психики, методологических основах психологических знаний, базовых психологических категориях и понятиях. Данная дисциплина является определяющей в формировании у студентов психологической культуры, мировоззрения, самосознания личности.

Цели и задачи учебной дисциплины

Целью учебной дисциплины является формирование у студентов системы представлений о сущности, строении, закономерностях функционирования и развития психики человека, условиях и факторах формирования личностных и субъектных качеств; развитие умения анализировать познавательную деятельность, особенности личности учащихся в социальном контексте как основы профессиональной и социально-личностной компетентности; формирование психологической культуры, профессионального сознания и самосознания будущих педагогов.

Задачи учебной дисциплины:

освоение системы представлений о психических процессах, свойствах и состояниях, специфике их проявлений в условиях образовательного процесса, а также о способах и формах их организации и изменения в образовательном процессе;

формирование обобщенных умений применять теоретические знания по психологии, исследовательские методы для решения задач профессиональной

деятельности (анализ и интерпретация поведения обучающихся в контексте особенностей психических процессов, состояний и свойств);

освоение способов системного и сравнительного анализа, форм продуктивного, критического мышления; развитие умений самопознания и рефлексии деятельности; формирование мотивации к саморазвитию, самообразованию и эффективной самореализации.

Место учебной дисциплины в системе подготовки специалиста соответствующего профиля, связи с другими учебными дисциплинами

Учебная дисциплина «Общая психология» является дисциплиной государственного компонента и входит в модуль «Психология начального образования учебного плана по специальности 6-05-0112-02 Начальное образование». Знания, приобретенные в процессе изучения учебной дисциплины «Общая психология», выступают в качестве теоретической базы для изучения остальных отраслей психологической науки. Изучение общей психологии обеспечивает диалектико-материалистическое понимание природы психического, способствует формированию научного мировоззрения.

Между психологией и другими научными дисциплинами существует двусторонняя связь: психология интегрирует достижения других наук, объектом изучения которых является человек, а другие научные дисциплины используют психологические знания для системного анализа и решения определенных вопросов. «Общая психология» тесно связана с естественнонаучными дисциплинами, философией, биологией, в частности с анатомией и физиологией высшей нервной деятельности.

Учебная дисциплина «Общая психология», как базовый курс, тесно связана с другими отраслями психологии, являясь их основанием: «Социальная психология», «Возрастная и педагогическая психология», а также с учебной дисциплиной «Педагогика».

Требования к освоению учебной дисциплины в соответствии с типовым учебным планом

Согласно образовательному стандарту общего высшего образования ОСВО 6-05-0112-02-2023, учебному плану специальности 6-05-0112-02 Начальное образование № 6-05-01-011/пр. изучение учебной дисциплины «Общая психология» направлено на формирование у студентов *базовой профессиональной компетенции (БПК 5)*: Осуществлять отбор содержания, форм, методов и средств обучения и воспитания, применять их в образовательном процессе с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **знать:**

культурно-исторические аспекты развития психологии; ее предмет и методы исследований; место и роль психологии в системе наук о человеке, общекультурное значение психологии;

основные категории, базовые положения и теории общей психологии; характеристики психических процессов, свойств и состояний, специфику их проявлений в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы.

уметь:

давать характеристику психических процессов и различных видов деятельности;

применять базовые научно-теоретические знания по психологии для решения теоретических и практических задач профессиональной деятельности, осуществлять учебно-исследовательскую деятельность;

понимать и обосновывать сущность познавательного развития обучающихся в учебно-познавательной и исследовательской деятельности;

анализировать педагогические ситуации урока с точки зрения проявления психологических феноменов.

владеть:

исследовательскими навыками;

навыками первичной психологической диагностики;

приемами рефлексии и самооценки своей деятельности в процессе обучения.

Общее количество часов, отводимых на изучение учебной дисциплины в соответствии с учебным планом

Программа учебной дисциплины «Общая психология» рассчитана на 108 часов. Учебная дисциплина изучается на первом курсе, в первом семестре.

Для дневной формы получения образования:

108 часов, из них аудиторных – 54 часа. Лекции – 24 часов, из них управляемая самостоятельная работа (УСР) – 2 часа; практические занятия – 30 часов, из них управляемая самостоятельная работа (УСР) – 4 часа, самостоятельная работа – 54 часа. Учебная дисциплина «Общая психология» изучается на первом курсе в первом семестре. Текущая аттестация проводится в форме зачета в конце учебного семестра.

Для заочной формы получения образования (5 лет обучения):

108 часов, из них аудиторных – 14 часов. Лекции – 6 часов; практические занятия – 8 часов; самостоятельная работа – 94 часа. Текущая аттестация проводится в форме зачета в первом семестре.

