УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Институт психологии

Кафедра общей и организационной психологии

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой	Директор Института психологии
_____ О.К.Войтко	_____ Н.В.Дроздова
23 января 2024 г.	23 января 2024 г.

Регистрационный № УМ-32-04-210-2024

ЭЛЕКТРОННЫЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

для специальности

6-05-0313-01 Психология

Составители:

А. П. Лобанов, профессор кафедры общей и организационной психологии Учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», доктор психологических наук, профессор.

Рассмотрено и утверждено
на заседании Совета БГПУ 25 января 2024 г. протокол № 5

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
4. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ
5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ
6. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
КРАТКИЙ КОНСПЕКТ ЛЕКЦИЙ

РАЗДЕЛ I. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ

Лекция 22. Теории личности

План

1. Типология теорий личности К. Левина. Принцип активности личности
2. Когнитивный агент. Способы описания личности (типы, факторы, черты) С. Клонингер
3. Модель Б. Г. Ананьева (индивид, личность, индивидуальность, субъект)
4. Теории личности К. К. Платонова и Э. А. Голубевой
5. Профиль личности согласно «Большой пятерки»

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Типология теорий личности К. Левина. Принцип активности личности

В 1936 Курт Левин (Kurt Lewin) вывел простое уравнение, изменившее представление о привычках и поведении человека. Оно имеет следующий вид поведение (B – Behavior) является функцией личности (P – Person) и окружающей среды (E – Environment).

$$B = f(P, E)$$

В контексте общей теории поля К. Левина поведение человека определяется взаимодействием двух сил: внутренних сил личности (собственные чувства человека, воспринимаемые желаниями, целями и способностями) и внешних сил или социального давления (восприятие человеком чужих ожиданий или желаний).

«Поле» как одно из важнейших понятий теории Левина стало не мозговым полем, изоморфным непосредственному личному опыту, а больше социальным окружением индивида. Несмотря на это, формула К. Левина, имеет бихевиористский оттенок B=f (P, E), то есть речь идет о поведении, которое зависит от взаимодействия личности и окружения.

Левин считал, что человек – сложное энергетическое поле, динамическая система потребностей и напряжений, которая определяет и направляет восприятие и действия (влияние гештальпсихологии). Концепция теории поля сложна для понимания. Сам Курт Левин писал, что «...психологи, которые, подобно мне, многие годы придерживались теории поля, так и не смогли сделать ее сущность достаточно ясной. Единственное оправдание этому я вижу в том, что задача очень непроста. ...К тому же понять вещи, подобные теории поля, и овладеть ими можно только на практике» (Левин, 1980). Возможно, свойственный ему визуальный (связанный со зрительными образами) стиль мышления способствовал созданию изображения жизненного пространства в форме эллипса (Hothersall, 1995). Сам же человек был представлен в форме круга, расположенного внутри эллипса. Именно эти эллипсы (а ученики Левина называли их «яйцами (картофелинами) Левина») некоторые психологи ассоциируют с самой теорией психологического поля.

Левинское «поле» как «жизненное пространство» включает в себя «личность и ее психологическое окружение». Психологическое (или поведенческое) окружение, правда, окружением в том смысле, как оно воспринимается и понимается личностью. Оно является окружением, которое соотносится с ее нынешними потребностями и квазипотребностями.

Таким образом, из теории К. Левина можно вывести три группы теорий личности: B=f (P); B=f (E) и B=f (P, E). Тем самым, он остановился у последней черты, отделяющей его теоретические положения от современных: роли активности самой личности: B=f (P, E) + A.

Формулу К. Левина полезно соотнести с аналогичной формулой Олпорта: личность = f (наследственность) + (среда).

2. Когнитивный агент. Способы описания личности (типы, факторы, черты) С. Клонингер

Под когнитивным агентом принято понимать думающего и делающего субъекта. Это понятие максимально тождественно современным представлениям о личности.

Сьюзен К. Клонингер определяет личность как индивидуальный опыт человека и внутренние мотивы, лежащие в основе его поведения. Развитие личности включает в себя переход от зависимого положения ребенка к самостоятельности, от подчиненного положения в семье – к равенству, от беспечности – к пониманию своей ответственности, от примитивных интересов – к сложным.

С. Клонингер различает три способа описания личности: типовой, факторный и посредством черт личности. Типы личности представляют собой категории людей со схожими характеристиками. То, что мы узнаем на основе типологического подхода представляет собой универсалии, это характерно для всех людей. Черта личности – характеристика, отличающая одного человека от другого. Она присуща ему в той или иной степени. В отличие от типов, черты личности охватывают более узкую область поведения человека. Результаты исследования посредством черт личности справедливы для отдельных личностей. Факторы – это результат обобщения черт личности. Их применение особенно продуктивно для анализа групп людей. Типовой и факторный подход, а также подход, основанный на теории черт, позволяют сравнивать личности (номотетический подход). С другой стороны, как утверждает С. Клонингер, ряд психологов исследуют личность, не фокусируясь на индивидуальных различиях. Они изучают только одного человека (идеографический подход). На практике этот подход в полном смысле невозможен и его результаты имеют ограниченное значение.

3. Модель Б. Г. Ананьева (индивид, личность, индивидуальность, субъект)

Как открытая система человек, находясь в постоянном взаимодействии с природой и обществом, осуществляет индивидуальное развитие своих человеческих свойств во взаимодействии с социумом. Одновременно человек – закрытая система вследствие внутренней взаимосвязанности свойств личности, индивидуальных и субъектных, составляющих то самое ядро его личности (самосознание и Я). Неповторимость индивидуальности проявляется в переходе внутренних тенденций и потенций в продукты творчества, деятельности личности, изменяющей окружающий мир и влияющей на его общественное развитие.

Б. Г. Ананьев считает, что в структуру личности входят такие свойства, как определенный комплекс коррелируемых свойств индивида (возрастно-половых, нейродинамических, конституционно-биохимических); динамика психофизиологических функций и структура органических потребностей, также относимых к индивидным свойствам. Высшая интеграция индивидных свойств представлена в темпераменте и задатках; статус и социальные функции-роли; мотивация поведения и ценностные ориентации; структура и динамика отношений.

Модель человека включает следующие компоненты: индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность.

Индивид – субъект, принадлежащий к человеческому роду, носитель биологических свойств. Врожденные особенности человека как представителя биологического вида, отличающие его от животного. Человек появляется на свет как индивид, включается в систему общественных отношений и становится личностью. Индивидуальность – неповторимость и своеобразие человека, характеристика развития его как индивида, субъекта деятельности и личности.

4. Теории личности К. К. Платонова и Э. А. Голубевой

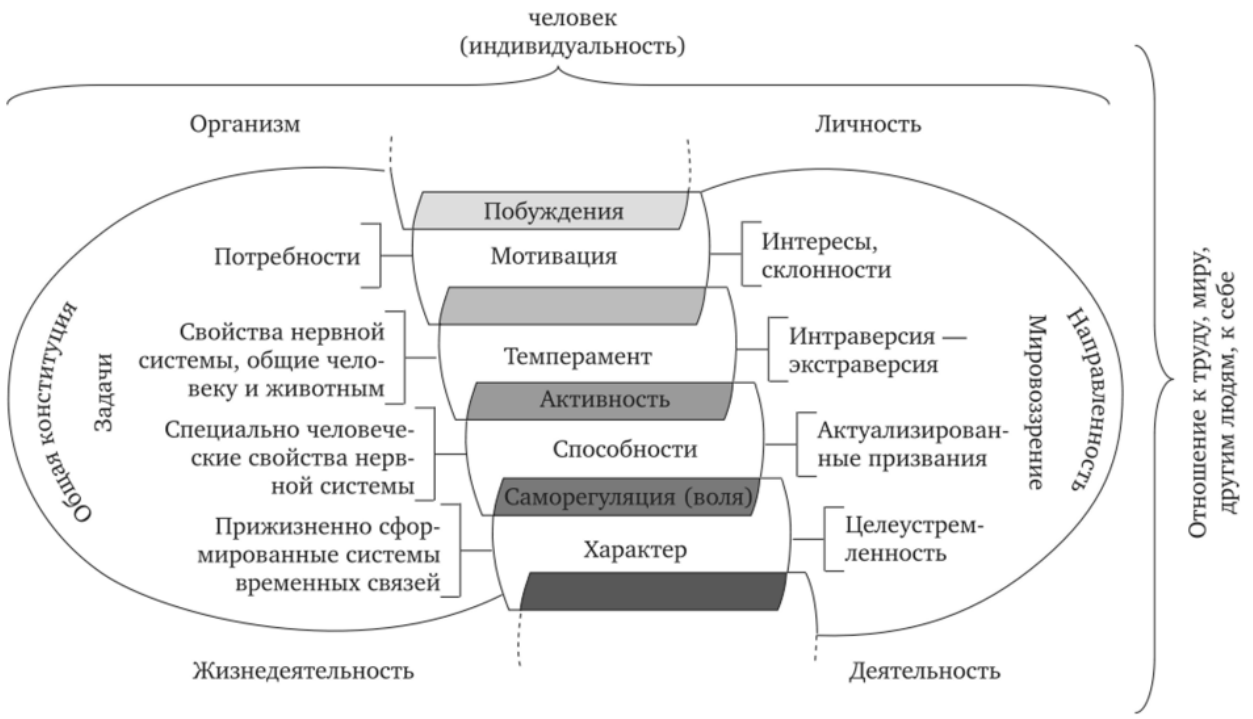
Наиболее общей структурой личности, согласно концепции динамической структуры личности К. К. Платонова, является отнесение всех ее особенностей и черт к одной из четырех групп, образующих 4 основные стороны личности:

- социально обусловленные особенности (направленность, моральные качества);
- личный опыт (объем и качество имеющихся ЗУН (знания, умения, навыки) и привычек);
- индивидуальные особенности различных психических процессов (внимание, память);
- биологически обусловленные особенности (темперамент, задатки, инстинкты и т.п.).

При этом 1 и 2 – социально обусловлены, 3 и 4 – генетически обусловлены. Все 4 стороны личности тесно взаимодействуют друг с другом. Однако, доминирующее влияние всегда остается за социальной стороной личности – ее мировоззрением, направленностью, потребностями, интересами, идеалами и эстетическими качествами.

Э. А. Голубева анализирует общие особенности типологического подхода и отмечает как одну из важнейших характеристик павловской типологии тенденцию к сопоставлению свойств высшей нервной деятельности (ВНД) и свойств специально человеческих типов: художника и мыслителя.

Она, опираясь на идеи предшественников, предлагает модель (рис), в основе которой лежат три универсальные составляющие способностей: активность, саморегуляция, направленность, и акцентирует связи способностей с другими подструктурами личности, включая мотивацию, темперамент и характер.



Она выделила основные подструктуры, структурообразующие признаки и системные свойства личности и индивидуальности человека, учитывающие в полном объеме все аспекты жизнедеятельности организма, с одной стороны, и психической деятельности личности в социуме и культуре, с другой. На схеме изображены три подструктуры индивидуальности: организм, поведение и личность. В первой центральное место занимают задатки, связанные с различными вариантами репрезентации активности нервной системы. В блок поведения наряду с уже описанными ранее способностями, активностью, саморегуляцией включены мотивация (побуждение), эмоциональность, темперамент и характер. В блоке личность в соответствие им ставятся интересы и склонности, а также актуализированные призвания. В сочетании с экстраверсией-интроверсией и целеустремленностью этот блок формирует такое важное образование как направленность личности. Индивидуальность в этой модели выступает как высший уровень иерархии по отношению к индивидному и личностному уровням.

5. Профиль личности согласно «Большой пятерки»

Большая пятёрка – диспозициональная модель личности человека, отражающая восприятие людей друг другом. В её основе лежит лексический

подход, использующий факторный анализ словесных описаний характеристик человека. К ним относят следующие факторы: экстраверсию, открытость, доброжелательность, добросовестность и невротизм. Эти характеристики в разной степени могут быть присущи или не присущи любой личности, а ещё их можно измерить. При этом они не влияют друг на друга и никак не взаимосвязаны.

Добросовестность включает надежность, ответственность, скрупулезность в работе, дисциплинированность, самоконтроль, организованность.

В экстраверсию входят черты, свойственные интровертам или экстравертам, – коммуникабельность, общительность, разговорчивость, стремление к компании и т. д.

В чем-то близко согласие, или сотрудничество, – эта группа посвящена тому, насколько человек стремится к социуму. Включенные в нее аспекты характеризуют то, приятна ли личность в общении, старается ли найти общий язык с другими или, напротив, грубит, отталкивает, обосабливается. Здесь же поднимаются вопросы того, умеет ли человек сочувствовать, понимать эмоции и чувства других людей, добр ли он, эгоистичен или нет.

Нейротизм – показатель эмоциональной стабильности / нестабильности, чувствительности, нервозности, беспокойности, раздражительности.

Открытость опыту передает то, готов ли человек к восприятию нового, нравится ли ему постигать, изучать что-либо, предрасположен ли он к фантазиям, креативности, насколько у него развито воображение.

Раздел II. Психические явления

Тема 2.1 Свойства личности

Лекция 1. Темперамент

План

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход.
2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант).
3. Физиологический и конституциональный подход.
4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка).
5. Свойства темперамента (Я. Стреляу, В. М. Русалов).
6. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт).

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 352 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход

Темперамент (от лат. – смесь, соразмерность) – врожденные особенности человека, которые обусловливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде.

Первую – гуморальную – теорию темперамента предложил древнегреческий врач Гиппократ. Согласно его точке зрения, темперамент зависит от преобладающей в организме человека определенной жидкости (гумор):

сангвиник: если преобладает кровь (сангвис), то темперамент будет сангвинический – энергичный, быстрый, жизнерадостный, общительный тип, легко переносящий жизненные трудности и неудачи;

холерик: если преобладает желчь (холе), то человек будет холериком – желчный, раздражительный, возбудимый, несдержанный, очень подвижный, с быстрой сменой настроения;

флегматик: если преобладает слизь (флегма), то темперамент флегматичный – спокойный, медлительный, уравновешенный тип, медленно, с трудом переключающийся с одного вида деятельности на другой, плохо приспосабливающийся к новым условиям;

меланхолик: если преобладает черная желчь (мелэна холе), то темперамент будет меланхолический – несколько болезненно застенчивый и впечатлительный тип, склонный к грусти, робости, замкнутости, быстро утомляющийся и чрезмерно чувствительный к невзгодам.

2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант)

Иммануил Кант дал формальное описание четырех типов темперамента, которые он разделил на две группы: сангвинический и меланхолический типы рассматривались им как темпераменты чувства; холерический и флегматический – как темпераменты действия. С современной точки зрения первых можно связать с такой характеристикой темперамента, как эмоциональность, а вторые – активность.

Сангвиник определялся. И. Кантом как человек веселого нрава, который представляет собой хорошего собеседника, умеет и любит общаться, легко заводит друзей. Такой человек полон надежд и веры в успех всех своих начинаний. Беззаботен и поверхностен, может придавать чему-то чрезмерное значение и тут же забывать об этом навсегда. Если расстраивается, то не испытывает глубоких отрицательных эмоций и быстро утешается. Обещает и не выполняет своих обещаний, так как не обдумывает заранее, способен ли он их исполнить. Это грешник: искренне раскаивается в содеянном, легко забывает о своем раскаянии и грешит снова. Работа его быстро утомляет, а занятия, которым он отдается, являются для него скорее игрой, чем серьезным делом.

Меланхолик характеризовался И. Кантом как человек мрачный. Он недоверчив и полон сомнений, готов во всем видеть повод для тревоги и опасений. Остерегается давать обещания, так как детально продумывает все трудности, связанные с их выполнением. Нарушить же данное слово он не может – ему это неприятно. Он редко веселится и не любит, когда веселятся другие.

Холерик – человек вспыльчивый. Он легко раздражается и впадает в ярость, но также легко и отходит, особенно если ему уступают. Очень активен; начав что-нибудь делать, действует энергично, однако этого запала ему хватает ненадолго; у него нет терпения и выдержки. Предпочитает руководить другими. Честолюбив, любит участвовать в различных церемониях, хочет, чтобы его все хвалили, поэтому окружает себя льстецами. Забота о других людях и великодушие у него показные: любит он только себя. Старается выглядеть умнее, чем есть на самом деле, и все время боится, что другие это поймут. Холерический темперамент больше, чем другие типы, вызывает противодействие со стороны окружающих, поэтому И. Кант считал, что его обладатели – несчастные люди.

Флегматик – хладнокровный, не подверженный аффективным вспышкам человек. Его недостатком оказывается склонность к бездеятельности (лень) даже в ситуациях, настоятельно требующих

активности. Но, начав какое-либо дело, он обязательно доводит его до конца. Благоразумен, придерживается принципов и воспринимается как мудрый человек. Нечувствителен к нападкам, не задевает тщеславия других людей, а потому уживчив. Однако может подчинить своей воле волю других людей, причем незаметно для них. И. Кант полагал этот тип темперамента самым удачным.

3. Физиологический и конституциональный подход

Конституционная теория темперамента появилась в начале XX в. Ее главная идея заключалась в установлении связи темперамента с врожденной конституцией (телосложением) человека. Конституционные теории опирались на наглядно различимые признаки в строении человеческого тела. Наиболее известные модификации данной теории принадлежат немецкому психиатру и психологу Эрнсту Кречмеру и американскому врачу и психологу Уильяму Шелдону.

Э. Кречмер выделил и описал четыре конституционных типа:

астеник – человек высокого роста, хрупкого телосложения, с плоской грудной клеткой. Плечи узкие, ноги и руки худые и длинные, кисти рук узкие, кожа дряблая. Астеники склонны к преждевременному старению;

пикник – человек среднего или малого роста, с богатой жировой тканью, большим животом, выпуклой грудной клеткой, круглой головой на короткой шее. Лицо широкое с мелкими чертами;

атлетик – человек высокого или среднего роста, пропорционального крепкого телосложения, с широкими плечами, хорошей мускулатурой, узкими бедрами. Голова держится прямо, лицевые кости выпуклые;

диспластик – человек неправильного телосложения, плохо сформировавшийся.

У. Шелдон обозначил три первичных компонента телосложения: эндоморфный, мезоморфный, эктоморфный. В основу своей классификации он положил соотношение видов тканей организма, развивающихся из трех зародышевых слоев: эндодермы, мезодермы и эктодермы.

Эндоморфный (преувеличенно развивается внутренний зародышевый слой, из которого формируются внутренние органы и жировые ткани) отличается круглой головой, крупными размерами внутренних органов, сферической формой тела, мягкостью тканей, ярко выраженными отложениями жиров. Мезоморфного (преимущественное развитие среднего зародышевого слоя, из которого формируются скелет, мускулы) характерны широкие плечи и грудная клетка, мускулистые руки и ноги, минимальное количество подкожного жира, мощная голова. Эктоморфный (преимущественное развитие внешнего зародышевого слоя, из которого

формируется нервная система и мозг; внутренний и средний зародышевый слои развивались в минимальной степени, поэтому но минимуму развиты кости, мускулы, жировые прослойки) олицетворяет худой человек, с вытянутым лицом, тонкими длинными руками и ногами, слабой мускулатурой и хорошо развитой нервной системой.

Конституционная теория отражает реально существующие связи между внешним обликом человека и его психическими особенностями. Вместе с тем она не позволяет выявить основу, по которой группируются определенные физические и психические свойства индивида в тот или иной тип темперамента.

Наиболее распространенной ныне является психофизиологическая теория И. П. Павлова, связавшая тип темперамента человека с типом его нервной системы. Он выделил четыре типа нервной системы: сильный, уравновешенный, подвижный; сильный, неуравновешенный; возбудимый; сильный, уравновешенный, инертный; слабый.

Выделив четыре типа нервной системы, Павлов сопоставил их с классическими типами темперамента, показав высокую степень соответствия между ними. Это дало ему основание для вывода: именно свойства нервной системы определяют давно описанные темпераменты.

Сангвиник (нервная система первого типа) – человек, легко приспосабливающийся к изменениям условий жизни. Реакции быстрые, обдуманные. Настроение уравновешенное, жизнерадостное. В высшей степени подвижен, общителен, часто меняет привязанности. Имеет широкий круг знакомств. При большом интересе к делу продуктивен, энергичен; в противном случае вял, скучен, неинтересен. Характеризуется высокой сопротивляемостью к различным трудностям.