Для заочной формы получения образования (3,5 года обучения):

108 часов, из них аудиторных – 6 часов. Лекции – 4 часа; практические занятия – 2 часа; самостоятельная работа – 102 часа. Текущая аттестация проводится в форме зачета в первом семестре.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ

Тема 1.1 Психология как область научного знания

Понятие психологии, ее объект и предмет. Методологические основы психологии. Этапы развития психологии как науки. Принципы психологии. Понятия и явления, изучаемые в психологии. Психология в системе наук. Связь психологии с другими науками. Отрасли психологии: общие и специальные; фундаментальные и прикладные. Общая психология, ее структура. Современное состояние психологической науки. Методы исследования в психологии. Классификация методов психологии. Организация психологического исследования.

Тема 1.2 Психика и сознание человека

Сущность психики. Теория психического отражения. Сигнальный характер отражения. Психика и эволюция нервной системы. Основные этапы развития психики в филогенезе. Гипотеза А.Н. Леонтьева и К.Э. Фабри о стадиях и уровнях психического отражения. Различия психики животных и человека. Основные филогенетические предпосылки происхождения и развития сознания. Сознание как высшая форма развития психики. Структура и содержание сознания. Функции сознания. Осознаваемое и бессознательное. Сознание и самосознание.

Тема 1.3 Психологическая теория деятельности

Понятие деятельности. Психологическая характеристика деятельности. Понятие о потребностях, целях, мотивах, способах действия. Действия и операции. Психическая регуляция действий. Деятельность как специфический тип активности личности. Внутренний план деятельности. Формирование личности в деятельности. Совместная (коллективная) и индивидуальная деятельность. Субъект и субъектность деятельности. Виды деятельности. Понятие о ведущем виде деятельности. Психология освоения деятельности. Навыки, умения и привычки, их характеристика. Деятельность и психические процессы.

РАЗДЕЛ 2. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ

Тема 2.1 Сенсорно-перцептивная сфера человека

Понятие ощущения. Значение ощущений в жизни человека. Анатомо-физиологические механизмы ощущений. Понятие анализатора. Рефлекторная теория ощущений. Виды ощущений. Свойства ощущений. Закономерности ощущений. Связь ощущений с объективными свойствами среды. Специфика проявлений различных видов ощущений. Сенсорная депривация. Переработка чувственной информации человеком.

Понятие восприятия, его физиологическая основа. Сходство и различие восприятий и ощущений. Основные свойства восприятия. Восприятие как перцептивное действие. Виды восприятия. Восприятие пространства, времени, движения. Избирательность восприятия, его зависимость от личности. Развитие сенсорно-перцептивных процессов младших школьников.

Тема 2.2 Внимание

Особенности внимания как психического процесса. Физиологические основы внимания. Формирование и развитие внимания. Свойства внимания. Функции внимания: активизация, обеспечение избирательности познавательных процессов. Роль внимания в восприятии, памяти и мышлении. Виды внимания. Связь внимания с аффективными состояниями и волей человека. Внимание, объективация и установка человека. Внимание как сторона ориентировочно-исследовательской деятельности. Развитие внимания младших школьников.

Тема 2.3 Память

Понятие памяти. Значение памяти в жизни и деятельности человека. Физиологические механизмы памяти. Характеристика процессов памяти. Виды памяти: по участию волевого процесса, по длительности сохранения, по способу запоминания, по модальности. Свойства памяти. Индивидуальные особенности и различия процессов памяти. Рациональные приемы развития памяти. Связь памяти и внимания. Роль интереса и эмоций в процессах запоминания и воспроизведения материала. Теории забывания. Развитие памяти младших школьников.

Тема 2.4 Мышление и речь

Понятие мышления. Отличие мышления от других психических процессов. Качества мышления. Мышление и интеллект. Мышление и речь. Содержательные компоненты мышления: понятие, суждение, умозаключение. Операции мыслительной деятельности: анализ, синтез, сравнение, конкретизация, обобщение, абстрагирование, классификация, систематизация. Виды мышления. Индивидуальные особенности мышления. Понятие о языке и речи, отражающих бытие, обозначая его. Основные функции речи. Виды речи их назначение. Общая характеристика внешней речи. Психологическая характеристика речевой деятельности. Внутренняя речь, ее связь с внешней речью и мышлением. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышление). Свойства речи: содержательность, понятность, выразительность. Значение речи в жизни человека. Развитие мышления и речи младших школьников.

Тема 2.5 Воображение

Понятие воображения. Функции воображения. Виды воображения: произвольное и произвольное, активное и пассивное, репродуктивное (воссоздающее), продуктивное (творческое). Воображение и фантазия. Мечта как особый вид воображения. Сновидения, галлюцинации и грёзы. Приемы

воображения: агглютинация, аналогия, акцентирование, типизация. Связь творчества с воображением. Творческое воображение как отражение личности человека. Развитие воображения младших школьников.

РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ

Тема 3.1 Темперамент

Понятие темперамента. История изучения темперамента. Учение И.П. Павлова о типах ВНД. Физиологическая основа темперамента. Темперамент и основные свойства нервной системы. Свойства темперамента. Типология темпераментов, их характеристика. Достоинства и слабые стороны каждого из них. Учет темперамента в деятельности. Понятие индивидуального стиля деятельности. Темперамент и свойства личности.