Холерик (нервная система второго типа) – человек, нервная система которого характеризуется преобладанием возбуждения над торможением. Отличается энергичностью при недостатке выдержки и самообладания. Вспыльчив, несдержан, нетерпелив. Увлекаясь чем-то, полностью истощает свои силы и теряет интерес к начатому. Неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости: увлекшись каким-нибудь делом, он страстно, с полной отдачей работает, но сил ему хватает ненадолго, и, как только они истощаются, он дорабатывается до того, что ему все невмоготу. Появляется раздраженное состояние, плохое настроение, упадок сил и вялость. Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с отрицательными циклами спада, депрессии обусловливает неровность поведения и самочувствия, его повышенную подверженность к появлению невротических срывов и

конфликтов с людьми. Плохо приспособлен к деятельности, требующей спокойного темпа, плавных движений.

Флегматик (нервная система третьего типа) – человек, который очень медленно реагирует на любые раздражители, но устойчив, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям. Характеризуется уравновешенностью, стабильностью настроения и работоспособности. Спокоен, терпелив, выдержан. В мимике и интонациях невыразителен и однообразен. Сохраняет спокойствие даже при серьезных неприятностях, но иногда способен давать волю чувствам.

Меланхолик (нервная система четвертого типа) – человек, плохо сопротивляющийся воздействию сильных стимулов. Часто заторможен и пассивен. Отличается слабой выносливостью, тревожностью. Теряется в новой обстановке, среди новых людей.

Темперамент – внешнее проявление типа высшей нервной деятельности человека. В результате воспитания, самовоспитания это внешнее проявление может искажаться, изменяться, происходит «маскировка» истинного темперамента. «Чистые» типы темперамента встречаются редко, тем не менее преобладание той или иной тенденции всегда проявляется в поведении человека.

4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка)

Постепенно среди ученых все более крепло убеждение в том, что свойства темперамента наиболее отчетливо проявляются в тех формах поведения, которые непосредственно связаны с энергетическими тратами организма – со способами накопления и расходования энергии и количественными характеристиками этих процессов. Поэтому большинство исследователей темперамента обращали внимание прежде всего на эмоциональные и моторные реакции индивида, особенно подчеркивая их силу (интенсивность) и протекание во времени. Классическим примером такого подхода может служить типология темпераментов, предложенная В. Вундтом (W. Wundt). Он понимал темперамент как предрасположенность к аффекту.

Придерживаясь такого взгляда, В. Вундт выделил **два биполярных свойства** темперамента: силу и быстроту изменения (стабильность – нестабильность) эмоции, подчеркивая тем самым важное значение энергетической характеристики индивида. Сильные эмоциональные реакции в сочетании с эмоциональной нестабильностью образуют холерический темперамент, небольшая сила эмоциональных реакций в сочетании с их нестабильностью – сангвинический темперамент.

В. Вундт отошел от описательного подхода, выделив две характеристики, которые можно измерить. Автор высказал мысль о том, что каждый темперамент имеет свои положительные и отрицательные стороны.

Быстрота изменяемости чувства	Сила чувств	
	сильная	слабая
Быстрая	Холерик	Сангвиник
Медленная	Меланхолик	Флегматик

К. Юнг считал, что всякий человек стремится либо к восприятию объектов внешнего мира, либо стремится от них абстрагироваться. Это различие он назвал общим типом установки и поделил на экстравертную (направленную на восприятие внешнего мира) и интровертную (направленную преимущественно «внутрь себя»). Полагая, что не существует ни чистых экстравертов, ни чистых интровертов, он считал, что каждый индивидуум более склонен к одной из этих установок и действует преимущественно в её рамках. «Каждому человеку присущи оба механизма, экстраверсии и интроверсии, и лишь относительный перевес того или другого определяет тип», – пишет К. Юнг.

Очевидные недостатки популярных на Западе теорий темперамента Э. Кречмера и К. Юнга попытался «исправить» английский психолог Ганс Айзенк, который предложил рассматривать типологии этих двух ученых как систему из четырех координат.

Первую координату образует объектно-субъектная ориентация (от максимальной экстраверсии до максимальной интроверсии). Второй выступает шкала нормы – патологии. Средние величины патологии (психических отклонений) образуют неврозы, сильные – психозы. Третья координата – шкала маниакально-депрессивный психоз – шизофрения. Середина этой шкалы представлена нормальными психическими состояниями. Для одного типа темперамента таковые выступают синтонией (минимально выраженной циклотимией) и собственно циклотимией, для другого – дистонией и шизотимией. Средние величины психических отклонений образуют соответственно истерию и психастению, а максимальные – маниакально-депрессивный психоз и шизофрению. Четвертая координата образована тремя типами телосложения: пикническим, атлетическим и лептосомным. Заслуга Г. Айзенка состоит, во-первых, в подведении физиологической базы под чисто психологические типы К. Юнга, и, во-вторых, в том, что все психологические проявления – нормальные и патологические – рассматриваются как континуумы значений, а не как

крайние типы. Но и в этом случае одна из координат, относящаяся к типам телосложения, остается дискретной.

Описывая поведение экстравертов и интровертов, с одной стороны, и лиц с высоким и низким нейротизмом – с другой, Г. Айзенк построил свою модель типов темперамента. Тип темперамента, согласно этому автору, представляет собой один из четырех квадрантов при пересечении двух ортогональных шкал: экстраверсия – интроверсия; эмоциональная стабильность – лабильность.

Первая шкала характеризует индивида со стороны «открытости» внешнему миру, вторая – со стороны его эмоциональной устойчивости. Сочетание таковой с экстраверсией Г. Айзенк отождествляет с типом сангвиника; эмоциональной лабильности и экстраверсии – с холериком; эмоциональной устойчивости и интроверсии – с флегматиком, а эмоциональной лабильности и интроверсии – с меланхоликом.

В представленной модели отсутствуют такие характеристики темперамента, как эмоциональная возбудимость и реактивность.

5. Свойства темперамента (Я. Стреляу, В. М. Русалов)

Современный польский исследователь Ян Стреляу предложил рассматривать темперамент с точки зрения его роли в приспособлении человека к условиям жизни и деятельности. Он разработал регулятивную теорию темперамента.

Фундаментальными характеристиками темперамента Я. Стреляу считает следующие: реактивность – сила ответных реакций человеческого организма на воздействия (чувствительность и выносливость) или способность к работе; активность – интенсивность и длительность поведенческих актов, охват и объем предпринимаемых действий.

Основные положения теории Я. Стреляу:

Существуют относительно стабильные индивидуальные различия по отношению к формальным характеристикам поведения – интенсивности (энергетический аспект) и времени (темпоральный аспект).

Темперамент характеризует по качествам интенсивности и времени не только людей, но и в целом млекопитающих.

Темпераментальные характеристики есть результат биологической эволюции и потому должны иметь генетическую основу, которая и определяет их индивидуальные проявления.

Однако по мере взросления индивида и под действием особых средовых условий темперамент, считает Я. Стреляу, в определенных границах все же может изменяться. Психолог разработал специальный тест-опросник, который

был адаптирован отечественными психологами Н. Р. Даниловой и Ф. Г. Шмелёвым.

Специальную теорию индивидуальности, объясняющую формально-динамические характеристики личности, разработал В. М. Русалов, который уточнил некоторые положения концепции В. С. Мерлина. Согласно представлениям В. М. Русалова, темперамент – психосоциобиологическая категория, базовое образование психики, определяющее все богатство содержательных характеристик человека.

Характеристика темперамента: 1) темперамент отражает формальный аспект деятельности и не зависит от её цели, смысла, мотива; 2) характеризует индивидуально-типичную меру энергетического напряжения и отношение к миру и себе; 3) универсален и проявляется во всех сферах жизнедеятельности; 4) может проявляться уже в детстве; 5) устойчив в течение длительного периода жизни человека; 6) высоко коррелирует со свойствами биологических подсистем (нервной, гуморальной, телесной и т.д.); 7) передается по наследству.

При создании своей теории темперамента он опирался на учение П. К. Анохина об акцепторе действия (функциональной системе порождения и коррекции любого поведенческого акта) и на данные нейропсихофизиологии. В соответствии с четырьмя блоками функциональной системы П. К. Анохина: 1) афферентного синтеза (сбора сенсорной информации по всем каналам), 2) программирования (принятия решения), 3) исполнения и 4) обратной связи, – В. М. Русалов выделил 4 формально-динамических свойства темперамента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость, эмоциональность (чувствительность).

6. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт)

Темперамент в этой модели определяется как конституционально обусловленные индивидуальные особенности внимания, эмоций, двигательной активности и саморегуляции. Термин «конституциональный» в данном случае подчеркивает биологическую базу темперамента, которая формируется под влиянием генетических факторов, созревания и усвоения опыта. В описании темперамента выделяются три уровня: нейрональный, физиологический и поведенческий.

Центральными понятиями модели являются «реактивность нервной системы» (ее возбудимость) и «саморегуляция реактивности», которые выступают как своеобразная форма обобщения по отношению к физиологическому и нейрональному уровням. Эти понятия объединяют и конкретные специфические компоненты (в частности реактивность сердечно-сосудистой системы) и более общие, например, отрицательную

эмоциональность. Именно эти компоненты, с одной стороны, ограничивают общую реактивность в поведении и, с другой – сами ею ограничиваются. В свою очередь, названные выше понятия, интегрируясь, обеспечивают более высокий уровень в структуре индивидуальности – аффективно-мотивационную систему. Последняя, как и темперамент, представляет собой открытую систему. Содержание опыта будет влиять на ее формирование, создавая необходимость исследовать связи, возникающие между темпераментом и опытом. В качестве показателей реактивности и саморегуляции в этих исследованиях используются характеристики двигательной активности, эмоциональные реакции, особенности вокализации и мимики. Особое значение придается формальным показателям, к их числу относят: латентный период возникновения и порог реакций, их интенсивность, время достижения максимума реакции и время угасания.

Анализируя проблемы структуры и диагностики свойств темперамента, Мэри Ротбарт неоднократно подчеркивала незавершенный характер знаний о природе темперамента, выражая уверенность в выявлении новых граней и свойств этого конструкта.

Лекция 2–3. Характер

План

1. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера.
2. Черты характера (Б. М. Теплов).
3. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма.
4. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ).
5. Акцентуация характера. Типы акцентуаций характера (К. Леонгард и А.Е. Личко).
6. Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков)

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 352 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера

Характер (от греч. charakter – черта, признак, примета, особенность) - сочетание устойчивых психических особенностей человека, определяющих его поведение в жизненных обстоятельствах и в первую очередь – при взаимодействии с окружающими людьми. Характер тесно связан с другими сторонами личности человека, в частности, с темпераментом, который определяет внешнюю форму выражения характера. В наибольшей мере на характер влияют социальные условия, в которых сформировалась личность – именно поэтому у людей, сформировавшихся в схожих условиях, многие черты характера совпадают. В психологии различаются характеры определенные (с одной или несколькими доминирующими чертами) и неопределенные (без таких черт), противоречивые (предполагающие противоречия между осознанием целей деятельности и самой деятельностью) и цельные (без таких противоречий).

Характер – индивидуальное сочетание существенных свойств личности, выражающих отношение человека к действительности и проявляющихся в его поведении, в его поступках. Нет двух людей с одинаковым характером. Трудности, которые испытывают преподаватели, стремясь изучить характер учеников, обусловлены именно его неповторимостью у каждого.

Характер человека – то, что определяет его значимые поступки. Если определенные формы поведения не случайны для данного человека, а постоянно и устойчиво проявляются в типичных обстоятельствах, значит, они характерологичны. Поэтому, зная характер, можно предвидеть поведение человека в определенной ситуации. Мировоззрение личности составляет стержень характера. Люди без твердых убеждений никогда не могут иметь твердого характера.

Характер тесно связан с темпераментом. Темперамент влияет на форму проявления характера. От темперамента зависят многие черты характера, такие, как уравновешенность поведения, общительность, легкость или трудность включения в новую деятельность, выражение чувств. Однако тип темперамента не определяет сущности характера: флегматик может быть деятельным и трудолюбивым, а сангвиник суетливым и бесплодным.

И. П. Павлов рассматривал характер как «сплав» врожденных и приобретенных форм поведения. При этом он подчеркивал решающее значение среды и воспитания в формировании характера.

2. Черты характера (Б. М. Теплов)

Характер человека определяется его отношением к: коллективу и отдельным людям; труду и достижению целей; самому себе; вещам и деньгам.

Отношение к коллективу и отдельным лицам (родным, друзьям, малознакомым) обнаруживается в коллективизме, гуманности, чуткости, доброте, отзывчивости, честности, скрытности и т. д. Характер может быть понят и раскрыт только в общении с другими людьми.

Отношение к труду находит выражение в таких чертах характера как трудолюбие, добросовестность, аккуратность, инициативность, инертность, небрежность, косность, лень. Отношение к препятствиям в трудовой деятельности проявляется в волевых чертах характера: целеустремленности, выдержке и самообладании, настойчивости и упорстве, смелости и решительности, инициативности и самостоятельности.

Отношение к самому себе находит выражение в таких чертах характера как скромность, самокритичность, застенчивость, робость, чувство достоинства, гордость, самомнение, честолюбие, уровень притязаний.

Отношение к вещам, деньгам раскрывается в таких чертах характера как аккуратность, неряшливость, расточительность, бережливость, жадность, организованность, честность и других.

Отрицательными чертами характера являются повышенное самомнение, высокомерие и хвастовство. Человек, обладающий этими чертами, обычно неуживчив в коллективе, невольно создает в нем конфликтные ситуации. Нежелательна и другая крайность в характере человека – недооценка своих достоинств, робость в высказывании своих позиций и отстаивании взглядов. Скромность и самокритичность должны сочетаться с чувством собственного достоинства, основанном на сознании действительной значимости своей личности.

3. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма

Позитивной реакцией на критику стали проводившиеся уже в начале XX в. исследования, сводящиеся к «чистому» психологическому описанию (или характеристике) свойств темперамента и характера, абстрагирующемуся от строения и функции организма. Одной из первых в этом ряду стала теория, принадлежащая голландским психологам Г. Хеймансу и Е. Вирсме (G. Heymans, E.D. Wiersma).

Стремясь избежать всяких ссылок на конституцию и упреков в отсутствии объективности, чем грешили почти все типологии, эти авторы разработали специальный опросник, содержащий 90 вопросов, и с его помощью обследовали 2500 лиц (взрослых и детей). На основании полученных данных они выделили три основные, биполярные характеристики темперамента (характера):

эмоциональность – отсутствие эмоциональности. Это свойство определяется измерением частоты и силы эмоциональных реакций по отношению к ситуациям, вызвавшим эти реакции;

активность – пассивность. Основанием для оценки данного свойства выступает активность в труде, в школе или дома, способ проведения досуга (активный – пассивный), отношение к обязанностям (выполняет задания немедленно – откладывает их в долгий ящик);

первичная функция – вторичная функция. Люди с развитой первичной функцией сильно и немедленно реагируют на стимулы окружающей среды, причем эффект этих реакций быстро угасает. Напротив, у индивидов, которым свойственна вторичная функция, первоначальная реакция на раздражитель слабая, затем она постепенно усиливается и сохраняется более длительное время; поэтому лиц такого типа часто называют персеверативными (от англ. perseverance – «стойкость, настойчивость, упорство»). Исследователи иногда обращают внимание на аналогию между первичной функцией и экстраверсией, вторичной функцией и интроверсией. Так, люди с преобладанием первичной функции (экстраверты, по терминологии Г. Айзенка) оцениваются как импульсивные, легко примиряющиеся, находящиеся в постоянном движении, шутливые, поверхностные, с легкостью устанавливающие контакт с окружением. Индивиды с преобладанием вторичной функции (интроверты) – люди серьезные, спокойные, выдержанные, замкнутые, педантичные, добросовестные, склонные к депрессии.

4. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ (Фанк))

Э. Фромм описал пять типов социального характера, разделив их на неплодотворные и плодотворные. К неплодотворным относятся рецептивная, эксплуататорская, стяжательская и рыночная ориентации, а плодотворная ориентация – к плодотворным. Однако эти типы не существуют в чистом виде, а сочетаются у людей в разных пропорциях.

Рецептивные типы убеждены в том, что источник всего хорошего в жизни находится вне их самих. Они открыто зависимы и пассивны, не способны делать что-либо без посторонней помощи и думают, что их основная задача в жизни – скорее быть любимыми, чем любить. Рецептивных

индивидуумов можно охарактеризовать как пассивных, доверчивых и сентиментальных. Если отбросить крайности, то люди с рецептивной ориентацией могут быть оптимистичными и идеалистичными.

Эксплуатирующие типы берут все, что им нужно или о чем они мечтают, силой или изобретательностью. Они тоже неспособны к творчеству, и поэтому а добиваются любви, обладания, идей и эмоций, заимствуя все это у других. Негативными чертами эксплуатирующего характера являются агрессивность, надменность и самонадеянность, эгоцентризм и склонность к соблазнению. К положительным качествам относятся уверенность в себе, чувство собственного достоинства и импульсивность.

Накапливающие типы пытаются обладать как можно большим количеством материальных благ, власти и любви; они стремятся избегать любых поползновений на свои накопления. В отличие от первых двух типов, «накопители» тяготеют к прошлому, их отпугивает все новое. Они напоминают анально-удерживающую личность по Фрейду: ригидные, подозрительные и упрямые. У них есть и некоторые положительные особенности – предусмотрительность, лояльность и сдержанность.

Рыночный тип исходит из убеждения, что личность, оценивается как товар, который можно продать или выгодно обменять. Эти люди заинтересованы в сохранении приятной внешности, знакомствах с нужными людьми и готовы продемонстрировать любую личностную черту, которая повысила бы их шансы на успех в деле продажи себя потенциальным заказчикам. Их отношения с окружающими поверхностны, их девиз – «Я такой, каким вы хотите меня видеть». Кроме предельной отстраненности, рыночная ориентация может быть описана с помощью следующих ключевых черт характера: оппортунистический, бесцельный, бестактный, неразборчивый в средствах и опустошенный. Их положительные качества – открытость, любознательность и щедрость.

В противоположность непродуктивной ориентации, продуктивный характер представляет собой, с точки зрения Фромма, конечную цель в развитии человека. Независимый, честный, спокойный, любящий, творческий и совершающий социально-полезные поступки. Из работ Фромма видно, что он рассматривал эту ориентацию как ответ на противоречия человеческого существования, присущие обществу. В ней проявляется способность человека к продуктивному логическому мышлению, любви и труду. Благодаря продуктивному мышлению люди узнают, кто они такие, и поэтому освобождаются от самообмана. Сила продуктивной любви дает возможность людям горячо любить все живое на Земле (биофилия). Фромм определял биофилию с помощью таких качеств, как забота, ответственность, уважение и знание. Наконец, продуктивный труд обеспечивает возможность производства

предметов, необходимых для жизни, благодаря творческому самовыражению. Результатом реализации всех вышеперечисленных сил, свойственных всем людям, является зрелая и целостная структура характера.

Продуктивная ориентация в гуманистической теории Фромма – идеальное состояние человека. Вряд ли кто-нибудь достигал всех характеристик продуктивной личности. В то же время Фромм был убежден, что в результате коренной социальной реформы продуктивная ориентация может стать доминирующим типом в любой культуре. Совершенное общество рисовалось Фромму таким, в котором находят удовлетворение базисные потребности человека. Он называл это общество гуманистическим общинным социализмом.

Новый предложенный Фанком и основанный на адаптации к постмодернистскому обществу тип социального характера назван им «Я-ориентация» («ориентация на себя») и является логическим продолжением фроммовской типологии социального характера.

«Ориентированная на себя личность страстно стремится к свободному самоопределению, спонтанности, автономности, к снятию каких-либо запретов или условий. Решающим мотивом для современной личности является желание создания собственной, специфической, сфабрикованной реальности, отличающейся от окружающего мира и носящей отпечаток личной индивидуальности согласно лозунгу: «Пока ты не сделал что-то из себя, ты – ничто!»».

Таким образом, основной чертой нового типа социального характера является стремление к созданию собственной, отличной от изначально данной действительности, поэтому в восприятии современной личности нет ничего постоянного и истинного, реально лишь то, что утверждает «Я».

В своем анализе современного социального характера Райнер Фанк последовательно придерживается синтетического подхода, сочетающего в себе социологическую и психоаналитическую перспективы. В основу своего социологического взгляда он положил представления о постмодернистском обществе двух немецких социологов – У. Бэка и его концепцию «общества риска» и Г. Шульце и его трактовку современного «общества благосостояния» и идею формирования единого стиля жизни.

Р. Фанк выделяет три ключевых социальных фактора формирования постмодернистского характера:

1. Потребительская ориентация рынка: формирование искусственных, ареальных потребностей у личности, виртуализация, продажа чувств и эмоций.

2. Технические инновации, цифровые технологии, расширяющие границы пространства и времени, делающие возможным продуцирование

новых реальностей, превосходящих по своей силе и интересу подлинную реальность.

3. Суггестивное влияние на человеческое поведение, чувства, восприятие, вкусы людей, манипулирование и внушение.

Психоаналитическая составляющая исследования Фанка основана, прежде всего, на традиции, заложенной Э. Фроммом, и предполагает исследование глубинных, неосознаваемых черт социального характера. Ориентированный на себя постмодернистский тип личности перенимает многие черты рыночной ориентации (гибкость, спонтанность, креативность), однако если цель рыночного типа – подходить под требования рынка и подстраиваться под его условия, то цель постмодернистской личности – фабрикация реальности для себя как самоцель (А.А. Араблинская).

5. Акцентуация характера. Типы акцентуаций характера (К. Леонгард и А.Е. Личко)

Акцентуация характера – это чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющая крайний вариант психической нормы. Акцентуации характера могут содействовать развитию психогенных расстройств, ситуативно обусловленных патологических нарушений поведения, неврозов, психозов. Однако следует отметить, что акцентуацию характера ни в коем случае нельзя отождествлять с понятием психической патологии. Жесткой границы между условно нормальными, «средними» людьми и акцентуированными личностями не существует.

Выявление акцентуированных личностей в коллективе необходимо для выработки индивидуального подхода к ним, для профессиональной ориентации, закрепления за ними определенного круга обязанностей, с которыми они способны справляться лучше других (в силу своей психологической предрасположенности)

Основные типы акцентуации характеров и их сочетаний (К. Леонгард):

Истероидный или демонстративный тип, его основные особенности — эгоцентризм, крайнее себялюбие, ненасытная жажда внимания, потребность в почитании, в одобрении и признании действий и личных способностей.

Гипертимный тип – высокая степень общительности, шумливость, подвижность, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству.

Астеноневротический – повышенная утомляемость при общении, раздражительность, склонность к тревожным опасениям за свою судьбу.

Психостенический – нерешительность, склонность к бесконечным рассуждениям, любовь к самоанализу, мнительность.

Шизоидный – замкнутость, скрытность, отстраненность от происходящего вокруг, неспособность устанавливать глубокие контакты с окружающими, необщительность.

Сенситивный – робость, стеснительность, обидчивость, чрезмерная чувствительность, впечатлительность, чувство собственной неполноценности.

Эпилептоидный (возбудимый) – склонность к повторяющимся периодам тоскливо-злобного настроения с накапливающимся раздражением и поиском объекта, на котором можно сорвать злость. Обстоятельность, низкая быстрота мышления, эмоциональная инертность, педантичность и скрупулезность в личной жизни, консервативность.

Эмоционально-лабильный – крайне изменчивое настроение, колеблющееся слишком резко и часто от ничтожных поводов.

Инфантильно-зависимый – люди, постоянно играющие роль «вечного ребенка», избегающие брать на себя ответственность за свои поступки и предпочитающие делегировать ее другим.

Неустойчивый тип – постоянная тяга к развлечениям, получению удовольствий, праздность, безделье, безволие в учебе, труде и выполнении своих обязанностей, слабость и трусливость.

Одна из классификаций характера принадлежит известному отечественному ученому А. Е. Личко. Она построена на основе наблюдений за подростками.

Акцентуация характера, по Личко, – это чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в психологии и поведении человека, граничащие с патологией. Такие акцентуации, как временные состояния психики, чаще всего наблюдаются в подростковом и раннем юношеском возрасте. При взрослении ребенка особенности его характера, проявляющиеся в детстве, остаются достаточно выраженными, теряют свою остроту, но с возрастом вновь могут проявиться отчетливо (особенно если возникнет заболевание).

Выраженность акцентуации может быть рахитичной: от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни – психопатии. Психопатия – болезненное уродство характера (при сохранении интеллекта человека), в результате чего резко нарушаются взаимоотношения с окружающими людьми. Но, в отличие от психопатии, акцентуации характера проявляются непостоянно, с годами могут совершенно сгладиться, приблизится к норме. Акцентуации характера чаще всего встречаются у подростков и юношей (50–80%), поскольку именно эти периоды жизни наиболее критические для формирования характера, проявления неповторимости, индивидуальности.

Затем акцентуации могут сглаживаться или, напротив, усиливаться, перерастая в неврозы или психопатию.

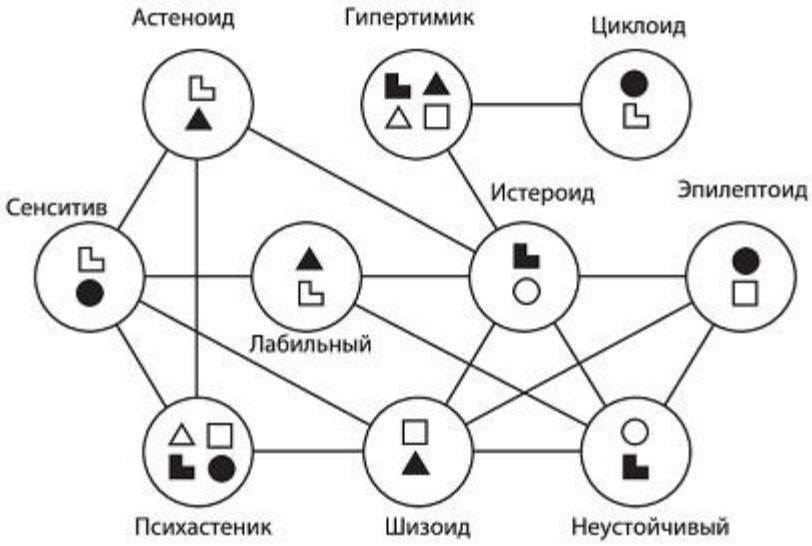


Рис. Схема акцентуации характера по Е. Филатовой и А.Е. Личко

6. Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков)

Клинические признаки психопатий (триада Ганнушкина – Кербикова):

1) выраженность патологических свойств личности до степени нарушения социальной адаптации;

2) их относительная стабильность, малая обратимость;

3) тотальность патологических черт личности, определяющих весь психический облик.

Психопатии – патология характера, при которой у субъекта наблюдается практически необратимая выраженность личностных свойств, препятствующих его адекватной адаптации в социальной среде.

Различают психопатии ядерные (врожденные или конституциональные) и приобретенные. Последние возникают как следствие травмы головного мозга, инфекции, интоксикации, психотравмы. Конституциональные психопатии обусловлены врожденной неполноценностью нервной системы, вызванной факторами наследственности, вредностями, воздействующими на плод, родовой травмой и т. п. Конституциональные психопатии проявляются уже в детском возрасте в виде нарушений эмоционально-волевой сферы, при этом интеллект может быть относительно сохранным.

Степень выраженности психопатии во взрослом возрасте зависит от условий воспитания и влияния окружающей среды. Проявления психопатии разнообразны.

Лекция 4–5. Способности

План

1. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности
2. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина
3. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень
4. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная)
5. Способности как свойства личности (В. Д. Шадриков)
6. Уровни развития способностей. Одаренность

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 352 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности

По Б. М. Теплову, способности – это индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого и имеющие отношение к успешности выполнения деятельности. 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. Н. А. Менчинская полагает, 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.

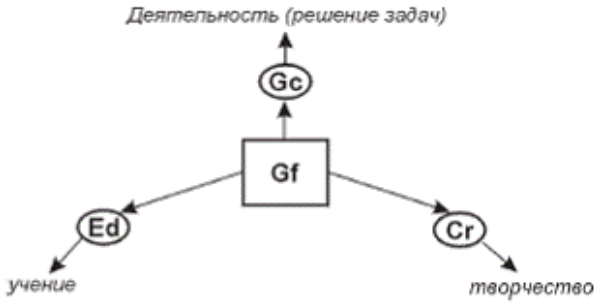
Основу способностей составляют задатки. Задатки – природные предпосылки, которые являются условием развития способностей не только в смысле того, что они придают своеобразие процессу их развития, но и в смысле того, что они в известных пределах могут определять содержательную сторону и влиять на уровень достижений. К задаткам относятся не только анатомо-морфологические и физиологические свойства мозга, но и психические свойства в той степени, в которой они прямо и непосредственно обусловлены наследственностью

2. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина

Общие способности – это благоприятные возможности развития таких особенностей психики человека, которые одинаково важны для многих видов деятельности. К их числу относятся: общий уровень интеллектуального развития, внимательность, память, волевые качества, грамотная речь, работоспособность и др.

Специальные, или профессиональные, способности – это возможности к развитию отдельных психических качеств для конкретного вида деятельности: музыкальные, математические, лингвистические, спортивные и т. д. Они предполагают для своего развития упорную и длительную тренировку.

Привлекательность диагностики общих, а не специальных способностей состоит в том, что есть возможность решить «одним махом» ряд проблем, поскольку общие способности необходимы для любой деятельности и, по мнению многих исследователей, вносят основной вклад в детерминацию успешности.



Типичной является теория «интеллектуального порога» Г. Перкинса, который на основании массы корреляционных исследований утверждает, что для овладения каждой деятельностью нужен необходимый и достаточный уровень интеллекта. Если интеллект у индивида ниже этого уровня, индивид не может работать, но превышение интеллекта над необходимым уровнем не дает прироста продуктивности. Различия продуктивности у лиц, чей интеллект превышает «пороговый» уровень будут определяться мотивацией, личностными чертами и т. д., но не различиями интеллекта. Главное: этот эффект относится к любой деятельности (трудовой, учебной и пр.).

Аналогична концепция креативности, авторами которой считаются Д. Гилфорд, Е. П. Торренс, Д. Б. Богоявленская. Они подчеркивают, что креативность является общей особенностью личности (способностью, диспозицией, чертой – в терминологии авторы расходятся) и влияет на творческую продуктивность независимо от сферы проявления личностной активности.

Наконец, при прогнозировании успешности школьного и вузовского обучения многие психологи приходили к выводу о существовании обучаемости как некоторой общей способности к обучению, независимой от интеллекта и креативности. Известно, что корреляции креативности и академической успеваемости очень малы, а личностные качества «идеального отличника» и «творческого человека», по данным эмпирических исследований, полярны. Корреляции между уровнем общего интеллекта и академической успешностью имеют большой разброс и зависят от методики диагностики интеллекта, особенностей выборки.

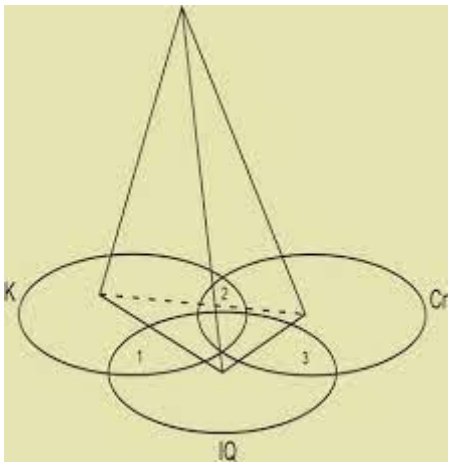
Д. Кеттелу не удалось выявить с помощью факторного анализа общую обучаемость как способность, аналогичную общему интеллекту. Он коррелировал величины прироста выполнения качественно различных навыков после тренировки. Однако отрицательный результат не помешал ему использовать в своей методике диагностики интеллекта индекс тренируемости наравне с коэффициентом общего интеллекта. Индекс тренируемости равен разности результатов выполнения первой и второй частей теста, которые аналогичны.

Включая в структуру общих способностей интеллект, креативность и обучаемость, утверждает Д. Н. Дружинин, мы основывались на трехкомпонентной модели когнитивного процесса.

3. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень

Модель общих способностей включает интеллект, креативность и компетентность. Каждая из них может быть выражена на имплицитном

(круги) и эксплицитном (треугольник) уровнях. Грани треугольника (1, 2, 3) допускают определенную интеграцию содержания понятий. В результате речь может идти о креативном интеллекте, интеллектуальной креативности, интеллектуальной и креативной компетентности.



Модель имеет двухуровневый характер: когнитивный и метакогнитивный, последний предполагает единый механизм функционирования общих способностей.

4. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная)

М. А. Холодная в книге «Психология интеллекта: парадоксы исследования» выделяет четыре основных аспекта функционирования интеллекта, характеризующие четыре типа интеллектуальных способностей: конвергентные способности, дивергентные способности (или креативность), обучаемость и познавательные стили (Холодная, 2002).

Кроме того, она выделяет шесть типов интеллектуально одаренных людей:

1) с показателем общего интеллекта более 135–140 единиц;

2) с высоким уровнем академической успешности;

3) с высоким уровнем развития творческих интеллектуальных способностей - показателей быстроты порождения идей и их оригинальности;

4) с высокой степенью успешности в выполнении тех или иных видов деятельности;

5) с экстраординарными интеллектуальными достижениями;

6) с экстраординарными интеллектуальными возможностями, связанными с анализом, оценкой и предсказанием событий обыденной жизни людей.

5. Способности как свойства личности (В. Д. Шадриков)

Понятие «способность» является психологической конкретизацией категории свойства – психической функциональной системы, процесс функционирования которой (психический процесс) обеспечивает достижение некоторого полезного человеку результата. Способности можно определить как свойства функциональных систем, реализующих отдельные психические функции, имеющих индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии освоения и реализации отдельных психических функций.

При определении индивидуальной меры выраженности способностей целесообразно придерживаться тех же параметров, что и при характеристике любой деятельности: производительности, качества и надежности (в отношении рассматриваемой функции). Поскольку психический процесс (в том числе – познавательный) является временной характеристикой функционирования соответствующей системы, то В. Д. Шадриков сводит способности к способностям мыслительным, способностям восприятия, памяти и так далее. Способности, понимаемые по В. Д. Шадрикову, являются общими в смысле отнесенности к конкретным видам деятельности: не существует, с этой точки зрения, «летных», «кулинарных», «музыкальных», «педагогических» и прочих способностей.

Правда, В. Д. Шадриков вводит понятие общей одаренности, определяя ее как пригодность к широкому кругу деятельностей или сочетание способностей, от которых зависит успешность разных деятельностей, но и в этом случае общее не предшествует частному, а наоборот есть результат «сборки» отдельных элементов.

Принцип «общее предшествует частному», который является результатом развития общего в процессе дифференцировки, является принципом систем, наиболее освоенных современной психологией (В. Н. Дружинин).

6. Уровни развития способностей. Одаренность

Общие способности нередко называют одаренностью. Одаренность может проявляться в различных видах жизнедеятельности: в интеллектуальной, академической (способность обучаться), творческой деятельности, в социальной сфере (лидерство, общение), духовной жизни, психомоторике (движение). Одаренных людей отличает внимательность, собранность, постоянная готовность к деятельности, им свойственна настойчивость в достижении цели, неуемная потребность трудиться, а также интеллект, превышающий средний уровень.

Одаренность – наличие у человека ярко выраженных задатков к развитию способностей. Одаренность не является единственным фактором, обеспечивающим выбор и успешность выполнения деятельности. Помимо одаренности человек должен обладать соответствующими навыками и умениями. Развитие способностей происходит в деятельности и проявляется как талант и гениальность.

Талант – высокий уровень развития способностей человека, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности. Отдельная изолированная способность, даже очень высокоразвитая, не может быть названа талантом. Например, наличие феноменальной памяти. Так, в медицинской практике описан случай с человеком, который ничего не мог забыть, он дословно мог передать содержание статьи, прочитанной несколько дней назад, и при этом не мог выразить ни одной собственной мысли. Талант – определенное сочетание способностей, их совокупность. При относительной слабости какой-либо способности она может быть компенсирована другой. По мнению Е. П. Ильина, компенсация может осуществляться через приобретаемые знания или умения, формирование типичного стиля деятельности либо благодаря другой более развитой способности.

Гениальность – высший уровень развития у человека каких-либо способностей, делающий его выдающейся личностью в соответствующей области или сфере деятельности. Редкое появление и неординарность гениального человека породили множество попыток объяснения этого феномена. Так, одни относят гениев к медиумам, с чьей помощью некое высшее существо сообщает человечеству результаты своих неповторимых размышлений. Другие считают, что проявление гениальности связано с определенными нарушениями психики. Например, лихорадочное состояние гениев во время творчества сходно с маниакальным возбуждением, а характерные признаки паранойи (эгоцентризм, повышенное чувство собственного достоинства, излишняя настойчивость в своих действиях, отсутствие угрызений совести, приверженность одной идее) – типичные характеристики гения. Некоторые психологи считают, что человеческий мозг несет в себе огромную, пока далеко не используемую избыточность природных возможностей и что гениальность – это не отклонение от нормы, а напротив, высшая полнота проявления природных возможностей.

Тема 2.2. Регулятивные процессы психики

Лекция 6. Мотивация

План

1. Потребности и мотивы.
2. Пирамида потребностей А. Маслоу.
3. Теория мотивации К. Альдерфера.
4. Когнитивные теории мотивации. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Раяна.
4. Мотивация как диспозиция и активация (Е.Д. Фергюсон). Теория фокуса регуляции Т. Хиггинса.
5. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов)

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Потребности и мотивы

Потребности – субъективные явления, побуждающие к деятельности и представляющие собой отражение нужды организма в чем-либо. Все многообразие потребностей может быть сведено к двум основным классам: биологические (витальные) и информационные (лежащие в основе социальных потребностей).

Биологические потребности являются легко и быстро насыщаемыми. Регулирующая функция биологических потребностей ограничена, так как они определяют поведение в сравнительно небольшие отрезки времени, в течение которых происходит удовлетворение потребностей. Если бы животное или человек действовали под влиянием только этих потребностей, то их активность была бы очень ограниченной.

Информационные потребности (к ним относятся и познавательные, и социальные) являются ненасыщаемыми или значительно менее насыщаемыми по сравнению с биологическими потребностями. Поэтому их регулирующая функция по отношению к поведению человека является неограниченной.

Биологические потребности имеют индивидуалистический, эгоцентрический характер, ставят особь в конкурентные, враждебные отношения с другими особями. Информационные потребности, как правило, не ведут к возникновению конкурентных отношений между людьми. Удовлетворение информационной потребности за счет какого-либо объекта никак не сказывается на самом объекте. Эта потребность имеет вторую сторону: поделиться информацией с другими людьми.

Мотивация – побуждения, вызывающие активность организма и определяющие ее направленность. Мотивацию принято понимать в широком и узком смысле слова. В широком смысле, мотивация – то, что связано с причинами и механизмами целенаправленного поведения человека. Можно также говорить о мотивировке как рациональном объяснении субъектом причин действия. Она выступает в качестве средства осознания истинных мотивов.

Мотив – это выбор направленности деятельности, определяемой актуальными потребностями, а также возможностями и ограничениями, заложенными в ситуации. Мотив – это побуждение к действию. Так, Ж. Годфруа определяет мотив как «соображения, по которым субъект должен действовать».

2. Пирамида потребностей А. Маслоу

А. Маслоу выстроил иерархию мотивов по степени их близости к удовлетворению витальных потребностей. В основе иерархии лежит необходимость поддерживать физиологический гомеостаз; выше – мотивы самосохранения; далее – уверенность, престижность, любовь. На вершине иерархии – познавательные и эстетические мотивы, ведущие к развитию способностей и самоактуализации личности.

Иерархия фундаментальных потребностей по А. Маслоу может быть представлена их следующей последовательностью:

- физиологические потребности (пища, вода, сон и т.п.);
- потребность в безопасности (стабильность, порядок);
- потребность в любви и принадлежности (семья, дружба);
- потребность в уважении (самоуважение, признание);
- потребность в самоактуализации (развитие способностей).

Ее явным недостатком является жесткость структуры, очевидным достоинством – то, что нисходящая линия мотивов представляет собой этапы деградации личности.

3. Теория мотивации К. Альдерфера

Теория мотивации психолога Йельского университета Клейтона Альдерфера касается психофизиологических процессов, которые побуждают человека к действию. По мнению Альдерфера, человеком движут три основных потребности: Потребность существовать – Existence. Потребность связи, общения с другими – Relatedness. Потребность роста, личного развития – Growth. Из-за первых букв названий каждой потребности на английском языке теорию мотивации Альдерфера ещё называют ERG-теорией (Источник: https://www.hr-director.ru/article/67732-teoriya-motivatsii-erg-alderfera-20-m7).

В пирамиде Альдерфера, так же как и у Маслоу, все потребности расположены иерархически – от низших к высшим. Но в отличие от Маслоу, Альдерфер считал, что человек двигается по пирамиде в любом направлении. Если не удалось удовлетворить высшие потребности (Рост), человек спускается на уровень ниже и удовлетворяет потребности Связи и Существовании. Возможно и обратное движение. Человек двигается вверх, если низшие потребности удовлетворены.