Тема 3.2 Характер

Понятие характера. Характер как совокупность устойчивых черт личности. Физиологические основы характера. Структура характера. Группы черт характера. Система свойств характера. Место характера в общей структуре личности. Влияние среды и воспитания на особенности характера. Акцентуации характера, их учет в воспитании и обучении. Возрастные особенности становления черт характера человека. Развитие характера в младшем школьном возрасте.

Тема 3.3 Эмоции и чувства

Общая характеристика эмоций и чувств, их физиологическая основа, значение в жизни человека. Психологические теории эмоций. Классификация и виды эмоций. Классификация эмоциональных переживаний по силе проявления: настроения, аффекты, страсти. Основные свойства эмоций. Основные функции эмоций. Классификация и виды чувств: моральные, интеллектуальные, эстетические, практические. Эмоции и личность. Связь эмоций и потребностей человека. Эмоции и эффективность деятельности человека. Развитие эмоционально-личностной сферы человека.

Тема 3.4 Воля

Понятие воли и волевых действий. Значение воли в жизни человека, в организации и регуляции его деятельности и общения. Волевые качества личности. Связь волевой регуляции с мотивацией деятельности. Рефлексия и воля. Волевая регуляция поведения. Структура волевого действия. Возрастные особенности произвольной активности. Воспитание волевых качеств личности. Формирование и развитие воли в младшем школьном возрасте.

Тема 3.5 Способности

Понятие способностей. Природа человеческих способностей. Структура способностей. Понятие задатков. Задатки, способности и индивидуальные различия. Соотношение понятий: способности, знания, навыки, умения. Виды способностей: общие и специальные, теоретические и практические, учебные и творческие. Взаимосвязь и взаимная компенсация разных способностей.

Уровни развития способностей. Способности и индивидуальный стиль деятельности. Классификация способностей. Гендерные различия в задатках и способностях. Факторы, благоприятствующие ускоренному развитию способностей. Темперамент и способности. Психологические требования к деятельности, формирующей способности. Развитие способностей в младшем школьном возрасте.

ТРЕБОВАНИЯ К КУРСОВОЙ РАБОТЕ

Научно-исследовательская деятельность студентов занимает важное место в системе профессиональной подготовки специалистов, в частности такая форма ее организации как написание и защита курсовой работы. Курсовая работа как форма текущей аттестации студентов является видом самостоятельной работы студентов, представляющей собой решение учебной задачи.

Основной целью выполнения курсового проекта (курсовой работы) является расширение, углубление знаний студента и формирование у него навыков научно-исследовательской деятельности в области психологии.

Выполнение курсовой работы направлено на достижение следующих задач:

систематизация, обобщение, закрепление и углубление теоретических и практических знаний по психологии;

совершенствование навыков применения полученных знаний по психологии для решения конкретных задач, а также навыков самостоятельной работы с научной литературой и обработки результатов теоретических или экспериментальных исследований.

Тема курсовой работы утверждается кафедрой педагогики и психологии начального образования факультета начального образования, а задание на ее выполнение оформляется руководителем.

Курсовая работа по учебным дисциплинам модуля «Психология начального образования» должна быть грамотно написана на русском языке, набрана в текстовом редакторе и распечатана на листах формата А4 (21,0 см х 29,7 см). Объем курсовой работы должен находиться в пределах 25–40 страниц текста, включая иллюстрации, таблицы и список использованной литературы. Текст должен быть набран в текстовом редакторе «Microsoft Word» (версия 6,0; 7,0 и далее) со следующими параметрами: поля: верхнее – 2,0 см, нижнее – 2,0 см, левое – 3,0 см, правое – 1,5 см; шрифт – Times New Roman; высота шрифта – 14; красная строка – 0,5 – 1,5 см; межстрочный интервал – 1; выравнивание по ширине.

Структура курсового проекта (курсовой работы)

Структура курсового проекта (курсовой работы) должна способствовать раскрытию избранной темы и ее составных элементов. Все части курсового проекта (курсовой работы) должны быть взаимосвязаны и изложены в строгой логической последовательности.

Структурными элементами курсового проекта (курсовой работы) являются: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список использованной литературы, приложения.

Титульный лист курсового проекта (курсовой работы) оформляется в соответствии с образцом.

Оглавление включает в себя название глав и разделов с указанием номеров страниц, на которых начинаются материалы соответствующих частей курсового проекта (курсовой работы).

Во введении обосновывается выбор темы, актуальность и степень ее разработанности, формулируются цель и задачи исследования, определяется его объект и предмет, указываются методы, с помощью которых будут решаться поставленные задачи. Также во введении дается общая характеристика работы и указывается ее объем: количество глав, точное количество таблиц, схем, рисунков, приложений и использованных источников.

Цель курсового проекта (курсовой работы) – определенный результат (теоретический, практический), который должен быть достигнут в ходе исследования. Для формулировки цели используются глаголы обосновать, раскрыть, установить, разработать, доказать, обобщить и т. п.