4. Когнитивные теории мотивации. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Раяна

Самостоятельная работа значительно ускоряет процессы социализации и профессионального становления, без самостоятельности нет творчества. В динамично меняющемся мире необходим специалист критически мыслящий, креативный и устремленный в будущее. Необходима здоровая, а не скованная оковами «здесь и сейчас» невротическая личность. Сворачивая программы внедрения инновационных технологий (в том числе СРС), мы неосознанно реализуем наше желание иметь в лице студента послушного ребенка того возраста, когда он еще не произнес свое сакральное «Я – сам».

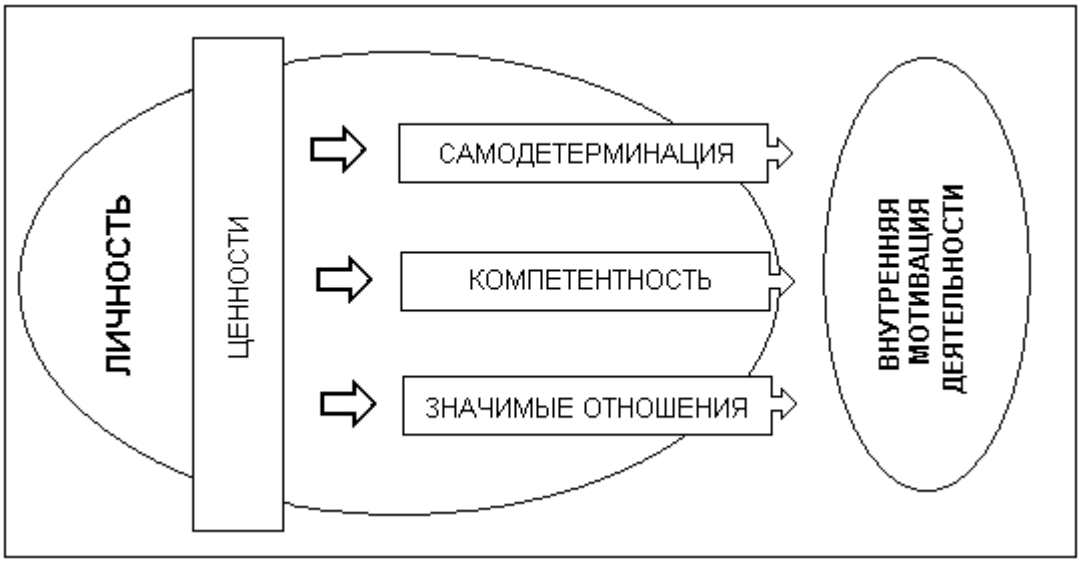


Рис. Механизм формирования внутренней мотивации

На наш взгляд, реализация моделей СРС может опираться на теорию базовых потребностей Э. Диси и Р. Раяна, которая включает потребность в самодетерминации как ощущение самого себя источником собственной активности; потребность в компетентности – ощущение себя компетентным, знающим и умеющим что-либо делать; потребность в значимых отношениях с другими людьми [27]. В. А. Климук конкретизирует механизм формирования внутренней мотивации как черты личности, исходя из типологии субъектов деятельности Р. де Чармса.

Человек, который является причиной собственной активности, противостоит тому, деятельность которого обусловлена активностью других людей. Самостоятельность начинается с прав на выбор индивидуального маршрута и темпа обучения. Выбор может быть реализован только в условиях инновационных технологий, детерминирующих профессиональную подготовку (усвоение знаний и формирование компетенций). При этом личностные и профессиональные достижения должны стать значимыми для всех субъектов образовательного процесса: студентов, преподавателей и работодателей.

4. Мотивация как диспозиция и активация (Е.Д. Фергюсон). Теория фокуса регуляции Т. Хиггинса

В соответствии с теорией фокуса регуляции Т. Хиггинса целенаправленное поведение регулируется двумя различными мотивационными системами (системами саморегуляции) – фокусом продвижения (promotion) и фокусом профилактики (prevention), которые

подразумевают качественно различные средства достижения желаемых состояний.

В настоящее время в зарубежных исследованиях все большую популярность набирает теория фокуса регуляции (regulatory focus), предложенная Т. Хиггинсом в 1997 г. (Higgins, 1997). Эта теория является развитием классической модели мотивации достижения.

Согласно теории мотивации достижения, новая задача, с которой сталкивается человек, вызывает чувства, связанные с выполнением предыдущих заданий. Например, для людей с субъективной историей успеха новая задача достижения вызывает чувство гордости. Это чувство провоцирует реакции предвосхищения будущей цели и направляет поведение на ее достижение (мотивация достижения успеха). С другой стороны, для людей с субъективной историей неудачи новая задача вызывает чувство стыда, и это чувство, в свою очередь, приводит к появлению стратегий, связанных с избеганием достижения цели (мотивация избегания неудачи). В развиваемой Т. Хиггинсом теории фокуса регуляции предполагается, что сами стратегии достижения цели также могут быть различными в зависимости от того, какова была история достижения успеха. Фактически теория фокуса регуляции – это теория о том, как люди достигают поставленных ими целей.

Основываясь на том, что люди в основном мотивированы либо на достижение удовольствия, либо, наоборот, на избегание неудовольствия, Т. Хиггинс предполагает, что сами эти цели могут быть репрезентированы совершенно по-разному в зависимости от того, какая система саморегуляции активирована у человека (В. А. Гершкович, Н. В. Морошкина, А. К. Кулиева, А. Д. Наследов, 2019).

5. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов)

В основе мотивационных оппозиций нередко лежат взаимоисключающие тенденции, вытекающие из биологической или социальной направленности различных видов мотивации, благодаря чему эта оппозиция чаще других оказывается причиной острых внутриличностных конфликтов. Оппозиция биологических и социальных видов мотивации распадается на четыре частных контрапункта, в каждом из которых пара видов мотивации совпадает по критериям системной формы и системного уровня мотивации, но различается ее биологической или социальной направленностью, в их числе следующие противопоставления:

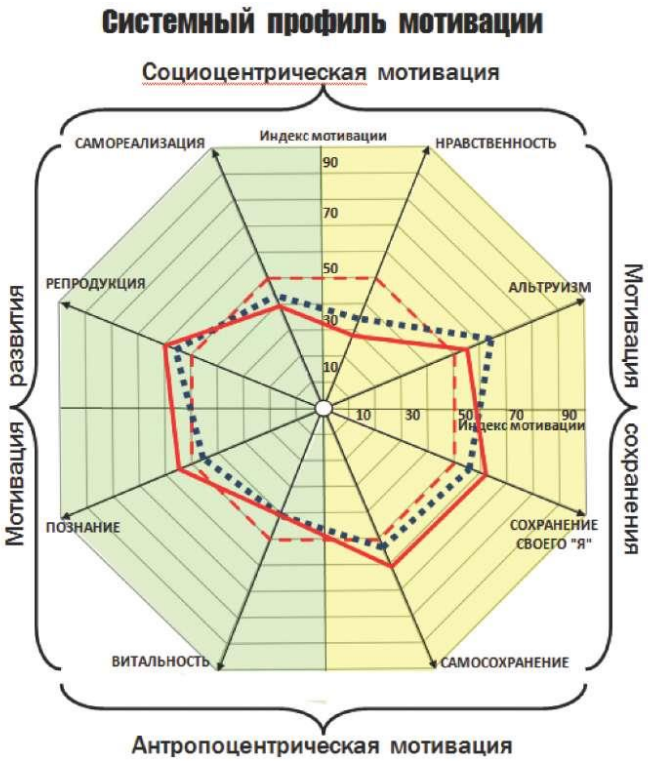
1) витальная мотивация (мотивация развития индивида) – мотивация познания (мотивация развития личности);

2) репродуктивная мотивация (мотивация развития макробилогической системы вида) – мотивация самореализации (мотивация развития макросоциальной системы общества);

3) альтруистическая мотивация (мотивация сохранения макробилогической системы вида) – мотивация нравственности (мотивация сохранения макросоциальной системы общества);

4) мотивация самосохранения (мотивация сохранения индивида) — мотивация сохранения «Я» (мотивация сохранения личности).

Выделение трех системных видов мотивационной оппозиции (биологической и социальной, антропоцентрической и социоцентрической, развития и сохранения порядка) и соответствующих им контрапунктов конкретных видов мотивации представляет собой схему качественной интерпретации количественных данных, получаемых посредством методики определения мотивационного профиля личности (СПМ). Выявление с помощью методики СПМ доминирующих видов мотивации и образованной ими ведущей мотивационной оппозиции позволяет определить область возможных внутриличностных конфликтов и предложить пути их рационального преодоления.



Рыжов, Б. Н. Система мотивационных оппозиций как основа психологической индивидуальности // Системная психология и социология. 2020. № 4 (36). С. 5–21. DOI: 10.25688/2223- 6872.2020.36.4.1.

Лекция 7–9. Эмоции и чувства

План

1. Общая характеристика эмоций.
2. Базовые эмоции Томкинса – Изарда.
3. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо).
4. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов).
5. Единая теория сознания и эмоций Ю. И. Александрова.

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Общая характеристика эмоций

Эмоции – самая суть жизни; особенно это характерно для юности, времени, которое характеризуется неуверенностью, неустойчивым настроением, чувством беспокойства (Р. Кэртис).

Эмоции: 1) психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций;

2) отношение субъекта к объекту, включающее когнитивный (непосредственное отражение объектов) и субъективный (непосредственное отражение состояний собственного тела) компоненты (Л.М. Веккер).

И. В. Дубровина подчеркивает, что термин «эмоция» означает неравнодушное отношение к различным событиям и жизненным ситуациям.

При этом понятия «эмоция» и «чувство» нередко употребляются в качестве синонимов, хотя они отличаются. Эмоции – более простое, непосредственное переживание в данный момент. Принято говорить о разных эмоциональных состояниях в различных ситуациях. Чувство – более сложное, постоянное, устоявшееся эмоциональное отношение человека. Чувства выражаются в эмоциях, но они всегда предметны, мы всегда испытываем чувства к чему-то или кому-то, имеющему для нас постоянную мотивационную значимость. Чувства и эмоции – это переживаемые человеком отношения к миру и к самому себе.

Эмоциональные процессы имею свои функции: оценивающую (позитивное или негативное отношение к чему-либо и его оценка, например, как недовольство или стыд); побуждающую (подталкивание или препятствие действию); направленность внимания (то, что возбуждает наши чувства, мы воспринимаем более ясно и точно).

2. Базовые эмоции Томкинса – Изарда

Существует несколько классификаций эмоциональных процессов по разным критериям.

1. По знаку эмоции делятся на положительные, отрицательные и амбивалентные. Положительные эмоции (радость, удовольствие, восторг) связаны с удовлетворением потребностей личности, отрицательные (печаль, огорчение, гнев) – с неудовлетворением; амбивалентные эмоции (ревность как сочетание любви и ненависти или злорадство как сочетание ненависти и радости) отражают двойственное отношение к объектам удовлетворения потребности.

2. По модальности (качеству) эмоций выделяют основные виды своеобразных эмоциональных процессов и состояний, выполняющих различную роль в регулировании деятельности и общения человека. Классификация эмоций разработана К. Э. Изардом на основе теории Томкинса. Они выделили следующие эмоции, являющиеся «фундаментальными:

радость – положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью полного удовлетворения актуальной потребности;

удивление – эмоциональная реакция, не имеющая определенного положительного или отрицательного знака, на внезапно возникшие обстоятельства;

страдание – отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей;

гнев – отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной потребности;

отвращение – отрицательное эмоциональное состояние, вызванное объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т.д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с нравственными или эстетическими установками субъекта;

презрение – отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением другого, являющегося объектом данного чувства;

страх – отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности;

стыд – отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

3. По силе и устойчивости эмоции делятся на две группы: ситуативные и устойчивые, в каждой выделяются эмоциональные состояния разного уровня интенсивности (силы). Рассмотрим каждую группу по отдельности.

Ситуативные эмоции. Эмоциональный тон ощущений – простейшая форма эмоций, сопровождающих отдельные жизненно важные воздействия (например, вкусовые, температурные и т. д.), которые побуждают индивида к их сохранению или устранению. Эмоциональный тон ощущений как простейшее эмоциональное состояние не является самостоятельным психологическим процессом, а лишь служит своеобразной эмоциональной окраской простых ощущений. Эмоциональный тон ощущений сохраняется столько же, сколько длится само ощущение.

Эмоции, в собственном смысле этого слова, – эмоциональные реакции, отражающие значимость ситуаций, выступающие в форме непосредственных ситуативных переживаний удовлетворения потребностей. Важную роль среди этих эмоций играют переживания радости, огорчения, страха, гнева и другие эмоции, возникающие в связи с успехом или неуспехом избранного поведения, совершенных действий, поступков.

Аффект – сложное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для личности жизненных обстоятельств. Аффект обычно возникает в экстремальных условиях, когда человек не справляется с ситуацией. В основе аффекта лежит переживаемое человеком состояние внутреннего конфликта, порождаемое либо

противоречием между его влечениями, стремлениями, либо противоречиями между требованиями, которые предъявляют к человеку. Аффект приводит к дезорганизации сознания. Сознание сужается на объекте аффекта, резко снижается волевой контроль над действиями и поступками, нарушается работа кровеносной и эндокринной систем. Нарушения сознания в случае аффекта могут привести к неспособности впоследствии вспомнить отдельные эпизоды вызвавшего этот аффект события.

Устойчивые эмоции. Настроение – сравнительно продолжительное устойчивое эмоциональное состояние умеренной или слабой интенсивности, которое возникает на основе преобладающих в нем эмоций, придает определенную окраску всем другим эмоциональным переживаниям. Настроение – это не конкретная эмоция, чувство, а общий тон, эмоциональный фон, в котором протекают все эмоциональные переживания человека. Настроение может быть радостным, веселым, грустным, унылым. Часто настроение формируется под влиянием отдельных жизненных событий: встреч, удач, принятия решений. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов, настроение представляет собой эмоциональную реакцию не только на непосредственные последствия событий, но и на их значение в контексте общих жизненных планов, интересов и ожиданий человека, поэтому настроение носит не предметный, а личностный характер.

Чувства – высшая форма эмоциональных состояний, отражающая отношение человека к объекту его устойчивых потребностей, закрепленная в направленности личности. Чувства характеризуются длительностью и устойчивостью; имеют предметный характер: их вызывают факты, события, люди и обстоятельства, по отношению к которым у человека сформировались устойчивые мотивы.

Страсть – сильное, устойчивое, всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями и переживаниями, определяющее направленность мыслей и поступков человека. По интенсивности действия страсть приближается к аффекту. Но, в отличие от аффекта, страсть – очень стойкое и длительное переживание. Основным признаком страсти являются ее действенность, слияние волевых и эмоциональных процессов. Страсть заставляет личность сосредоточиться на объекте ее устремлений: упорно размышлять о предмете чувств, живо и ярко представлять удовлетворение потребности, лежащей в основе страсти. Близким по интенсивности к страсти чувством является увлечение. Однако оно, в отличие от страсти, непостоянно, кратковременно. Увлечениям, прежде всего, подвержены люди с высоким уровнем эмоциональности.

3. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо)

Теория эмоций Джеймса – Ланге основывается на том, что эмоции являются следствием осознания человеком рефлекторных физиологических изменений в организме. Теория была сформулирована в конце 19 века. Ее авторы - американский философ и психолог Вильям Джеймс и датский медик и анатом Карл Ланге не были знакомы друг с другом и пришли к одинаковым взглядам независимо друг от друга.

В 1884 г. в журнале Mind была опубликована статья Уильяма Джеймса «Что такое эмоция». В ней автор выдвинул неожиданную и парадоксальную гипотезу: если отсечь от эмоции ее внешнее проявление, то от нее вообще ничего не останется. Более того - наблюдаемые признаки есть не столько следствие эмоции, сколько ее причина. В ответ на изменение окружающих условий в организме безотчетно возникает рефлекторная физиологическая реакция - повышается секреция желез, сокращаются определенные группы мышц и т. п. Сигнал об этих изменениях в организме поступает в центральную нервную систему, тем самым порождая эмоциональное переживание. Мы плачем не потому, что опечалены, но впадаем в грусть, стоит лишь нам заплакать или даже нахмуриться.

Восприятие возбуждающего факта (печальное известие, опасность) непосредственно, рефлекторным путем вызывает телесные изменения (кровообращения, дыхания, мимики), а наше чувствование (ощущение) этих изменений есть эмоция. Вместо выдвигавшейся обычно последовательности: причина (стимул) – чувствование – внешнее выражение, эта теория указывает иную последовательность: причина (стимул) – телесное изменение – чувствование; то, что принимается за причину (чувствование), оказывается само следствием (результат телесных изменений). «Мы огорчены, потому что плачем; разгневаны, потому что наносим удары; испуганы, потому что дрожим» (Джеймс). Ланге особенно выдвигал роль сосудодвигательной системы в возникновении эмоций и приписывал ей первостепенное значение, без нее мы не знали бы «ни радости, ни гнева, ни забот, ни страха».

Сформулированная как закон Джеймса – Ланге, эта теория говорит о возможности управления внутренними чувствами и эмоциями: совершая действия, характерные для того или иного внутреннего чувства, мы обычно начинаем вызывать и само чувство.

Критика теории физиологами (Ч. С. Шеррингтон, У. Кеннон и др.) основана на данных, полученных в экспериментах с животными. Главные из них свидетельствуют о том, что одни и те же периферические изменения происходят при самых разных эмоциях, а также при состояниях, с эмоциями

не связанных. Л. С. Выготский подверг эту теорию критике за противопоставление «низших», элементарных эмоций, как обусловленных сдвигами в организме, «высшим», истинно человеческим переживаниям (эстетическим, интеллектуальным, нравственным и др.), будто бы не имеющим никаких материальных оснований.

4. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов)

Теория С. Шехтера. К тому, что было сказано об условиях и факторах возникновения эмоций и их динамики У. Джемсом, К. Ланге, У. Кенноном, П. Бардом, Д. Хеббом и Л. Фестингером, свою лепту внес С. Шехтер. Он и его соавторы предположили, что эмоции возникают на основе физиологического возбуждения и когнитивной оценки. Некоторое событие или ситуация вызывают физиологическое возбуждение, и у индивида возникает необходимость оценить содержание ситуации, которая это возбуждение вызвала. Тип или качество эмоции, испытываемой индивидом, зависит не от ощущения, возникающего при физиологическом возбуждении, а от того, как индивид оценивает ситуацию, в которой это происходит.

Оценка ситуации дает возможность индивиду назвать испытываемое ощущение возбуждения радостью или гневом, страхом или отвращением или любой другой подходящей к ситуации эмоцией. По Шехтеру, то же самое физиологическое возбуждение может испытываться, как радость или как гнев (или любая другая эмоция) в зависимости от трактовки ситуации. Он показал, что немалый вклад в эмоциональные процессы вносят память и мотивация человека. Концепция эмоций, предложенная С. Шехтером, получила название когнитивно-физиологической. В одном из экспериментов, направленном на доказательство высказанных положений когнитивной теории эмоций, людям давали в качестве «лекарства» физиологически нейтральный раствор в сопровождении различных инструкций. В одном случае им говорили о том, что оно должно будет вызвать у них состояние эйфории, в другом (состояние гнева. После принятия соответствующего «лекарства» испытуемых через некоторое время, когда оно по инструкции должно было начать действовать, спрашивали, что они ощущают. Оказалось, что те эмоциональные переживания, о которых они рассказывали, соответствовали ожидаемым по данной им инструкции. Было показано также, что характер и интенсивность эмоциональных переживаний человека в той или иной ситуации зависят от того, как их переживают другие, рядом находящиеся люди. Это значит, что эмоциональные состояния могут передаваться от человека к человеку, причем у человека в отличие от животных качество коммуницируемых переживаний зависит от его личного отношения к тому, кому он сопереживает.

Теория Л. Фестингера. У человека в динамике эмоциональных процессов и состояний не меньшую роль, чем органические и физические воздействия, играют когнитивно-психологические факторы (когнитивные означает относящиеся к знаниям). В связи с этим были предложены новые концепции, объясняющие эмоции у человека динамическими особенностями когнитивных процессов.

Одной из первых подобных теорий явилась теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера. Основные положения этой теории:

Возникновение диссонанса, порождающего психологический дискомфорт, будет мотивировать индивида к попытке уменьшить степень диссонанса и по возможности достичь консонанса.