Задачи курсового проекта (курсовой работы) – это программа, направленная на достижение цели. Для формулировки задач используются глаголы изучить, определить, описать, апробировать и т. д.

В основной части курсового проекта (курсовой работы) (главах и разделах) необходимо логично и аргументированно изложить методику и результаты исследования. При написании глав и разделов исследователь обязан делать ссылки на источники, из которых он заимствует материал и затем анализирует его. Содержание структурных частей работы должно соответствовать цели и задачам исследования.

Заключение – это логически стройное изложение основных результатов исследования и сделанных на их основе выводов. В нем должны быть подведены итоги исследования по проблеме, оно может содержать 3-5 крупных обобщений, подводящих итоги выполненной работы.

Список использованной литературы – это перечень литературных источников и других материалов, на которые в курсовом проекте (курсовой работе) приводятся ссылки. Список использованной литературы оформляется в соответствии с требованиями «Инструкции по оформлению диссертации, автореферата и публикаций по теме диссертации». Ссылки на литературу в тексте курсовой работы приводятся цифрой в квадратных скобках, например: [5] – ссылка на источник, [5, с. 8] – ссылка с указанием страницы процитированной работы, [3; 5; 24] – ссылка на несколько работ. Номер литературного источника в ссылке должен соответствовать его номеру в списке использованной литературы.

Приложения включают графические, статистические и иные материалы по результатам исследования, а также дополнительные и вспомогательные материалы. В тексте курсового проекта (курсовой работы) делаются ссылки на соответствующие приложения.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
(дневная форма получения образования)

Номер раздела, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические	управляемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Раздел 1 «Введение в психологию»	6	6		18		
1.1	Психология как область научного знания.	2	2		6		
1.1.1	Определение психологии как науки. Понятие психологии, ее объект и предмет. Этапы развития психологии как науки. Принципы психологии. Связь психологии с другими науками.	2				Осн.: [1, 4] Доп.: [3, 10]	Конспект лекций
1.1.2	Методы исследования в психологии.		2			Осн.: [1, 4, 5] Доп.: [3, 8]	Устный опрос
1.2	Психика и сознание человека	2	2		6		
1.2.1	Предпосылки и условия возникновения сознания. Сущность психики. Теория психического отражения. Основные этапы развития психики в филогенезе. Основные филогенетические предпосылки происхождения и развития сознания. Сознание как высшая форма развития психики	2				Осн.: [1, 4] Доп.: [8, 9]	Конспект лекций

1.2.2	Структура сознания и его основные психологические характеристики.		2			Осн.: [1, 4] Доп.: [3,8,10]	Выборочная проверка конспектов
1.3	Психологическая теория деятельности.	2	2		6		
1.3.1	Психологическая характеристика деятельности. Понятие о потребностях, целях, мотивах, способах действия. Действия и операции. Деятельность как специфический тип активности личности. Виды деятельности.	2				Осн.: [1, 4] Доп.: [3,9]	Конспект лекций
1.3.2	Навыки, умения и привычки, их характеристика.		2			Осн.: [4, 5] Доп.: [3, 9]	Устный опрос
2	Раздел 2 «Психология познавательных процессов»	8	12	2	18		
2.1	Сенсорно-перцептивная сфера человека	2	2		4		
2.1.1	Понятие об ощущениях и восприятии. Анатомо-физиологические механизмы ощущений. Рефлекторная теория ощущений. Виды ощущений и их свойства. Понятие восприятия, его физиологическая основа. Свойства восприятия.	2				Осн.: [2, 4] Доп.: [3,5, 8]	Конспект лекций
2.1.2	Виды восприятия и их характеристика.		2			Осн.: [2, 4] Доп.: [3,5, 9]	Тестовый контроль
2.2	Внимание.		2	2	4		

2.2.1	Особенности внимания как психического процесса. Физиологические основы внимания. Свойства внимания. Функции внимания. Виды внимания. Возрастные особенности развития внимания			2 (лж)		Осн.: [2, 4] Доп.: [3,10]	Конспект лекций
2.2.2	Формирование и развитие внимания.		2			Осн.: [2, 4] Доп.: [3,8,11]	Тестовые задачи
2.3	Память.	2	2		4		
2.3.1	Понятие о памяти и ее характеристика. Физиологические механизмы памяти. Характеристика процессов памяти. Виды памяти. Свойства памяти.	2				Осн.: [2, 4] Доп.: [3,8,11]	Конспект лекций
2.3.2	Индивидуальные особенности и различия процессов памяти.		2			Осн.: [2, 5] Доп.: [3,8,11]	Устный опрос
2.4	Мышление и речь	2	4		4		
2.4.1	Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Понятие мышления. Содержательные компоненты мышления: понятие, суждение, умозаключение. Операции мыслительной деятельности. Виды мышления. Мышление и речь. Понятие о языке и речи.	2				Осн.: [2, 4] Доп.: [5, 10]	Конспект лекций
2.4.2	Речь как средство общения и обобщения.		2			Осн.: [2, 4] Доп.: [5, 10]	Тестовый контроль

2.4.3	Индивидуальные особенности мышления и речи.		2			Осн.: [2, 4] Доп.: [3, 11]	Выполнение тестового задания
2.5	Воображение.	2	2		2		
2.5.1	Воображение как психический процесс. Понятие воображения. Виды и функции воображения. Приемы воображения. Связь творчества с воображением.	2				Осн.: [2, 3] Доп.: [3,8, 9]	Конспект лекций
2.5.2	Творческое воображение как отражение личности человека.		2			Осн.: [2, 3] Доп.: [3,5, 9]	Тестовый контроль
3	Раздел 3. «Психология индивидуальных различий»	8	8	4	18		
3.1	Темперамент.	2	2	2	4		
3.1.1	Темперамент как биологический фундамент личности. Понятие темперамента. История изучения темперамента. Учение И.П. Павлова о типах ВНД. Физиологическая основа темперамента. Темперамент и основные свойства нервной системы. Свойства темперамента.	2				Осн.: [1, 3] Доп.: [5, 10]	Конспект лекций
3.1.2	Типология темпераментов и их характеристика.		2			Осн.: [3, 5] Доп.: [5, 8]	Устный опрос

3.1.3	Влияние темперамента на индивидуальный стиль деятельности.			2 (пз)		Осн.: [1, 3] Доп.: [5, 8]	Тест
3.2	Характер.	2	2		4		
3.2.1	Характер как совокупность устойчивых черт личности. Физиологические основы характера. Структура характера. Группы черт характера. Система свойств характера.	2				Осн.: [3, 5] Доп.: [5, 8,9]	Конспект лекций
3.2.2	Акцентуации характера, их учет в воспитании и обучении.		2			Осн.: [1, 3] Доп.: [5,6,11]	Проверка выполнения письменного задания
3.3	Эмоции и чувства.	2	2		4		
3.3.1	Общая характеристика эмоций и чувств. Физиологическая основа эмоций. Психологические теории эмоций Классификация, виды и свойства эмоций. Классификация и виды чувств.	2				Осн.: [1, 3] Доп.: [3, 10]	Конспект лекций
3.3.2	Развитие эмоционально-личностной сферы человека.		2			Осн.: [3, 5] Доп.: [5,8]	Тестовый контроль
3.4	Воля.	2	2		2		
3.4.1	Понятие воли и волевых действий. Значение воли в жизни человека, в организации и регуляции его деятельности и общения. Волевые качества личности. Связь волевой регуляции с мотивацией деятельности. Рефлексия и воля. Волевая регуляция поведения. Структура волевого действия.	2				Осн.: [1,3] Доп.: [5, 8, 9]	Конспект лекций

3.4.2	Возрастные особенности произвольной активности.		2			Осн.: [3, 5] Доп.: [5, 10]	Устный опрос
3.5	Способности.			2	4		
3.5.1	Способности в структуре личности. Природа человеческих способностей. Понятие способностей. Структура способностей. Понятие задатков. Виды способностей и их классификация. Уровни развития способностей.			2 (пз)		Осн.: [1, 3] Доп.: [3, 8, 9]	Проверка выполнения письменного задания
	Всего	22	26	6 (2л+4п)	54		Зачет

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
(заочная форма получения образования, 5 лет)

Номер раздела, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические	управляемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Раздел 1 «Введение в психологию»	2	2				
1.1	Психология как область научного знания. Определение психологии как науки. Понятие психологии, ее объект и предмет. Этапы развития психологии как науки. Принципы психологии. Связь психологии с другими науками.	2				Осн.: [1, 4]	Конспект лекций
1.2	Психологическая теория деятельности.		2			Осн.: [1, 4] Доп.: [3, 8]	Выборочная проверка конспектов, выполнение тестового задания
2	Раздел 2 «Психология познавательных процессов»	2	2				
2.1	Сенсорно-перцептивная сфера человека Анатомо-физиологические механизмы ощущений. Рефлекторная теория ощущений. Виды ощущений и их свойства. Понятие восприятия, его физиологическая основа. Виды и свойство восприятия.	2				Осн.: [2, 4] Доп.: [3, 8]	Конспект лекций

2.2	Мышление и речь		2			Осн.: [1,4,5] Доп.: [1,2]	Устный опрос, тест
3	Раздел 3. «Психология индивидуальных различий»	2	4				
3.1	Темперамент. Понятие темперамента. История изучения темперамента. Учение И.П. Павлова о типах ВНД. Физиологическая основа темперамента. Темперамент и основные свойства нервной системы. Свойства темперамента. Виды темперамента и их характеристика.	2	2			Осн.: [1, 3] Доп.: [3,8,9]	Конспект лекций. Тест
3.2	Характер		2			Осн.: [1, 3] Доп.: [3,8,9]	Тестовые задачи
	Всего	6	8				Зачет

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
(заочная форма получения образования, 3,5 года)