В случае возникновения диссонанса, помимо стремления к его уменьшению, индивид будет активно избегать ситуаций и информации, которые могут вести к его возрастанию.

Выход из состояния когнитивного диссонанса может быть двояким: или изменить когнитивные ожидания и планы таким образом, чтобы они соответствовали реально полученному результату, или попытаться получить новый результат, который бы согласовывался с прежними ожиданиями. В современной психологии теория когнитивного диссонанса нередко используется для того, чтобы объяснить поступки человека, его действия в различных социальных ситуациях. Эмоции же рассматриваются в качестве основного мотива соответствующих действий и поступков. Лежащим в их основе когнитивным факторам придается в детерминации поведения человека гораздо большая роль, чем органическим изменениям. Доминирующая когнитивистская ориентация современных психологических исследований привела к тому, что в качестве эмоциогенных факторов стали рассматривать также и сознательные оценки, которые человек дает ситуации. Полагают, что такие оценки непосредственно влияют на характер эмоционального переживания.

Оригинальную гипотезу о причинах появления эмоций выдвинул П. В. Симонов. Он считает, что эмоции появляются вследствие недостатка или избытка сведений, необходимых для удовлетворения потребности. Степень эмоционального напряжения определяется силой потребности и величиной дефицита прагматической информации, необходимой для достижения цели. Это представлено им в виде «формулы эмоций»:

Э = П (Ин - Ис),

где Э – эмоция; П – потребность; Ин – информация, необходимая для удовлетворения потребности; Ис – информация, которой субъект располагает в момент возникновения потребности. Из этой формулы следует, что эмоция возникает только при наличии потребности. Нет потребности, нет и эмоции,

так как произведение Э = 0 (Ин - Ис) тоже становится равным нулю. Не будет эмоции и в том случае, если потребность есть, а (Ин - Ис) = 0, т. е. если человек обладает необходимой для удовлетворения потребности информацией (Ис = Ин). Важность разности (Ин - Ис) Симонов обосновывает тем, что на ее основании строится вероятностный прогноз удовлетворения потребности. Эта формула дала Симонову основание говорить о том, что «благодаря эмоциям обеспечивается парадоксальная на первый взгляд оценка меры незнания» (1970, с. 48). В нормальной ситуации человек ориентирует свое поведение на сигналы высоковероятных событий (на то, что в прошлом чаще встречалось). Благодаря этому его поведение в большинстве случаев бывает адекватным и ведет к достижению цели. В условиях полной определенности цель может быть достигнута и без помощи эмоций.

Однако в неясных ситуациях, когда человек не располагает точными сведениями для того, чтобы организовать свое поведение по удовлетворению потребности, нужна другая тактика реагирования на сигналы. Отрицательные эмоции возникают при недостатке сведений, необходимых для достижения цели, что в жизни бывает чаще всего. Например, эмоция страха и тревоги развиваются при недостатке сведений, необходимых для защиты, т. е. при низкой вероятности избегания нежелательного воздействия, а фрустрация – при низкой вероятности достижения желаемой цели.

Эмоции способствуют поиску новой информации за счет повышения чувствительности анализаторов (органов чувств), а это, в свою очередь, приводит к реагированию на расширенный диапазон внешних сигналов и улучшает извлечение информации из памяти. Вследствие этого при решении задачи могут быть использованы маловероятные или случайные ассоциации, которые в спокойном состоянии не рассматривались бы. Тем самым повышаются шансы достижения цели. Хотя реагирование на расширенный круг сигналов, полезность которых еще неизвестна, избыточно и незакономерно, оно предотвращает пропуск действительно важного сигнала, игнорирование которого может стоить жизни.

Все эти рассуждения П. В. Симонова вряд ли могут вызвать серьезные возражения. Дело, однако, в том, что он пытается все случаи возникновения эмоций «вогнать в прокрустово ложе» своей формулы и признает свою теорию единственно верной и всеобъемлющей.

Достоинством своей теории и основанной на ней «формулы эмоций» Симонов (1970) считает то, что она «категорически противоречит взгляду на положительные эмоции, как на удовлетворенную потребность», потому что в равенстве Э = - П (Ин - Ис) эмоция окажется равной нулю при исчезновении потребности. С его точки зрения, положительная эмоция возникнет только в том случае, если поступившая информация превысит имевшийся ранее

прогноз относительно вероятности достижения цели – удовлетворения потребности, т. е. когда Ис будет больше Ин. Тогда, например, спортсмен, при истинности этого постулата, в случае успеха, т. е. удовлетворения потребности стать победителем соревнований или побить рекорд, не должен испытывать никаких эмоций, если этот успех им ожидался. Радоваться он должен только успеху, т. е. когда прогноз был хуже, чем получилось. В противном случае у человека не будет ни радости, ни торжества, если он окажется у цели, достижение которой заведомо не вызывало сомнений. И действительно, чего, например, радоваться спортсмену – мастеру, победившему новичка?

Таким образом, П. В. Симонов пытается опровергнуть теорию «редукции драйва» западных психологов (Hull, 1951 и др.), согласно которой живые системы стремятся к уменьшению потребности, а устранение или уменьшение потребности приводит к появлению положительной эмоциональной реакции. Выступает он и против взглядов П. К. Анохина, который, по существу, придерживается теории «редукции» при изложении своей «биологической» теории эмоций.

5. Единая теория сознания и эмоций Ю. И. Александрова

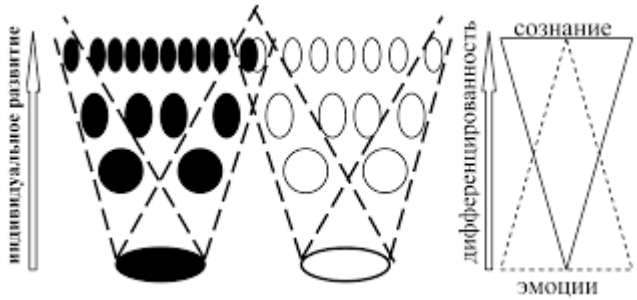
Юрий Иосифович Александров формулирует представление об эмоциях с точки зрения системной психофизиологии. Системный подход позволяет более глубоко определить место эмоций в организации мозговых процессов. Проводится разделение между поведением и эмоциями, причем последние определяются как феномен сенсорной сферы, эквивалент сознания. Такое понимание эмоций заставляет иначе расставить акценты в понимании самого сознания. Согласно изложенному материалу: «Эмоции характеризуют реализацию систем, формирующихся на самых ранних этапах онтогенеза и обеспечивающих минимальный уровень дифференциации („хорошо-плохо“). Сознание характеризует реализацию систем, формирование которых на более поздних этапах развития обусловливает прогрессивное увеличение дифференцированности в соотношении организма и среды и усложнение поведения. Все системы направлены на достижение положительных адаптивных результатов поведения».

Системы, формирующиеся на самых ранних стадиях индивидуального развития, обеспечивают минимальный уровень дифференциации: хорошо – плохо; приближение (approach) – избегание (withdrawal). Это разделение применимо ко всем живым существам. В единой концепции сознания и эмоций приведены аргументы (Александров, 2006) в пользу того, что эмоции преимущественно характеризуют активность систем, сформированных на самых ранних этапах развития («старых» систем), и соотносимы со сравнительно низкодифференцированными уровнями организации поведения.

Представления о том, что при переживании интенсивных эмоций происходит «возврат» к реализации преимущественно «простых» форм поведения, высказывались и ранее. Так, П. Жане указывал на то, что сильная эмоция является «реакцией отката назад или упрощения – знаменует возврат к элементарным и примитивным формам реагирования». (

Основное положение единой концепции сознания и эмоций состоит в том, что сознание и эмоции являются характеристиками разных, одновременно актуализируемых уровней системной организации поведения, представляющих собой трансформированные этапы развития и соответствующих различным уровням системной дифференциации (высокой и низкой). При этом сознание и эмоции рассматриваются континуально: они являются различными характеристиками единой системной организации поведения, а не отдельными (дизъюнктивными) психологическими процессами, которые обеспечиваются различными нейрофизиологическими механизмами. Континуальность в единой концепции сознания и эмоций означает, что в развитии нет критического момента появления сознания или исчезновения эмоций. На каждом этапе развития, на каждом уровне системной дифференциации поведение может быть описано с применением обеих характеристик. Однако на каждом уровне соотношение этих характеристик различно. Для каждого данного этапа развития такая характеристика, как эмоции, максимально выражена для наименее дифференцированных систем. Поскольку высокодифференцированные системы, формируясь, не заменяют низкодифференцированные, поведение любого индивида обладает обеими этими характеристиками, выраженность которых зависит от ряда факторов. Одним из этих факторов является относительный вклад в реализацию поведения систем низкой и высокой дифференциации.

Каждый акт поведения есть актуализация систем разного уровня дифференциации, однако соотношение активных высоко- и низкодифференцированных систем, необходимых для успешной реализации поведенческого акта, различается для разных актов. Из единой концепции сознания и эмоций следует, что чем выше доля нейронов низкодифференцированных систем, активных в реализующемся поведении, тем выше интенсивность эмоций. В связи с этим можно предположить, что подавление активности нейронов, принадлежащих к высоко дифференцированным системам, должно вести к относительному увеличению вклада систем низкой дифференциации и увеличению интенсивности эмоций как их характеристики.



Здесь изображены супердомены опыта, связанные с избеганием (отрицательные эмоции) и с приближением (положительные эмоции). В этих доменах все разное – дианмика формирования памяти, наборы вовлекающихся клеток. Имеются и некоторые перекрытия, как отражено на рисунке. Сознание и эмоции здесь характеризуют разные уровни дифференциации систем. Эти системы формируются на последовательных этапах развития, оно становится все более сложным и более дифференцированным. Для нас принципиально важно, эмоции преимущественно характеризуют актуализацию «старых» систем и соотносимы со сравнительно низко дифференцированными уровнями организации поведения

Лекция 10. Воля

План

1. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский).
2. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера.
3. Мотивационная теория воли (В. А. Иванников) и теория саморегуляции (Е. П. Ильин).
4. Психологическая структура волевого акта

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский)

Воля как психологическая категория имеет давнюю предысторию. Она представлена наряду с умом и чувством еще в триархической модели структуры психики Аристотеля. Известен также «Миф о вознице» Платона. Душа человека – это колесница, запряженная парой лошадей и управляемая возницей. Всадник символизирует разумное начало; белый конь – волевую часть души, а черный конь – страсти, желания и инстинкты.

Под волей принято понимать способность человека, проявляющуюся в самодетерминации и саморегуляции своей деятельности и психических процессов. Л. М. Веккер включает регулятивно-волевые процессы в психологическую триаду единой теории психических процессов. По его мнению, когнитивные и эмоциональные процессы образуют сознание, эмоциональные и регулятивно-волевые процессы – характер, а сознание и характер – личность.

В качестве основных функций воли выделяют следующие: выбор мотивов и целей деятельности, регуляцию побуждений к действиям при недостаточной или избыточной их мотивации, регуляцию других психических процессов, мобилизацию физических и психических возможностей в ситуациях, требующих преодоления определенных препятствий при достижении поставленных целей. Тем самым, воля является высшим уровнем регуляции психики по отношению к мотивации, эмоциям и вниманию.

Л. С. Выготский выделял две группы теорий воли: автономные – рассмотрение воли как самостоятельного психического феномена; гетерономные – воля связана с другими психическими проявлениями или представляет их частный случай.

2. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера

Начало исследований контроля за действием было положено в 70-х годах прошлого века, когда немецкий психолог Ю. Куль обнаружил и ввел различение ориентации на состояние (ОС) и ориентации на действие (ОД). Это различение впервые возникло в ходе анализа категорий рассказов испытуемых в немецкоязычном варианте ТАТ Х Хекхаузена по измерению мотивации достижения. Вопрос, который на который пытались ответить исследователи: почему у двух человек, имеющих одинаковые цели, знания, способности и в равной мере желающих что-то сделать хорошо, результаты получаются неодинаковые.

Оказалось, что категории, в которых, как предполагалось, должен проявляться страх перед неуспехом, не являются одномерными, а

распределяются на две группы. Первая группа категорий часто встречалась у испытуемых с доминированием надежды на успех. Эти испытуемые давали ориентированное на действие толкование содержаний предъявляемых картин с изображением ситуаций неудачи. В своих рассказах они, говоря о содержании картин, приписывали действующему лицу (герою рассказа) потребность в преодолении неудачи и давали ему возможность предпринять инструментальные действия по предотвращению неудачи, исправлению неудачи или уменьшению ее эмоциональных последствий. В качестве валидного симптома для диагностики страха перед неудачей и соответственно избегания неудачи пригодными оказались лишь те категории, в которых проявилась ориентация на состояние, то есть направленность сознания (внимания) испытуемых на неудачу и ее последствия.

Теория Куля выступила примером функционального подхода в объяснении личностной феноменологии, связанной с самоуправлением: содержание сознания, образ себя является производной от успешной / неуспешной деятельности, а не наоборот. Исходя из данного принципа, не низкая мотивация и негативные представления о себе приводят, например, к депрессии и беспомощности, а наоборот, являются следствие неудач. Это очень важное положение, ибо, согласно ему, для того чтобы у человека появились силы, способности действовать позитивным образом в согласии с самим собой, недостаточно только одной веры в эти силы и способности, необходимо в той или иной степени их объективно развивать.

В отличие от традиционного понимания воли, Ю. Куль опирается на современные представления о системном строении психики человека. Он исследует волевую сферу личности как систему, состоящую из совокупности подсистем. Реализация функций целостной системы контроля за действием возможна лишь при гибком и согласованном взаимодействии подсистем, обеспечивающих удержание намерений в активном состоянии в благоприятных ситуациях и прекращение целенаправленной активности в неблагоприятных ситуациях. «Понятие "воля" или «волевые процессы» описывает категорию взаимодействующих психических функций. При возникновении трудностей реализации действия эти функции опосредуют временную, пространственную, содержательную и стилевую координацию большого числа отдельных механизмов внутри и между разными подсистемами, такими как восприятие, внимание, память, эмоции, мотивация, система активации (темперамент) и моторика на основе единого принципа управления, который мы называем "намерение" или "цель"».

Ю. Куль выделяет следующие механизмы, которые способствуют реализации намерения вплоть до достижения цели и обеспечиваются разными подсистемами (психическими функциями). Эти механизмы реализуются чаше

всего на неосознаваемом уровне, однако могут принимать форму осознанных стратегий.

Мотивационный контроль. Речь идет о стратегии, которая усиливает мотивационную тенденцию, лежащую в основе намерения. Это происходит за счет возобновления мотивационного процесса, удерживающего в поле внимания субъекта позитивные ожидания и внешние стимулы, благоприятные для выполнения деятельности. Таким образом, система контроля за действием «поддерживает» мотивационную систему, усиливая актуальное намерение.

Контроль внимания обеспечивает его направленность на информацию, которая относится к реализации намерения. Это особенно важно в ситуации, когда, например, возникает опасность потерять из виду целевой объект.

Перцептивный контроль. Постулируется наличие своеобразного «интенционного» фильтра уже на ранних стадиях восприятия. При этом имеется в виду, что перцептивная система более чувствительна к характеристикам поступающей информации, связанным с намерением, и, наоборот, блокирует информации, нерелевантную намерению. Перцептивные категории, связанные с намерением, находятся в большей «готовности», требуют меньших затрат времени на обработку и раньше других получают доступ к системам регуляции действия.

Эмоциональный контроль. Субъект обладает «знаниями» об эмоциональных состояниях, которые способствуют или препятствуют реализации намерения. Если эмоциональный фон затрудняет достижение цели, то система контроля действия стремится изменить его.

Контроль неудач. Неудачи в ходе реализации намерения воспринимаются как эффективная обратная связь и приводят к мобилизации дополнительных усилий, либо, наоборот, к соответствующим эмоциональным последствиям (разочарованию и досаде) и снижению усилий вплоть до временного отказа от достижения цели ввиду неблагоприятных обстоятельств.

Контроль кодирования и оперативная память. Экспериментально показано, что информация, связанная с намерением, обрабатывается по экономной (с точки зрения усилий и затрат времени) стратегии. Тем самым открывается наиболее короткий путь к инициированию действия, связанного с намерением. Если действие по каким-то причинам задерживается, то информация о намерении хранится в оперативной памяти в особом, «активированном» состоянии. Даже будучи неосознаваемой, эта информация является легко доступной субъекту при возникновении ситуации, благоприятной для возобновления действия, связанного с намерением (вариант эффекта Б. В. Зейгарник).

Поведенческий контроль. Этот механизм заключается в предусмотрительности, охраняющей человека от соблазнов путем устранения

из поля деятельности и окружающей среды предметов, провоцирующих нежелательные действия. Например, при желании похудеть человек убирает из дома сладости.

Таким образом, современные представления о множественности процессов, опосредующих волевую регуляцию, побудили Ю. Куля и других психологов отказаться от понятия «воля» («Wille») в традиционном смысле и заменить его понятием «контроль за действием». Это понятие передается также термином «Volition». Контроль за действием является более широким понятием и описывает не только волевую регуляцию по типу подавления конкурирующих тенденций действия, но и всю совокупность процессов, опосредующих реализацию намерения.

В конце 1990-х годов, развивая свою теорию, Куль все в большей степени вводил термины, начинающиеся со слова «само-»: саморегуляция, самоконтроль. Понятие самоуправление Ю. Куль определяет как интеграцию всех функций, в результате которой обеспечивается такая координация психических процессов, при которой оптимизируется осуществление некоторого намерения и вытекающих из него конкретных целей. Одной из целей теории Куля является объяснение механизма, лежащего в основе способностей к самоуправлению. Этот механизм является универсальным, вне зависимости от содержания области, в которой человек действует. К причинам, вызывающим беспомощность и другие нарушения в самоуправлении, относятся проблемы в регуляции настроений (эмоциональный контроль), появление нежелательных мыслей (контроль внимания), неспособность к удержанию мотивации. Ситуация может еще осложняться зацикливанием на неудачах и внешнем давлении (ориентация на состояние), а также нарушением целостного самопредставления, то есть представлениями о собственных потребностях, ценностях, чувствах, возможных альтернативных вариантах поведения.

В 90-х годах 20 века в США появился новый подход к исследованию волевых процессов. Р. Баумейстер вместе с коллегами разработал оригинальную концепцию, которая была названа ресурсным подходом. В этой концепции выделяется практическая значимость исследования волевых процессов, так как многие люди испытывают трудности и проблемы в области контроля своего поведения в еде, страдают от игромании, алкогольной и наркотической зависимостей, не могут контролировать свои финансы.

В рамках ресурсного подхода воля приравнивалась к самоконтролю и саморегуляции. Воля рассматривалась в качестве особой способности контролировать и регулировать собственное поведение. Особенно выделялась адаптивная значимость самоконтроля, которая позволяла человеку выполнять сложные социальные задачи. Так как контроль и регуляция – сложные

процессы, их осуществление обусловлено тратами внутренних энергетических ресурсов. Субъектом волевого контроля выступает Я (Ego), именно оно обладает источником энергии. Тем не менее, количество энергии является ограниченным и после определенного времени использования самоконтроля и саморегуляции возникает истощение (ego depletion). После возникновения состояния истощения необходим некоторый период отдыха и восстановления.

В последующих исследованиях Р. Баумейстер и его коллеги предложили разграничивать понятия самоконтроля и саморегуляции по некоторому принципу. Он состоял в том, что самоконтроль предполагал способность к изменению собственного поведения в соответствии со стандартами, идеалами и правилами, а саморегуляция представляла собой гомеостатический процесс, например поддержание температуры тела.

Таким образом, воля – это способность регулировать и контролировать собственное поведения, присущая исключительно человеку, представляющая собой ограниченный ресурс, напоминающий энергетический резервуар. Затраченный на что-то волевой ресурс требует времени на свое восстановление, в противном случае способность к волевой регуляции будет снижена пропорционально прежним затратам. Вместе с тем, используя метафору «воли как мышцы», Р. Баумейстер и его коллеги видят возможность расширения этого резерва силы воли, за счет многократных упражнений (Baumeister, Tierney, 2011 и др.).

Представленная модель получила широкое распространение за счет попытки интегрировать различные аспекты и уровни саморегуляции, акцентируя внимание на индивидуальных особенностях и возможностях развития, но в какой-то степени упрощая общее понимание воли до аналогии с гидравлической моделью.

3. Мотивационная теория воли (В. А. Иванников) и теория саморегуляции (Е. П. Ильин)

Воля обладает определенными качествами: силой, устойчивостью и широтой. Сила воли – это степень возбуждения волевого усилия. Устойчивость воли – постоянство его проявления в однотипных ситуациях. Широта воли – количество видов деятельности (спорт, учеба, работа), в которых проявляются волевые усилия человека.

Воля неразрывно связана с личностью и проявляется в ее качествах. В. А. Иванников выделяет три блока волевых качеств личности: морально-волевые качества (ответственность, обязательность, энергичность, инициативность, самостоятельность, дисциплинированность); эмоционально-

волевые (целеустремленность, выдержка, терпение, спокойствие); собственно волевые (смелость, мужество, решительность, настойчивость).

Ответственность – внешний или внутренний контроль над деятельностью, отражающий социальное, морально-правовое отношение к обществу, выражающееся в выполнении принятых нравственных и правовых норм и правил, своего долга.

Обязательность (исполнительность) – качество воли, проявляющемся в точном, неукоснительном и систематическом исполнении принимаемых решений. Инициативность – способность предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей.

Самостоятельность – способность осознанно принимать решения и умение не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели, способность критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений и при этом вносить в свои действия коррективы, сформированные на основе полученных советов.

Дисциплинированность – сознательное подчинение своего поведения общественным нормам, установленному порядку. Целеустремленность – сознательная и активная направленность личности на достижение определенного результата деятельности. Выдержка (самообладание) – умение сдерживать свои чувства, когда это требуется, недопущение импульсивных и необдуманных действий, умение владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

Смелость – умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасности для личного благополучия. Мужество – высокая степень самообладания, которая ярко проявляется в сложных и опасных обстоятельствах, в борьбе с необычными трудностями. Мужество - сложное качество. Оно предполагает наличие смелости, выдержки и настойчивости.

Решительность – отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, своевременное и быстрое принятие решений. Примером противоположного качества нерешительности является ситуация «Буриданова осла», который, не решаясь съесть одну из равных охапок сена, так и умер с голоду. Настойчивость – умение человека мобилизовать свои возможности для длительной борьбы с трудностями. Нельзя путать с упрямством и негативизмом.

Негативизм – немотивированная, необоснованная склонность действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков. Упрямство – упрямый

человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия, руководство не доводами разума, а личными желаниями вопреки их несостоятельности.

Е. П. Ильин предлагает мотивационную теорию воли. Он полагает, что воля не столько объяснительное, сколько классификационное понятие (это целенаправленное осознанное действие).

4. Психологическая структура волевого акта

Исходя из определения воли как способности к самодетерминации и саморегуляции поведения человека, которые в определенной степени делают человека свободным от внешних обстоятельств, речь может идти о волевом акте. В отечественной психологии значительное внимание уделяется структуре волевого акта. Волевой акт может иметь разную структуру, в зависимости от количества компонентов, и длительность этапов его осуществления. Волевые действия бывают простые и сложные.

К простым волевым действиям относятся те, при осуществлении которых человек без колебаний идет к намеченной цели, то есть побуждение к действию непосредственно переходит в само действие.

В сложном волевом акте, вслед за С. Л. Рубинштейном, можно выделить, по крайней мере, четыре фазы: возникновения побуждения и предварительной постановки цели (стремление сделать что-то), обсуждения и борьбы мотивов, решения и выполнения.

Первая фаза характеризует начало волевого акта. Волевой акт начинается с возникновения побуждения, которое выражается в стремлении что-то сделать. По мере осознания цели это стремление переходит в желание, к которому добавляется установка на его реализацию. Если же установка на реализацию цели не сформировалась, то волевой акт может на этом завершиться, так и не начавшись. Таким образом, для возникновения волевого акта необходимо появление мотивов и их преобразование в цели.

Вторая фаза волевого акта характеризуется активным включением в него познавательных и мыслительных процессов. На этом этапе происходит оформление мотивационной части действия или поступка. Мотивы, появившиеся на первой стадии в виде желаний, могут противоречить друг другу. И личность вынуждена проанализировать эти мотивы, снять существующие между ними противоречия, осуществить выбор.

Третья фаза связана с принятием одной из возможностей в качестве решения. Однако не все люди принимают решения быстро, возможны продолжительные колебания с поиском дополнительных фактов, способствующих утверждению в своем решении.

Четвертая фаза – исполнение этого решения и достижение цели. Без исполнения решения волевой акт считается незавершенным. Исполнение решения предполагает преодоление внешних препятствий, объективных трудностей самого дела.

Структура волевого действия:

- мотивационно-побудительное звено (цель, мотивы);
- исполнительское звено (способы действий и поведения как внешние, предложенные кем-то, так и внутренние, выработанные самим);
- оценочно-результативное звено (результаты действий).

Лекция 11–12. Психические состояния

План

1. Понятие и типология психических состояний (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев).
2. Оперативные, текущие и длительные состояния (А. О. Прохоров).
3. Монотония, фрустрация, настроение. Стресс и общий адаптационный синдром (Г. Селье).
4. Усталость от сострадания (Ч. Фигли).
5. Страх упущенных возможностей и страх лучшего варианта

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и типология психических состояний (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев)

Психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, пока-зывающая своеобразие

протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состоя-ния и психических свойств личности (Левитов).

По его мнению, основными классами состояний являются следующие: 1) Состояния личностные и ситуативные (выражаются индивидуальные свойства человека и особенности ситуаций, которые часто вызывают у человека нехарактерные для него реакции. 2) Состояния более глубокие и более поверхностные, в зависимости от силы их влияния на переживания и поведение человека. 3) Состояния, положительно или отрицательно действующие на человека. 4) Состояния продолжительные и кратковременные. Настроения могут иметь разную продолжительность: от нескольких минут до суток и ряда дней. 5) Состояния более или менее осознанные. Рассеянность чаще бывает несознательным психическим состоянием, решительность всегда сознательна, утомление может иметь разный уровень осознанности. Психофизиологическое состояние – это целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата (Ильин).

По Е. П. Ильину, состояние может быть представлено характеристиками трех уровней реагирования: психического (переживаниями), физиологического (соматические структуры организма и механизмы вегетативной нервной системы) и поведенческого (мотивированное поведение). В любом психофизиологическом состоянии должны быть обязательно представлены все вышеперечисленные уровни, и только по совокупности показателей, отражающих каждый из этих уровней, можно сделать заключение о имеющемся у человека состоянии. В концепции Ильина целесообразно выделить несколько основных положений. Во-первых, состояние человека обусловлено воздействием факторов внешней среды и внутренних условий, к которым относятся структуры психического и физиологического уровня. Во-вторых, субъективная сторона состояний (переживания) играет одну из ведущих ролей в регуляции состояний.

Совсем иное толкование мы находим у В. Н. Мясищева. Под состоянием исследователь понимает общий функциональный уровень, на фоне которого развивается процесс. Наряду с этим В. Н. Мясищев показал тесную взаимосвязь психических состояний и отношений человека, подчеркивая, что вся психическая деятельность людей в значительной мере определяется отношением человека к объектам и процессам действительности, к другим людям, к самому себе (А. Н. Певнева).

Итак, психические состояния – это целостные, временные и динамичные характеристики психической деятельности. Психические состояния, закрепляясь, могут переходить в устойчивые черты личности. Влияние

внешних воздействий на поведение человека зависит от его психических состояний. К психическим состояниям относятся: подъем, воодушевление, бодрость, уверенность, решительность, тоска, печаль и др.

По своему динамическому характеру ПС занимает промежуточное положение между процессами и свойствами. «Между процессами и состояниями, с одной стороны, и между состояниями и свойствами личности, с другой, существуют сложные диалектические взаимосвязи. Известно, что психические процессы (например, внимание, эмоции и др.) в определенных условиях могут рассматриваться как состояния, а часто повторяющиеся состояния способствуют развитию соответствующих свойств личности».

2. Классификация психических состояний

В основу классификации психических состояний могут быть положены различные критерии. Наиболее распространены следующие классификационные признаки.

1. По тому, какие психические процессы преобладают, состояния делятся на гностические, эмоциональные и волевые. К гностическим психическим состояниям обычно относят любознательность, любопытство, удивление, изумление, недоумение, сомнение, озадаченность, мечтательность, заинтересованность, сосредоточенность. Эмоциональные психические состояния: радость, огорчение, грусть, возмущение, злость, обида, удовлетворенность и неудовлетворенность, бодрость, тоска, обреченность, угнетенность, подавленность, отчаяние, страх, робость, ужас, влечение, страсть, аффект. Волевые психические состояния: активность, пассивность, решительность и нерешительность, уверенность и неуверенность, сдержанность и несдержанность, рассеянность, спокойствие.

2. Согласно классификации состояний на основе системного подхода, психические состояния разделяются на волевые (разрешение – напряжение), аффективные (удовольствие – неудовольствие) и состояния сознания (сон – активация). Волевые состояния делятся на праксические и мотивационные; а аффективные – на гуморальные и эмоциональные.

3. Классификация по признаку отнесенности к личностным подструктурам – разделение состояний на состояния индивида, состояния субъекта деятельности, состояния личности и состояния индивидуальности.

4. По времени протекания выделяют кратковременные, затяжные, длительные состояния.

5. По характеру влияния на личность психические состояния могут быть стеническими (активизирующие жизнедеятельность) и астеническими (подавляющие жизнедеятельность), а также положительными и отрицательными.

6. По степени осознанности – состояния более осознанные и менее осознанные.

7. В зависимости от преобладающего воздействия личности или ситуации на возникновение психических состояний выделяют личностные и ситуативные состояния.

8. По степени глубины состояния могут быть глубокими, менее глубокими и поверхностными.

2. Оперативные, текущие и длительные состояния (А. О. Прохоров)

В основе классификации А. О. Прохорова лежит два направления: исследование состояния в процессе деятельности (Е. П. Ильин, А. Б. Леонова); личностно-деятельностный подход (Е. Ю. Сосновикова, В. А. Ганзен, В. Н. Юрченко).

Основания классификация психических состояний по А. О. Прохорову:

− деятельность: а) состояния, улучшающие выполнение деятельности; б) состояния, ухудшающие выполнение деятельности;

− взаимоотношения и общение: а) состояния, улучшающие общение и взаимоотношения; б) состояния, ухудшающие общение и взаимоотношения;

− личность (характер, система отношений к действительности): а) состояния, обусловленные положительным отношением к действительности; б) состояния, обусловленные отрицательным отношением к действительности;

− биологические структуры личности (характера): а) положительные психофизиологические состояния; б) отрицательные психофизиологические состояния;

− эмоциональные компоненты характера: а) положительные эмоциональные состояния; б) отрицательные эмоциональные состояния;

− волевые черты характера: а) положительные волевые состояния; б) отрицательные волевые состояния;

− интеллектуальные черты характер: а) положительные интеллектуальные состояния; б) отрицательные интеллектуальные состояния.

Однако существует целый ряд психологических явлений, которые выходят за пределы общепринятой нормы, и не могут быть отнесены к патологии. К данной группе явлений можно отнести невротические состояния. Данный класс состояний занимает промежуточное положение между здоровьем и болезнью. Главной особенностью пограничных психических состояний является не только то, что они располагаются между состоянием здоровья и болезни, но и то, что они непосредственно связаны с процессом адаптации (Певнева, А.Н. П23 Психические состояния личности: практическое руководство / А.

Н. Певнева; М-во образования РБ, Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ им. Ф.Скорины, 2011. – 48 с.).

3. Монотония, фрустрация, настроение. Стресс и общий адаптационный синдром (Г. Селье)

Монотония – состояние, развивающееся при длительных повторяющихся нагрузках средней и малой интенсивности (например, состояние водителя-дальнобойщика в конце долгого рейса). Оно вызывается однообразной, повторяющейся информацией. Преобладающие эмоции, которые сопровождают это состояние: скука, равнодушие, снижение показателей внимания, ухудшение восприятия поступающей информации.

Фрустрация (от лат. frustratio – обман, тщетное ожидание) – негативное психическое состояние, обусловленное невозможностью удовлетворения тех или иных потребностей. Это состояние проявляется в переживаниях разочарования, тревоги, раздражительности, наконец, отчаянии. Эффективность деятельности при этом существенно снижается.

Фрустрация имеет место только в случаях таких конфликтов, при которых борьба мотивов исключается из-за ее безнадежности, бесплодности. Барьером оказываются сами бесконечные колебания и сомнения

Настроение – относительно слабо выраженное, но длительное эмоциональное состояние человека, которое оказывает влияние на все его психические процессы, на всю деятельность. Настроение зависит от направленности, характера, темперамента, способностей, опыта личности. Причиной изменения настроения может быть какое-нибудь конкретное событие, приятное или неприятное известие, удача или неудача в работе, столкновение с окружающими людьми, болезнь.

Настроением называется относительно устойчивое, продолжительное, без определенной интенции эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания. Оно влияет в различной степени на все психические процессы, протекающие в данный отрезок жизни человека. В отличие от чувств, всегда направленных на тот или иной объект, настроение, будучи часто вызванным определенной причиной, конкретным поводом, проявляется в особенностях эмоционального отклика человека на воздействия любого характера. Оно характеризуется эмоциональным тоном положительным – веселое, жизнерадостное, повышенное или отрицательным – грустное, подавленное, пониженное, а также различной динамикой. Среди факторов, определяющих индивидуальные различия людей в отношении быстроты смены настроения, важное место занимают характеристики темперамента

Представление о стрессе (от англ. stress – напряжение) как об общем адаптационном синдроме (ОАС) впервые сформулировал видный канадский ученый Ганс Селье. Стресс – особое состояние организма, возникающее в ответ на действие любых раздражителей, угрожающих гомеостазу, и характеризующееся мобилизацией неспецифических приспособительных реакций для обеспечения адаптации к действующему фактору.

В качестве стрессора, то есть агента, вызывающего стресс, могут выступать любые внешние или внутренние раздражители, обычные или не обычные по своей природе, но предъявляющие к организму повышенные требования, реально нарушающие или потенциально угрожающие постоянству внутренней среды организма. Всякая неожиданность, которая нарушает привычное течение жизни, может быть причиной стресса.

При стрессе, наряду с элементами адаптации к сильным раздражителям, имеются элементы напряжения и даже повреждения. Именно универсальность сопровождающей стресс «триады изменений» – уменьшение тимуса, увеличение коры надпочечников и появление кровоизлияний и даже язв в слизистой желудочно-кишечного тракта – позволила Г. Селье высказать гипотезу об общем адаптационном синдроме (ОАС), получившим впоследствии название «стресс». Работа была опубликована в 1936 году в журнале «Nature». Многолетние исследования Г. Селье и его сотрудников подтверждают, что стресс является неспецифической основой многих заболеваний.

Селье выделил 3 стадии общего адаптационного синдрома: реакция тревоги (мобилизация адаптационных возможностей – возможности эти ограничены), стадия сопротивляемости, стадия истощения.

4. Усталость от сострадания (Ч. Фигли)

По модели Ч. Фигли (Приложение А) учитывается разная степень устойчивости к усталости от сострадания. Она отвечает системе взаимодействия «специалист – жертва», характерной для помогающих специальностей и подразумевающей прямой контакт с травмирующем опытом клиента. Именно такие профессии требуют полного понимания проблем пострадавшего человека.

Устойчивость к усталости от сострадания (Compassion Fatigue Resilience) – скорость, с которой специалист возвращается в исходное положение (свое привычное стабильное состояние), после столкновения с травмирующим опытом другого. Этот фактор требует дополнительных измерений и используется, когда разрабатывается программа самопомощи для повышения устойчивости к усталости от сострадания.

Ч. Фигли также утверждает, что оценить уровень устойчивости к усталости от сострадания можно за счет учета 10 ключевых, самостоятельных, взаимосвязанных факторов, обнаруженных в исследованиях вторичных травматических стрессовых реакций.

Воздействие на страдания клиента (Exposure to Client, ECS) – это количество часов в неделю (в среднем), во время которых специалист помогающих профессий регулярно сталкивается с травмирующим опытом жертвы. Из этого фактора можно вывести первую закономерность проявления усталости: чем сильнее подвержен клиент травмирующему опыту, тем больше эмпатических способностей затрачивает специалист. Таким образом, чем выше усталость от сострадания, тем ниже его устойчивость.

Потенциал эмпатии, потенциал сострадания (Empathic Ability, EA) – это степень вовлеченности специалиста в процесс, способность показать клиенту эмоции, отражающие эффективность услуги.

Забота о клиенте (Concern for Client, C4C) – уровень заинтересованности в благополучии жертвы. Этот фактор мотивирует работника искать лучший результат оказываемой им помощи.

Терапевтический ответ (Therapeutic Response, TP) – это профессиональный помогающий ответ, при котором специалист позволяет клиенту быть более готовым к изменениям, меньше бояться, оптимистично относиться к клиническим результатам и чувствовать поддержку. При наличии этого фактора работник переживает и переносит на себя травмирующий опыт жертвы, который оказывает на него давление и в результате которого у него зарождается остаточный стресс от сострадания.

Остаточный стресс от сострадания (Residual Compassion Stress, RCS) – стрессовая реакция на тяжелое состояние жертвы и внутреннее желание помочь уменьшить страдания клиента. На этот фактор прямо пропорционально влияют следующие компоненты: терапевтический ответ, саморегуляция и потенциал сострадания, а также удовлетворенность результатами своей профессиональной деятельности.

Саморегуляция (Self-Regulation, SR) – это степень эффективности управления собственными эмоциями, а также причинами и последствиями стресса; способность отделять работу от личной жизни, каждый день чувствовать себя обновленным.

Поддержка и удовлетворенность от сострадания (Compassion Satisfaction and Support, CSS) – состояние высокого уровня удовлетворения от работы с клиентами, а также чувство уважения со стороны коллег по работе.

Длительное взаимодействие с клиентами (Prolonged Exposure to the Clients, PEC) – объем работы специалиста (количество назначенных клиентов в течение дня, умноженное на количество месяцев, в течение которых эта

работа осуществляется). Этот фактор характеризуется следующей закономерностью: чем больше количество клиентов с травмирующем опытом, тем ниже устойчивость к состраданию у специалиста помогающей профессии.

Эффективное управление травматическими воспоминаниями (Traumatic Memories, EMTM) – внутреннее удовлетворение от управления объемом воспоминаний пережитого травмирующего опыта и их интенсивности. Другими словами, чем выше удовлетворение от управления воспоминаниями, тем выше устойчивость к усталости от сострадания. Это важно не только для прогнозирования усталости, но и понимания насколько у специалиста развиты навыка адаптации к пережитым травмам. Закономерность отражает не только внутреннее состояние работника, но и его профессиональную эффективность в качестве специалиста помогающей профессии.

Новые и хронические стрессоры (New Life Stressors) – факторы, добавленные к хроническим или острым стрессорам. Это могут быть как личные, так и профессиональные факторы стресса, которые приводят к новой установке в управлении работником стрессогенными ситуациями.

Таким образом, все десять переменных, прямо или косвенно влияющих на устойчивость к усталости от сострадания работника в ходе его профессиональной деятельности, которые он может описать с помощью шкалы жизненных трудностей (Д. А. Орлова).

5. Страх упущенных возможностей и страх лучшего варианта

Синдром упущенной выгоды, FoMO (Fear of Missing Out, или страх что-то упустить) – это знакомое каждому состояние, когда вам кажется, что ваша жизнь хуже, чем у других, а все самое интересное происходит где угодно, но не с вами. Связано оно с тем, что люди в соцсетях делятся преимущественно положительными сторонами своей жизни, поэтому и создается впечатление «идеальности», которое может потенциально вызвать зависть. Бич цифрового общества: нас всех поразил страх упущенных возможностей. Термин ввел в употребление американский венчурный капиталист Патрик Макгиннис в 2004 году. В 2013 году слово включено в Оксфордский словарь английского языка.

Четыре человека из десяти испытывали FoMO хотя бы иногда, причём мужчины чаще, чем женщины. По другим данным, боязнь пропустить что-то важное испытывают 56 % людей. Это явление характеризуется непреодолимым желанием постоянно оставаться в курсе дел друзей и знакомых. FoMO также часто называют чувством сожаления, которое может привести к боязни пропустить интересное событие, возможность пообщаться с друзьями или знакомыми, получить новый опыт или материальную выгоду.

Чем синдром отличается от зависти? По многим параметрам этот синдром похож на зависть – обычное чувство досады при виде чужих успехов,

но в этом случае добавляется еще и ощущение, что вы вечно что-то упускаете, а отсюда и необходимость постоянно проверять телефон.