Номер раздела, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические	управляемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Раздел 1 «Введение в психологию»	2					
1.1	Психология как область научного знания. Определение психологии как науки. Понятие психологии, ее объект и предмет. Этапы развития психологии как науки. Принципы психологии. Связь психологии с другими науками.	2				Осн.: [1, 4]	Конспект лекций
2	Раздел 2 «Психология познавательных процессов»		2				
2.1	Мышление и речь		2			Осн.: [1,4,5] Доп.: [1,2]	Устный опрос, тест
3	Раздел 3. «Психология индивидуальных различий»	2					
3.1	Темперамент. Понятие темперамента. История изучения темперамента. Учение И.П. Павлова о типах ВНД. Физиологическая основа темперамента. Темперамент и основные свойства нервной системы. Свойства темперамента. Виды темперамента и их характеристика.	2				Осн.: [1, 3] Доп.: [3,8,9]	Конспект лекций.
	Всего	4	2				Зачет

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Губарева, Г. А. Общая психология : пособие для студентов специальности 1-03 04 01 «Социальная педагогика» / Г. А. Губарева, Н. С. Зубарева ; Брест. Гос. Ун-т. – 2-е изд., стер. – Брест : БрГУ, 2019. – 146 с.
2. Дудаль, Н. Н. Общая психология: познавательные процессы : учеб.-метод. Пособие / Н. Н. Дудаль. – Гомель : Гомел. Гос. Ун-т, 2019. – 103 с.
3. Дыгун, М. А. Общая психология в схемах, понятиях и персоналиях / М. А. Дыгун. – 11-е изд. – Мозырь : Содействие, 2018. – 72 с.
4. Лобанов, А. П. Когнитивная психология : учеб.-метод. Пособие / А. П. Лобанов, И. С. Журавкина. – Минск : Беларус. Гос. Пед. Ун-т, 2018. – 82 с.
5. Общая психология : практикум / под общ. Ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. Гос. Пед. Ун-т, 2018. – 320 с.

Дополнительная литература

1. Бакунович, М. Ф. Введение в педагогическую профессию. Модуль 4 «Познай самого себя». 11 класс : рабочая тетр. / М. Ф. Бакунович, О. М. Евдокимова, С. А. Корзун ; под общ. Ред. М. Ф. Бакунович. – Минск : Беларус. Гос. Пед. Ун-т, 2018. – 56 с.
2. Вержибок, Г. В. Основы психологии: опорный конспект, схемы и таблицы : учеб.-метод. Пособие / Г. В. Вержибок. – Минск : Респ. Ин-т высш. Шк., 2016. – 116 с.
3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2016. – 352 с.
4. Коломинский, Я. Л. Психология и мы. Введение в психологическую культуру : учеб.-метод. Пособие для студентов учреждений высш. Образования / Я. Л. Коломинский. – Минск : Беларус. Гос. Пед. Ун-т, 2017. – 260 с.
5. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. Отд-ния пед. Колледжей : в 2 ч. / под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
6. Лобанов, А. П. Когнитивная психология образования : пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова. – Минск : Респ. Ин-т высш. Шк., 2016. – 134 с.
7. Лобанов, А. П. Человек познающий: практическая психология познания : пособие для студентов вузов / А. П. Лобанов. – Минск : Беларус. Гос. Пед. Ун-т, 2016. – 144 с.
8. Маклаков, А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2017. – 582 с.
9. Марищук, Л. В. Психология : учеб. Пособие / Л. В. Марищук, С. Г. Ивашко, Т. В. Кузнецова ; под науч. Ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.

10. Немов, Р. С. Общая психология : краткий курс / Р. С. Немов. – СПб. : Питер, 2011. – 304 с.
11. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук. – Минск : Белорус. Гос. Пед. Ун-т, 2010. – 76 с.
12. Общая психология: 100 экзаменационных ответов : учеб. Пособие / А. К. Белоусова [и др.]. – Ростов н/Д : Феникс, 2015. – 278 с.
13. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2015. – 718 с.
14. Слободчиков, В. И. Психология человека: введение в психологию субъективности / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Правосл. Св.-Тихонов. Гуманитар. Ун-т, 2013. – 360 с.
15. Словарь Л. С. Выготского / под ред. А. А. Леонтьева. – 3-е изд., стер. – М. : Смысл, 2014. – 119 с.
16. Тарантей, В. П. Стресс в профессиональной деятельности педагога : монография / В. П. Тарантей, Н. П. Сытая. – Гродно : Гродн. Гос. Ун-т, 2015. – 129 с.
17. Шадриков, В. Д. Общая психология : учеб. Для акад. Бакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазиллов. – М. : Юрайт, 2017. – 411 с.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

При изучении дисциплины организация самостоятельной работы представляет единство взаимосвязанных форм:

аудиторная самостоятельная работа (на лекциях, практических занятиях), осуществляемая под непосредственным руководством преподавателя;

внеаудиторная самостоятельная работа (вне расписания: на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при выполнении студентом учебных и творческих задач, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий, научно-исследовательской работы и т.д.).