По данным исследователей, чувство одиночества и досады сильнее увеличивается у пассивных пользователей, то есть тех, кто просто наблюдает за чужой жизнью, не принимая участия хотя бы на уровне обсуждения в комментариях. Еще одно отличие – синдром FoMO напрямую зависит от огромной свободы выбора. Сейчас каждый человек имеет почти неограниченные возможности, и такое пространство пугает и вызывает только чувство растерянности, а сделать выбор становится еще сложнее. К тому же зачастую выбор не оправдывает ожидания, что обесценивает любые последующие возможности и вызывает только сожаление.

Автор термина FOMO Макгиннис предлагает действенные практические стратегии, которые помогут держать страх упущенных возможностей в узде, сохранять осознанность и делать выбор решительно и разумно, не впадая в аналитический паралич.

FOBO (Fear of a Better Option), или страх лучшего варианта, – это опасение, что неожиданно появится что-то получше и уже имеющиеся варианты утратят всю привлекательность. Это «болезнь изобилия», которая заставляет постоянно искать идеальный вариант и хеджировать ставки

Мы делаем выбор каждый день. Что съесть на обед, в какой одежде выйти на улицу и с кем сходить на свидание. Однако для некоторых даже простой выбор превращается в мучение. Причиной может быть FoBO – fear of better options или страх лучшего варианта. Это боязнь выбрать что-то одно из огромного множества. Человек считает, что если выберет не лучшее, это «лучшее» ускользнёт от него навсегда. Когда каждый выбор превращается в ад. В целом, преодоление FOBO требует самопознания, решительности и умения ограничивать доступ к ненужной информации. Развивайте свои навыки саморефлексии, определите свои цели и приоритеты, и не бойтесь принимать решения, даже если они не идеальны. Ведь жизнь слишком коротка, чтобы ставить ее на паузу из-за страха перед лучшим вариантом

Итак, более 20 лет назад маркетолог Дэн Херман начал говорить о страхе упущенных возможностей – FOMO. С течением времени, Патрик Макгиннис, венчурный капиталист, определил состояние FOMO, а также добавил к нему FOBO – страх лучших вариантов. Оба страха являются результатом изобилия возможностей, которое современное общество предлагает, но оказывают разное воздействие на людей.

FOMO заставляет людей постоянно следить за жизнью окружающих, не давая им отключиться от информационного потока. Люди проводят много времени в интернете, сравнивая свою жизнь с жизнью других. Исследования показывают, что FOMO может приводить к тревожности, неуверенности в

себе, депрессии и снижению качества жизни. Более того, люди, страдающие от FOMO, часто жалуются на утомляемость, стресс, проблемы со сном и физические недомогания.

В то же время, FOBO – страх лучших вариантов – представляет собой другую проблему нового тысячелетия. В отличие от FOMO, FOBO заставляет людей постоянно анализировать все возможные варианты, не давая им сделать выбор и двигаться вперед. Это может приводить к прокрастинации, неэффективности и потере возможностей. Таким образом, для многих людей современного мира, страхи FOMO и FOBO могут стать серьезными препятствиями на пути к успеху и счастью.

Тема 2.3. Познавательные процессы

Лекция 13–14. Ощущения и восприятие

План

1. Понятие и виды ощущениях.
2. Классификации ощущений.
3. Психофизика и измерение ощущений. Взаимодействия ощущений.
4. Виды и свойства восприятия.
5. Теории восприятия

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды ощущениях

В структуре сенсорно-перцептивных процессов в настоящее время принято выделять сенсорные, перцептивные процессы и информационный поиск. В контексте сенсорно-перцептивных процессов можно также рассматривать экстрасенсорные феномены, телекинез и телепатию, процессы, которые относятся к предмету парапсихологии.

Сенсорные процессы (ощущения) – процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира и внутренних состояний организма при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Перцептивные процессы (восприятие) – процесс целостного отражения предметов и явлений окружающего мира и внутренних состояний организма при их непосредственном воздействии на органы чувств.

В современной психологии разграничение сенсорных и перцептивных процессов осуществляется по двум основным критериям: критерию целостности и предметности образа. Ощущения отражают частичное соотношение с объектом, восприятие – целостное отражение.

Информационный поиск – процессы, характеризующие скоростные, временные и пространственные параметры ощущения и восприятия. Термин информационный поиск находит широкое применение в теориях обнаружения и обработки сенсорно-перцептивных сигналов.

В психологической науке принято различать понятие физических, психофизиологических и психических ощущений.

2. Классификации ощущений

В психологии имеют место различные подходы к классификации ощущений. Традиционный подход предполагает выделение видов ощущений по числу органов чувств: зрительные, слуховые, вкусовые, осязательные и обонятельные ощущения. Однако эта классификация не является исчерпывающей. В настоящее время в основу классификации ощущений положены два основных принципа – систематический и генетический.

Систематическая классификация была предложена английским физиологом Ч. Шеррингтоном. Взяв за основу характер отражения и место расположения рецепторов, он разделил все ощущения на три группы: экстероцептивные, проприоцептивные и интероцептивные. Наиболее многочисленную группу составляют экстероцептивные ощущения, отражающие свойства предметов и явления окружающего мира и возникающие при воздействии раздражителя на рецепторы, расположенные на поверхности тела. Среди ощущений данной группы выделяют: контактные и дистантные. Для возникновения контактных ощущений необходимо непосредственное воздействие объекта на рецептор. Для дистантных ощущений не нужен непосредственный контакт с объектом, так как рецепторы

реагируют на раздражения, идущие от удаленных на некоторое расстояние предметов. Примерами такого рода ощущений являются зрительная и слуховая чувствительность.

Проприоцептивные (лат. proprius – собственный) ощущения – это ощущения, отражающие движения и расположение тела в пространстве, благодаря рецепторам, расположенным в мышцах, связках и вестибулярном аппарате. Проприоцептивные ощущения, в свою очередь, делятся на кинестетические (двигательные) и статические, или ощущения равновесия.

Интероцептивные (органические) ощущения – это ощущения, возникающие при воздействии раздражителя на рецепторы во внутренних органах и тканях, и отражающие внутренние состояния организма.

Возможен иной подход к классификации ощущений – по соответствующим им органам чувств (по модальности). В связи с этим можно привести высказывание французского философа Д. Дидро: «Наши чувства – клавиши, по которым ударяет окружающая нас природа».

Слуховые ощущения возникают под воздействием раздражителя – звуковой волны – на орган слуха. Физический раздражитель, воспринимаемый человеком как звук, состоит из изменений давления воздуха. Орган слуха выполняет функцию преобразования таких изменений давления воздуха в изменения электрической активности нейронов.

Зрительные ощущения возникают при воздействии электромагнитных волн на зрительный рецептор – сетчатку глаза. В центре сетчатки распложены особые нервные клетки – колбочки, обеспечивающие ощущение цвета. На периферических участках сетчатки находится иной вид нервных клеток – палочки, характеризующиеся высокой чувствительностью к переходам яркости. Колбочки представляют собой аппарат дневного зрения, палочки – ночного (сумеречного) зрения. Специфическими модальностями зрительного ощущения выступают светлота, цветовой тон и насыщенность. Зрительные ощущения оказывают существенное воздействие на все стороны жизнедеятельности человека.

Хеморецепция – сенсорный механизм отражения вкуса и запаха, которые способны функционировать как единая система обнаружения и отбора пищи. Вкус и обоняние выполняют разные, хотя и взаимосвязанные функции. Обонятельные ощущения все же относятся к разряду дистантных, и отражают отдельные свойства физических объектов, расположенных на расстоянии от человека. Вкусовые ощущения, напротив, являются контактными: они возникают, когда носитель вкуса (например, пища) уже находится в носу.

Обонятельные ощущения, как и вкусовые, возникают на основе химической стимуляции. Летучие химические вещества вызывают ощущения

запаха двумя способами: или вызывая реакцию отторжения, или в зависимости от физиологического состояния организма – приятное или неприятное ощущение. Различие кроется не в процессах обнаружения химических веществ, а в контексте этого обнаружения на дальнейших этапах переработки информации в нервной системе.

Кожные ощущения являются результатом воздействия раздражителя на рецепторы, расположенные на поверхности нашей кожи. Кожные рецепторы реагируют на стимуляцию трех видов: давление, или прикосновение, температуру и боль. В соответствии с этим к кожным ощущениям относят тактильные, температурные и болевые.

Тактильные ощущения – это ощущения прикосновения. Наибольшая острота тактильной чувствительности характерна для частей тела, активно осуществляющих двигательные функции. Это кончики пальцев рук и ног, кончик языка, гораздо менее чувствительны живот и спина.

Изменение ощущений, их взаимодействие и адаптация. Наши ощущения могут претерпевать изменения, как под воздействием окружающей среды, так и в результате изменения состояния организма.

3. Психофизика и измерение ощущений. Взаимодействия ощущений

Психофизика – наука об измерении ощущений, изучающая количественные отношения между интенсивностью раздражителя и силой ощущения.

Основной психофизический закон. Г. Фехнер предпринял попытку разработать точный количественный метод измерения ощущений (душевных явлений). То, что сильные раздражители вызывают сильные ощущения, а слабые раздражители – слабые ощущения, было известно давно. Задача состояла в том, чтобы определить величину ощущения для каждого предъявляемого раздражителя. Опираясь на закон Бугера-Вебера и на собственное допущение о том, что ощущение раздражителя представляет собой накопленную сумму равных приращений ощущения, Г. Фехнер получил следующее уравнение:

$$R = c \log \frac{I}{I_0},$$

где R – величина ощущения; с – константа, величина которой зависит от основания логарифма и от отношения Вебера; I – интенсивность раздражителя; I0 – абсолютный порог интенсивности.

Названное выше уравнение получило название основного психофизического закона, или закона Вебера-Фехнера, согласно которому ощущения описываются кривой уменьшающегося прироста (или логарифмической кривой).

Позже американский психофизик С. Стивенс установил степенной, а не логарифмический, характер зависимости между силой ощущения и интенсивностью раздражителя:

$$R = c(I - I_0)^n,$$

где R – сила ощущения; I – интенсивность раздражителя; I0 – величина абсолютного порога ощущения; c – константа; n – показатель степени, зависящей от модальности ощущений (значения приводятся в справочниках).

Обобщенный психофизический закон, предложенный Ю. Забродиным, учитывал тот факт, что характер зависимости между ощущениями и воздействующими раздражителями обусловлен осведомленностью человека о процессах ощущения. Исходя из этого, Ю. Забродин ввел в формулу закона С. Ственса показатель z, характеризующий степень осведомленности:

$$\frac{\Delta R}{R^z} = K\frac{\Delta I}{I}.$$

Из формулы видно, что при z = 0 формула обобщенного закона Ю. Забродина принимает вид закона Вебера-Фехнера, а при z = 1 – закона Стивенса.

Поставив задачу измерения ощущений, Г. Фехнер предполагал, что человек не способен непосредственно количественно оценить их величины. Поэтому он предложил косвенный способ измерения – в единицах физической величины стимула. Величина ощущения представлялась как сумма едва заметных его приращений над исходной точкой. Для ее обозначения Г. Фехнер ввел понятие порога ощущений, измеряемого в единицах стимула. Он различал абсолютный порог чувствительности и различительный (дифференциальный) порог.

4. Виды и свойства восприятия

В психологической науке чаще всего встречаются следующие классификации видов восприятия: в зависимости от объекта восприятия, по преобладающей роли того или иного анализатора, по формам существования материи, по продолжительности перцептивного процесса.

В зависимости от особенностей воспринимаемого объекта выделяют такие виды, как восприятие предметов, восприятие речи или музыки и восприятие человека человеком. Восприятие человека человеком носит специальное название «социальная перцепция» и является профессионально значимым качеством психолога.

В зависимости от ведущей роли определенного органа чувств (анализатора), или по модальности восприятия, различают зрительное, слуховое, осязательное, обонятельное и вкусовое восприятие.

По продолжительности перцептивного процесса восприятие подразделяют на симультанное, то есть одномоментное и сукцессивное, или развернутое во времени. По форме существования материи принято выделять восприятие пространства, движения, цвета, времени.

Восприятие пространства – это отражение формы, величины (протяженности), глубины и удаленности предметов.

Восприятие движения – это отражение изменения положения объекта в пространстве и во времени, то есть его направленности и скорости. Оно является результатом одновременного отражения и объекта, и события. В настоящее время в психологии наиболее признаны две гипотезы, объясняющие механизм восприятия движения.

1. Восприятие движения осуществляется благодаря перемещению образов предметов на сетчатке глаза. Эта гипотеза лучше объясняет так называемое «реальное (физическое) движение», механизм которого основан на стробоскопическом эффекте. Отображение предмета возникает на сетчатке как перцептивном поле статичного глаза. Затем по сетчатке перемещаются образы движущихся предметов в соответствии с эффектом мультипликации.

2. Восприятие движения является результатом движения глаз. Так, в эксперименте Мэтина испытуемым закапывали в глаза химическое вещество, временно вызывающее паралич глазных мышц. В результате при восприятии подвижных объектов ученый получал статичный глаз, а у испытуемых возникал эффект «прыгающего мира». Исходя из этой гипотезы, трудно объяснить спровоцированное (вызванное) движение, когда движущийся предмет вызывает движение другого неподвижного предмета. Например, иллюстрация теории относительности: движущийся поезд за окном и вы внутри неподвижного вагона.

Восприятие цвета. Мы не осознаем, что цвет – не объективная категория, а элемент наших ощущений, восприятия и переживаний. В настоящее время принято различать физику, физиологию и психологию цвета. С точки зрения физики, цвет – это длина волны. Волны разной длины вызывают ощущения определенного цвета. Согласно физиологии цвета, свет проходит через роговицу и хрусталик и попадает на сетчатку. Сетчатка состоит из фоторецепторов: палочек и колбочек. Колбочки концентрируются в желтом пятне, а палочки – по бокам от него. Цвет различают колбочки. Они избирательно чувствительны к синей, зеленой и желто-красной части спектра. Палочки почти не различают цвета, а реагируют на свет.

Различные виды восприятия имеют свои специфические свойства. Но кроме внутривидовых свойств восприятия существуют следующие общие свойства: предметность, избирательность, целостность, константность, структурность, осмысленность и обобщенность, апперцепция.

Предметность восприятия заключается в том, что психические образы предметов человек осознает не как образы, а как реальные предметы, объективируя их. Предметность восприятия означает адекватность, соответствие образов восприятия реальным предметам действительности.

Избирательность означает преимущественное выделение объекта из фона, при этом фон выполняет функцию системы отсчета, относительно которой оцениваются другие качества воспринимаемого предмета как фигуры.

Целостность восприятия – это отражение предмета в качестве устойчивой совокупности элементов, даже если отдельные ее части в данных условиях не наблюдаются.

Константность восприятия – это независимость отражения объективных качеств предметов (величины, формы, цвета) от измененных условий их восприятия – освещенности, расстояния, угла зрения.

5. Теории восприятия

Согласно классическим теориям восприятия, об объектах окружающей нас действительности мы узнаем не из зрительных и слуховых ощущений, а из сложных перцептивных образов, возникающих в результате научения.

Структурализм. В. Вундт, разрабатывая основы экспериментальной психологии, опирался на методологию естественных наук, известную как структурализм. Особое внимание это направление уделяло изучению базовых элементов материи, например атомов и молекул.

Программу исследования восприятия в рамках этого направления предложил американский психолог Э. Титченер. Его вариант структуралистского подхода предусматривал поиск «элементов» сознания путем аналитической интроспекции: наблюдатель-испытуемый описывал свои переживания при выполнении задачи разложения образа предъявленного объекта на максимально простые составляющие. Э. Титченер предполагал, что именно таким способом можно добраться до элементарных ощущений, атрибутами которых являются их качество, интенсивность, длительность, протяженность и ясность.

Функционализм. Этот подход рассматривает восприятие не с точки зрения результирующего образа и составляющих его компонентов, а со стороны самого перцептивного процесса. Другими словами, образ восприятия понимается как функция перцептивной системы.

Гештальттеория восприятия. Гештальтпсихология базируется на философии холизма, центральным положением которого является известное утверждение, что целое больше его частей. Такой подход можно проиллюстрировать так называемым «гештальтистским треугольником». Несмотря на то, что нарисованы только три точки, наше сознание непроизвольно достраивает изображение до целого – треугольника. С точки

зрения гештальпсихологов, структурализм, рассматривая восприятие как простую сумму ощущений, игнорирует такую категорию как связь между элементами воспринимаемого объекта.

Теория фиксированной установки грузинского психолога Д. Н. Узнадзе объясняет организующую роль предшествующего опыта в форме потребностных или предметных ожиданий, преднастроек, большей частью неосознанных по отношению к актуальным (ситуационным) сенсорным данным. Основой теории послужили эксперименты с фиксированной установкой, проводимые на материале восприятия веса, звуков, величины. Другими словами, Д.Н. Узнадзе рассматривает установку не как непосредственную субъективную обработку сенсорного воздействия, а как определенную интенциональную активность субъекта в определенной ситуации (Узнадзе, 1961; Нататдзе, 1960).

Теория перцептивной готовности американского психолога Дж. Брунера (1957) рассматривает восприятие как процесс категоризации. Поступивший сигнал сличается с соответствующим образом (лучше или хуже) «подготовленной» категорией, которая определяет условия, необходимые для подтверждения или опровержения перцептивной гипотезы. Стратегии процесса решения включают несколько стадий: первичную, грубой категоризации, поиска дополнительных признаков, промежуточной и окончательной проверки. На готовность категорий оказывает влияние контекст, степень знакомства с объектом и актуальные потребностные установки.

Предлагаются четыре механизма, обеспечивающие перцептивную готовность: группировка и интеграция; упорядочение альтернатив; установление соответствия и блокировка «входов». Психологи, которые объединились вокруг данного теоретического подхода, получившего название «Новый взгляд», внесли существенный вклад в экспериментальное исследование перцептивных процессов, а также влияния личностных особенностей на восприятие объектов окружающей действительности.

Теории активного восприятия. Моторная теория восприятия. Роль моторной активности в восприятии, особенно в зрении и гаптике (активном осязании), признавалась многими исследователями. Одна из крайних позиций, рассматривающая познокинестетические ощущения в качестве источника и основы пространственного и гностического чувственного образа, получила название моторной теории восприятия. Она базируется на изучении процессов ощупывания и рассматривания в целях опознания, когда пальцы следуют по граням предъявленного объекта, а глазные фиксации распределяются на углах и контурах фигур и на наиболее значимых и информативных зонах объекта. Так, Д. Нотон и Л. Старк (1974) установили, что при рассматривании

сюжетной картинки в целях запоминания, человек вновь и вновь перемещает взор по одному и тому же стабильному маршруту, но индивидуально обусловленному у разных людей. Схемы осмотра разных картинок одним и тем же наблюдателем так же не совпадали. Согласно выдвинутой авторами гипотезы, отдельные элементы внутреннего отображения объекта связаны между собой в последовательность («кольцо признаков») следами тех движений глаз, которые необходимы для перехода от одного элемента к другому при непосредственном восприятии.

В настоящее время моторная теория восприятия не имеет достаточно широкого экспериментального применения.

Праксеологический подход. Решение фундаментальных проблем восприятия может быть найдено при изучении процесса его развития в онтогенезе. Ж. Пиаже (1961) предложил рассматривать развитие восприятия как определенного рода деятельность, организующую и обогащающую взаимосвязи между элементами в сенсорном поле. Экспериментальные данные, полученные в рамках этого направления исследований на детях разного возраста, позволили выделить стадии и тенденции развития восприятия.

Развитие восприятия происходит на протяжении всего детского возраста, все больше обогащаясь опытом разнообразной перцептивной деятельности и преодолевая эффекты поля. Развитие осуществляется в направлении константного и категориального образа, который всегда сохраняет ситуативность по сравнению с научным понятием.

Открытому в исследованиях этого направления эффекту центрации (субъективной переоценки фиксируемого объекта или фрагмента) придается всеобщее значение. Он объясняет ошибки и иллюзии восприятия, открывает доступ к измерению адекватности восприятия по мере его децентрации.

Лекция 15. Внимание

План

1. Понятие и виды внимания.
1. Свойства внимания. Факторы привлечения внимания.
2. Классические теории внимания.
3. Внимание как контроль П. Я. Гальперина.
4. Когнитивные теории внимания.

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды внимания

Внимание – это направленность и сосредоточенность нашего сознания на определенном объекте или какой-либо деятельности. Такое определение скорее отражает эволюцию научных представлений о природе внимания и свидетельствует о его не строгом и незавершенном характере. Внимание определяется как свойство сознания, термин «познавательный процесс» при этом не употребляется.