Виды самостоятельной работы разнообразны:

подготовка и написание рефератов, докладов, очерков, эссе и других письменных работ на заданные темы;

подбор и изучение литературных источников; конспектирование первоисточников, рецензирование и аннотирование источников;

разработка и составление схем, таблиц; составление анкет, подготовка презентаций;

подготовка к участию в научно-теоретических конференциях, смотрах, олимпиадах и др.

Самостоятельная работа студентов протекает в форме делового взаимодействия: студент получает непосредственные указания, рекомендации преподавателя об организации и содержании самостоятельной деятельности, преподаватель выполняет функцию управления (через учет, контроль и коррекцию ошибочных действий) и оценку результатов.

ТРЕБОВАНИЯ К ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ

Название темы	Количество часов	Задание	Форма выполнения
1.1. Психология как область научного знания	6	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала	Устно
1.2. Психика и сознание человека	6	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала	Устно
1.3. Психологическая теория деятельности	6	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
2.1. Сенсорно-перцептивная сфера человека	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
2.2. Внимание	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
2.3. Память	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
2.4. Мышление и речь	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и	Устно

		содержание лекционного материала	
2.5. Воображение	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала	Устно
3.1. Темперамент	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
3.2. Характер	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Устно
3.3. Эмоции и чувства	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
3.4. Воля	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания
3.5. Способности	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу	Конспект выполненного задания

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ**

Тема	Количество часов	Содержание самостоятельной работы
1. Внимание	2	Уровень 1. Работа с учебным текстом, составление конспекта Уровень 2. Подготовка презентации по теме Уровень 3. Заполнение таблицы «Характеристика свойств внимания»
2. Темперамент	2	Уровень 1. Работа с учебным текстом. Уровень 2. Изучение методик диагностики темперамента, их краткий обзор. Уровень 3. Работа со схемой «Типы темпераментов»
3. Способности	2	Уровень 1. Работа с учебным текстом, составление краткого конспекта. Сравнительная характеристика определений «способности» и «задатки» различных авторов. Уровень 2. Схема «Классификация способностей» Уровень 3. Эссе «Эффективное развитие способностей в детском возрасте».

ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ

Для диагностики компетенций, выявления учебных достижений студентов в процессе прохождения дисциплины предусматривается промежуточная и итоговая оценка.

Основным средством диагностики усвоения знаний и овладения необходимыми умениями и навыками по дисциплине является проверка заданий разнообразного типа (репродуктивных, реконструктивных, вариативных), выполняемых в рамках часов, отводимых на практические и лабораторные работы.

В процессе промежуточной диагностики знаний по дисциплине предусматривается написание рефератов, эссе; разработка презентаций; решение педагогических ситуаций, проведение тестирования. Рекомендуется использовать и электронное портфолио студента как средство развития творческой активности и оценки деятельности студента. Итоговая оценка компетенций предусматривает проведение зачета.

ХАРАКТЕРИСТИКА ИННОВАЦИОННЫХ ПОДХОДОВ К ПРЕПОДАВАНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

В организации изучения учебной дисциплины «Общая психология» особое значение отводится лекционным занятиям, где преподавателем излагаются основополагающие вопросы в рамках программы данного курса по четко составленному плану. На лекции не только сообщается теоретически и практически значимая информация, но и происходит овладение студентами ключевыми понятиями, развивается способность всесторонне, глубоко и системно анализировать изучаемые факты, явления, подходить к познанию творчески. Работа на лекции – сложный, непрерывный и активный процесс, включающий в себя восприятие и осмысление излагаемых лектором положений, выделение среди них главной, наиболее существенной формулировки обобщений и выводов из сообщенных фактов.

Для обеспечения освоения дисциплины используются разработанные

преподавателями кафедры методические материалы в форме конспектов, контрольных вопросов, а также наглядные пособия в виде электронной презентации лекционного курса.

На семинарских и практических занятиях и при подготовке к ним студенты учатся планировать и организовывать свою самостоятельную работу, осуществляют следующие виды учебно-познавательной деятельности: подготовку сообщений, докладов, рефератов, их обсуждение; участие в коллективных беседах, организуемых преподавателем, обоснование участниками теоретических положений, подтверждение их практическими примерами; участие в мини-дискуссиях, посвященных обсуждению сложных, наиболее актуальных в современной психологии вопросов; анализ психологических ситуаций; написание эссе и др.

Адекватно отвечают целям изучения данной дисциплины современные технологии обучения: проблемное обучение (проблемное изложение, частично-поисковый и исследовательский методы); обучения как учебного исследования; коммуникативные технологии, основанные на активных формах и методах обучения (мозговой штурм, дискуссия, учебные дебаты, круглый стол и др.); игровые технологии (деловые, ролевые, имитационные игры).

Используемые при освоении дисциплины формы и методы направлены на развитие познавательного интереса, самостоятельности суждений, готовности к самосовершенствованию, общей, профессионально-педагогической и коммуникативной культуры будущего специалиста.

ТРЕБОВАНИЯ К СТУДЕНТУ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

Порядок проведения текущей аттестации по учебной дисциплине «Общая психология» регулируется Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования (утв. Постановлением Министерства образования Республики Беларусь 29.05.2012 № 53). Текущая аттестация успеваемости студента – одна из составляющих оценки качества освоения программы по дисциплине «Общая психология». Она проводится для оценки уровня знаний, умений, навыков, компетенций студентов и готовности их применения.

Основными задачами текущей аттестации успеваемости студентов являются:

проверка хода и качества усвоения учебного материала студентами;
развитие навыков самостоятельной работы студентов;
совершенствование методики проведения занятий;
упрочение обратной связи между преподавателями и студентами.

Текущая аттестация проводится в течение семестра по итогам выполнения студентами заданий к практическим занятиям, участия в бланковом и (или) компьютерном тестировании, выполнения заданий для самостоятельной работы.

По результатам аттестации студенту выставляется дифференцированная оценка, отражающая степень освоения материала.

Оценка уровня знаний и умений по учебной дисциплине «Общая психология» осуществляется по 10-балльной системе согласно рекомендациям Министерства образования Республики Беларусь («Критерии оценки результатов учебной деятельности обучающихся в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале» (письмо МО РБ от 28.05.2013 г. № 09-10/53 ПО)).

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ» (ДНЕВНАЯ ФОРМА ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, 4 ГОДА ОБУЧЕНИЯ)

№ п/п раздела, темы	Название раздела, темы	Количество часов			
		Аудиторные			Всего
		Лекции	Практические	Лабораторные	
1.	Раздел 1. Введение в психологию	6	6		18
1.1.	Психология как область научного знания	2	2		6
1.2.	Психика и сознание человека	2	2		6
1.3.	Психологическая теория деятельности	2	2		6
2.	Раздел 2. Психология познавательных процессов	10	12		18
2.1.	Сенсорно-перцептивная сфера человека	2	2		4
2.2.	Внимание	2 УСП	2		4
2.3.	Память	2	2		4
2.4.	Мышление и речь	2	4		4
2.5.	Воображение	2	2		2
3.	Раздел 3. Психология индивидуальных различий	8	12		18
3.1.	Темперамент	2	2+2УСП		4
3.2.	Характер	2	2		4
3.3.	Эмоции и чувства	2	2		4
3.4.	Воля	2	2		2
3.5.	Способности		2 УСП		4
ВСЕГО:		22 (+2л)	26(+4п)		54

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ» (ЗАОЧНАЯ ФОРМА ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, 5 ЛЕТ ОБУЧЕНИЯ)

№ п/п	Тема занятий	Аудиторные	
		Количество часов	
		Лекции	Практические
1.	Раздел 1. Введение в психологию	2	2
1.1.	Психология как область научного знания	2	
1.2.	Психика и сознание человека		
1.3.	Психологическая теория деятельности		2
2.	Раздел 2. Психология познавательных процессов	2	2
2.1.	Сенсорно-перцептивная сфера человека	2	
2.2.	Внимание		
2.3.	Память		
2.4.	Мышление и речь		2
2.5.	Воображение		
3.	Раздел 3. Психология индивидуальных различий	2	4
3.1.	Темперамент	2	2
3.2.	Характер		2
3.3.	Эмоции и чувства		
3.4.	Воля		
3.5.	Способности		
Итого:		6	8

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ» (ЗАОЧНАЯ ФОРМА ПОЛУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, 3,5 ГОДА ОБУЧЕНИЯ)

№ п/п	Тема занятий	Аудиторные	
		Количество часов	
		Лекции	Практические
1.	Раздел 1. Введение в психологию	2	
1.1.	Психология как область научного знания	2	
1.2.	Психика и сознание человека		
1.3.	Психологическая теория деятельности		
2.	Раздел 2. Психология познавательных процессов		2
2.1.	Сенсорно-перцептивная сфера человека		
2.2.	Внимание		
2.3.	Память		
2.4.	Мышление и речь		2
2.5.	Воображение		
3.	Раздел 3. Психология индивидуальных различий	2	
3.1.	Темперамент	2	
3.2.	Характер		
3.3.	Эмоции и чувства		
3.4.	Воля		
3.5.	Способности		
Итого:		4	2

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
«ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
Педагогика	Кафедра педагогики и психологии начального образования	Согласование содержания учебной программы прошло на этапе разработки программ	Согласовано без изменений (протокол №8 от 13.03.2023г.)
Социальная психология	Кафедра педагогики и психологии начального образования	Согласование содержания учебной программы прошло на этапе разработки программ	Согласовано без изменений (протокол № 8 от 13.03.2023г.)
Возрастная и педагогическая психология	Кафедра педагогики и психологии начального образования	Согласование содержания учебной программы прошло на этапе разработки программ	Согласовано без изменений (протокол № 8 от 13.03.2023г.)