Виды внимания. В психологической науке в разное время было предложено достаточное количество классификаций видов внимания. В качестве основания для таких классификаций выступали: характер происхождения, способ реализации, тип контакта с объектом, участие в регуляции эмоциональных и интеллектуальных процессов.

По критерию происхождения различают природное и социально обусловленное внимание. Природное (или генетически обусловленное) внимание дано человеку с самого его рождения в виде врожденной способности избирательно реагировать на внешние и внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны.

По способу реализации, в зависимости от выраженности целевой направленности и уровня необходимых волевых усилий принято различать непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Непроизвольное (непреднамеренное, пассивное) внимание возникает стихийно, без видимых волевых усилий, как бы автоматически, независимо от состояния человека. Произвольное (преднамеренное, активное) внимание – это целенаправленное сосредоточение состояния сознания, поддержание которого связано с наличием волевых усилий.

По мере развития операционально-технической стороны деятельности в связи с ее автоматизацией и переходом действий в операции, а также в результате изменений мотивации (например, сдвиг мотива на цель) возможно

появление послепроизвольного внимания. Как утверждает Н.Ф. Добрынин, в таком случае сохраняется соответствие направленности деятельности сознательно принятым целям, но ее выполнение уже не требует специальных умственных (волевых) усилий и ограничено во времени лишь истощением ресурсов организма.

По виду контакта с объектом внимание бывает непосредственное и опосредствованное. Опосредованное внимание возникает при помощи специальных приемов, средств и способов его привлечения, при отсутствии непосредственного контакта с объектом внимания (например, «узелки на память»). Непосредственное внимание возникает при контакте со стимулом, порождается и удерживается самим объектом.

Реже в современных работах по психологии можно встретить ссылки на чувственное и интеллектуальное внимание. Чувственное внимание связано с избирательной работой органов чувств и необходимостью сознательной регуляции эмоций. Интеллектуальное внимание – с активностью сознания, с его сосредоточенностью и направленностью на мыслительную деятельность

2. Свойства внимания. Факторы привлечения внимания

Различают пять свойств внимания: сосредоточенность, устойчивость, объем, распределение и переключение. Все перечисленные свойства могут проявляться во всех видах внимания – в непроизвольном, произвольном и послепроизвольном.

Сосредоточенность – это удержание внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального. Степень или сила сосредоточенности – это концентрация или интенсивность внимания. Концентрация – это поглощение внимания одним объектом или одной деятельностью. Показателем интенсивности является невозможность отвлечь внимание от предмета деятельности посторонними раздражителями. Устойчивость – это способность человека продолжительное время удерживать внимание на одном и том же объекте или какой-нибудь деятельности. Объем – это количество объектов, которые охватываются вниманием и одномоментно и одновременно находятся в фокусе нашего сознания. Объем внимания обычно колеблется у взрослых в пределах от 4 до 7 объектов, у школьников (в зависимости от возраста) от 2 до 5 объектов. Человек с большим объемом внимания может заметить больше предметов, явлений и событий. Распределение внимания – это умение выполнять две или более различные деятельности, удерживая на них свое сознание. Например, студент на лекции распределяет одновременно внимание между тем, что записывает, и тем, что слышит в данный момент. Умение распределять внимание у людей различно. Переключение – это сознательное и осмысленное перемещение

внимания с одного предмета (или действия) на другой. Переключение внимания можно назвать своеобразной его перестройкой в связи с изменением задачи познавательной деятельности.

2. Классические теории внимания

Представители функционализма и структурализма считали внимание центральной проблемой психологии. Функционалисты исходили из избирательного характера внимания как активной функции организма, основанной на его мотивационном состоянии. Структуралисты, напротив, рассматривали внимание как состояние сознания, которое заключается в повышении концентрации и ясности впечатлений.

Сторонники ассоциативной психологии, гештальтпсихологии, бихевиоризма и психоанализа были склонны вообще игнорировать внимание при построении научных теорий или в лучшем случае отводили ему незначительную роль.

Внимание как апперцепция в теории В. Вундта. Центральной проблемой исследований В. Вундта стало разграничение явлений внимания и сознания. Для этого он использовал метафору зрительного поля. Наиболее отчетливо воспринимаемое содержание лежит в точке фиксации зрительного поля (в фокусе), менее отчетливое содержание распределено в обычном поле зрения или на его периферии. Таким образом, по В. Вундту, внимание представляет собой одну из характеристик или свойств сознания.

Моторная (моторно-эмоциональная) теория внимания. Т. Рибо полагал, что непроизвольное и произвольное внимание непосредственно обусловлены интенсивностью и продолжительностью эмоциональных состояний, ассоциированных с объектом внимания. В частности, по его мнению, случаи глубокого и устойчивого непроизвольного внимания обнаруживают все признаки неутомимой страсти, постоянно возобновляющейся и постоянно жаждущей удовлетворения.

Т. Рибо определяет внимание как господство одной идеи в сознании, сопровождаемое естественным (при непроизвольном внимании) и искусственным (при произвольном внимании) приспособлением индивида. Внимание представляет собой определенное психофизиологическое сочетание, в котором и двигательные, и субъективные составляющие являются необходимыми элементами.

Комплексная или волевая теория внимания Н. Н. Ланге. Русский психолог определил внимание как «целесообразную реакцию организма, моментально улучшающую условия восприятия». Именно критерий моментальности позволяет отделить внимание от других приспособительных реакций организма. По его мнению, акт внимания имеет три фазы: первичное

внимание, реакцию, улучшающую восприятие, и собственно улучшенное восприятие.

Комплексный характер модели предает взаимосвязь внимания со следующими психическими процессами: с двигательным приспособлением, эмоциями, жизненным опытом.

Второе название теории – концепция волевого внимания – становится очевидным, если обратиться к предложенной Ланге классификации видов внимания. Так, рефлексивное внимание лишено эмоционального компонента и осуществляется автоматически (например, расширение зрачка в темном помещении). Инстинктивное внимание опосредуется эмоциональным состоянием организма (например, реакция удивления). Волевое внимание включает в себя сознательное предвосхищение того, что предстоит воспринимать в будущем. Оно тесно связано с процессом усиления интенсивности представления и памятью.

3. Внимание как контроль П. Я. Гальперина

Внимание как контроль. Концепцию внимания П. Я. Гальперина необходимо рассматривать в контексте теории планомерного (поэтапного) формирования умственных функций. Всякое действие, в том числе и умственное, состоит из ориентировочной (собственно психической) и исполнительской частей. Исходя из этого, внимание является результатом интериоризации, обобщения и сокращения действия контроля, существовавшего сначала во внешней форме.

Основные положения теории П. Я. Гальперина сводятся к следующему:

1. Внимание является одним из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности. Оно представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент времени в психике человека.

2. По своей функции внимание представляет собой контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительская и контрольная части, последняя – и является вниманием как таковым.

3. В отличие от других действий, внимание не имеет определенного, особенного продукта (результата).

4. Внимание как самостоятельный акт выделяется лишь тогда, когда действие становится не только умственным, но и сокращенным. Не всякий контроль следует рассматривать как внимание. Он сам требует внимания, сложившегося к этому времени. Контроль лишь оценивает деятельность или ее результаты, в то время как внимание их улучшает. Не всякий контроль есть внимание, но всякое внимание есть контроль.

5. Во внимании контроль осуществляется при помощи критерия меры, образца, что создает возможность сравнения результатов действия и его уточнения.

6. Произвольное внимание есть форма контроля, выполняемого по заранее составленному плану, образцу.

7. Чтобы сформировать новый прием произвольного внимания, мы должны наряду с основной деятельностью предложить человеку задание проверить ее ход и результаты, разработать и реализовать соответствующий план.

8. Все известные акты внимания, выполняющие функцию контроля, как произвольного, так и непроизвольного, являются результатом формирования новых умственных действий.

4. Когнитивные теории внимания

С конца 50-х гг. XX в. в психологии наиболее активно разрабатывается информационный подход. Избирательность внимания не вызывает сомнения. Причины его избирательности или в недостаточной пропускной способности канала, или в нашей неспособности обрабатывать все сенсорные признаки одновременно. Такое представление предполагает наличие отбора информации и «узкого места», где этот отбор осуществляется. В рамках информационного подхода было предложено несколько моделей, в которых определены функция и локализация этого узкого места: модель ранней фильтрации Д. Бродбента, модель делителя Э. Трейсман и модель поздней фильтрации Д. и Э. Дойчей и Д. Норманна.

Лекция 16–17. Память

План

1. Понятие и виды памяти.
2. Просессы памяти.
3. Классические теории памяти.
4. Теории памяти в когнитивной психологии.
5. Приемы рационального запоминания. Мнемоника

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ.

– Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды памяти

Память – это процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Процессы памяти принято называть мнемическими процессами (от греческого «мнеме» – память). Длительное время житейская практика и научная психология значительно упрощали наши представления о сущности памяти как когнитивного процесса. Господствовала метафора глины или восковых дощечек Платона, которые сохраняют след (отпечаток) воздействия раздражителя. Такой подход характерен для ассоциативной психологии и бихевиоризма.

Современная когнитивная психология исходит из принципа активности памяти. Память обеспечивает не только сохранение и воспроизведение информации, но и влияет на характер ее восприятия.

Виды памяти. В качестве оснований для классификации памяти по ее видам выступают: особенности материала запоминания и воспроизведения; характер деятельности, в ходе которой совершается процесс запоминания и воспроизведения (непроизвольная и произвольная память); способ запоминания (механическая и смысловая память); время сохранения образов (сенсорная, кратковременная и долговременная память); степень осознанности запоминаемой информации (имплицитная и эксплицитная память). Впрочем, как утверждает Ги Лефрансуа, существует всего два вида памяти: хорошая и плохая, и большинство обыкновенных людей владеют последней.

В отечественной психологии наиболее признана классификация видов памяти, предложенная П. П. Блонским. В зависимости от особенностей материала запоминания и его воспроизведения он выделяет моторную, или двигательную память; аффективную (эмоциональную) память; образную память и вербальную, или словесно-логическую память. Развитие памяти у отдельного индивида (в онтогенезе) повторяет ее развитие на разных ступенях

исторического развития человечества (в филогенезе), то есть в соответствии с принципом единства онтогенетического и филогенетического развития

2. Процессы памяти

Исторически в психологии принято выделять такие процессы памяти, как запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание. Современная когнитивная психология использует специальную терминологию: кодирование, хранение, извлечение и забывание.

Запоминание представляет собой обобщенное название мнемических процессов, обеспечивающих удержание информации или опыта в сознании человека. Принято выделять две (непроизвольная и произвольная) или три (запечатление, непроизвольная и произвольная) формы запоминания. Запечатление – это запоминание однократно предъявляемого в течение короткого времени материала. Непроизвольное запоминание – сохранение материала без наличия специальных волевых усилий и сознательного использования каких-либо мненимических приемов. Произвольное (преднамеренное) запоминание или заучивание – обусловленное наличием волевых усилий сохранение материала на максимально продолжительный срок с целью последующего извлечения. Другими словами, произвольное и непроизвольное запоминание определяется их местом и ролью в структуре психической деятельности.

Сохранение – мнемический процесс долговременного удержания в латентном (скрытом) состоянии воспринятой ранее информации. Воспроизведение – мнемический процесс воссоздания (восстановления и реконструкции) сохраненной раннее и актуализированной информации. Оно имеет три формы: узнавание; непроизвольное, или собственно воспроизведение; произвольное воспроизведение, или припоминание. Узнавание – кратковременное воспроизведение образа при повторном восприятии объекта. Непроизвольное воспроизведение – непосредственное воспоминание, обусловленное представлениями, мыслями или чувствами или деятельностью, выполняемой в данный момент (например, чтение книги). Произвольное воспроизведение – осмысленное воспоминание, требующее определенных волевых усилий. Оно связано с постановкой специальной репродуктивной задачи и использованием определенных приемов. Припоминание – наиболее активная форма воспроизведения, связанная с избирательностью и реконструкцией воспроизводимой информации.

Компьютерная метафора позволила представителям когнитивной психологии по-новому посмотреть на процессы памяти и механизмы их функционирования. Описание человеческой памяти во многом стало

идентично характеристике работы компьютера. Согласно когнитивистам, информация кодируется, хранится (архивируется) и извлекается.

Кодирование предполагает отбор релевантной (значимой) информации и ее преобразование в адекватную форму хранения. Определенную аналогию можно провести между кодированием и вводом данных в персональный компьютер. Принято считать, что кодирование осуществляется на уровне сенсорной, кратковременной и долговременной памяти.

Хранение – это накопление и удержание информации в сознании с целью ее дальнейшего использования. Канадский психолог Э. Тульвинг конкретизировал представления о способах хранения информации в эпизодической и семантической памяти как формах долговременной памяти. Эпизодическая или автобиографическая память – это память на субъективно переживаемые события, которые связаны с конкретным местом и временем. Семантическая память сохраняет наши знания о мире, обусловленные определенной культурой.

Принято выделять три формы организации памяти: пространственную, ассоциативную и иерархическую. Пространственная организация памяти лежит в основе построения когнитивных карт и позволяет соотносить наиболее значимые события или предметы («опорные точки»). Ассоциативная организация отражает способ группировки элементов в соответствии с общими признаками или со сходными функциями (например, музыкальные инструменты). Иерархическая организация семантической памяти позволяет расположить различные категории в зависимости от уровня их обобщенности и связей между ними. Извлечение – процесс актуализации и воспроизведения информации из долговременной памяти в кратковременную память (в сферу активного сознания). Различают два вида извлечения: узнавание и воспоминание.

3. Классические теории памяти

Теория памяти в ассоциативной психологии. Учение об ассоциациях принято считать первой теорией памяти. Ее истоки можно обнаружить в работах Платона и Аристотеля. Расцвет ассоционизма приходится на XVIII век (Д. Юм, Д. Гартли). В конце XIX начале XX в. ассоциативная теория стала ведущим направлением в психологии. Центральным понятием и одновременно объяснительным принципом в ассоциативной психологии выступает понятие ассоциации. Ассоциация означает связь, соединение. Ее принцип сводится к следующему: если определенные психические образования возникли в сознании одновременно или непосредственно друг за другом, то между ними возникает ассоциативная связь, и повторное появление

какого-либо из элементов этой связи с необходимостью вызывает в сознании представление всех остальных ее элементов.

Заслугой ассоциативной теории памяти можно считать первые экспериментальные исследования Г. Эббингауза и Г. Мюллера. Основоположником экспериментальных методов исследования памяти в ассоциативной психологии является немецкий психолог Герман Эббингауз. Остановимся на описании двух его экспериментов, в результате которых были открыты кривая забывания или «кривая Эббингауза» и «эффект края».

Память в бихевиоризме. Основатель бихевиоризма Джон Уотсон полагал, что память представляет собой сохранение в течение определенного времени видимых телесных навыков. Сам термин «память» он считал излишним. Поэтому феномены памяти бихевиористы изучали в контексте научения, под которым они понимали систематическое видоизменение поведения при повторении одинаковой ситуации. Бихевиористы накопили значительный фактический материал о влиянии повторения на успешность заучивания, о зависимости его от объема и характера материала, от положения элемента в ряду. Бихевиористы значительно упростили представление о памяти, сведя ее к навыку и предложили объективные методы изучения памяти.

Структурная теория памяти в гештальтпсихологии. Взгляды представителей гештальтпсихологии (В. Келер, К. Коффка, М. Вертгеймер) основаны на философии холизма. Они по-новому оценили принцип ассоциации – в основе образования ассоциаций лежит закон целостности. Закон организации запоминаемого материала является универсальным для восприятия и обучения. По В. Келеру, слова запоминаются лучше, чем бессмысленные слоги, в силу их организованности.

Социологическое направление в психологии памяти. Принципиальное значение в анализе мнемических процессов имело положение о социальной природе памяти человека и возможности социального управления ее процессами (П. Жане, Л. С. Выготский и А. Р. Лурия, А. Н. Леонтьев, Ф. Бартлетт). В основе этого направления лежит принцип первичности социального по отношению к индивидуальному. Впервые социальную природу человеческой памяти стала изучать французская социологическая школа.

По мнению представителей французской социологической школы, память представляет собой особое действие, изобретенное людьми в ходе исторического развития. Она возникла вместе с возникновением социального поведения. Точнее, можно выделить два вида памяти: натуральную память, присущую всем живым существам, и специфически человеческую память.

Дальнейшее развитие социологическое направление в психологии памяти нашло в работах Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева. Они по-другому интерпретировали роль средств в запоминании информации. Основным принципом организации памяти, по мнению Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева, является принцип использования внешних и внутренних средств запоминания и забывания. Согласно культурно-исторической теории Л. С. Выготского, каждая высшая психическая функция, в том числе и память, возникает дважды. Сначала как внешняя (натуральная) интерпсихическая функция, и лишь затем она интериоризируется, то есть переносится во внутренний план, и становится интрапсихической функцией.

При этом именно использование средств принимается в качестве критерия, на основе которого определяется граница между памятью как натуральной психической функцией и памятью как высшей психической функцией.

Деятельностная концепция памяти. Названной выше концепции характерна трактовка памяти как деятельности. Память означает использование и участие предыдущего опыта в настоящем поведении. По Л. С. Выготскому, память и в момент закрепления реакции, и в момент ее воспроизведения представляет собой деятельность в полном смысле этого слова.

4. Теории памяти в когнитивной психологии

Значительное влияние на развитие психологии памяти оказало положение У. Джеймса о первичной и вторичной памяти. Первичная память, или память-впечатление, образует область психологического настоящего и обеспечивает сохранение информации на уровне активного сознания. Вторичная память (память на постоянные знания) соответствует информации, которая отсутствует в активном сознании человека и является его психологическим прошлым.

Модальная модель памяти Аткинсона – Шиффрина. Современная когнитивная психология рассматривает процессы памяти с точки зрения поиска, сохранения и переработки информации по аналогии с компьютером. Целостный процесс усвоения информации условно делится на периоды, каждый из которых отличается определенной автономностью и особенностью. Когнитивисты различают три вида памяти по длительности сохранения и переработки информации: сенсорную (СП), непосредственную, ультракратковременную; кратковременную (КВП) и долговременную (ДВП) память.

Широкое распространение получила теория памяти, предложенная Р. Аткинсоном и Р. Шиффриным. Они разделяли концепцию двойственной

памяти Н. Во и Д. Нормана, но конкретизировали содержание КВП и ДВП. Исходя из представлений о фиксированной структуре и меняющихся процессах управления, ученые разграничили понятия «память» и «хранилище памяти».

Термином «память» они обозначили подлежащую сохранению информацию, а термином «хранилище» – структурный элемент, в котором эта информация хранится. Другими словами, они учитывали и время сохранения структурного элемента, и место его расположения в структуре памяти. Согласно модальной модели памяти, информация из внешнего мира поступает в сенсорную память, где не кодированный сенсорный сигнал определенной модальности сохраняется в течение ультракороткого времени. После того, как часть информации утрачивается, она поступает в кратковременную память. Если на уровне КВП информация подвергается повторению, то она поступает в следующий отдел хранения – долговременную память.

Теория оперативной (рабочей) памяти Бэддели – Хитча. Альтернативную теорию предложили А. Бэддели и Г. Хитч в 1974 г. Согласно этой теории, промежуточная память не ограничивается функцией пассивного повторения, она представляет собой динамичную и организованную систему. В связи с этим они ввели понятие рабочей памяти. Она включает следующие компоненты: центральный процессор, артикуляционную (фонологическую) петлю, визуально-пространственный блокнот и первичное акустическое хранилище.

Центральный процессор принимает участие в обработке стимулов всех модальностей и определяет целесообразность использования других подсистем, то есть помещать, извлекать или перемещать информацию в любую из них. Однако, он настолько мало изучен, что даже само его существование вызывает сомнение. Артикуляционная петля – это компонент рабочей памяти, который представляет собой вспомогательную систему для временного хранения доступной информации. Она обеспечивает обработку и сохранение вербальной (слуховой) информации. Мы прибегаем к ней по мере необходимости, когда повторяем информацию про себя, чтобы лучше ее запомнить. Артикуляционную петлю называют также «внутренним голосом» или субвокализацией.

Слова, выраженные в устной форме, напрямую поступают в артикуляционную петлю; слова, представленные в письменной форме, сначала преобразуются в фонологический код. Следы в слуховом хранилище очень быстро угасают, но могут быть восстановлены при помощи субвокализации или повторения.

Визуально-пространственный блокнот «работает» с визуальной и пространственной информацией, включая мнемонику, пространственное

мышление, планирование и ориентацию. Первичное акустическое хранилище, или «внутреннее ухо», как подсистема рабочей памяти составляет содержание феномена «Что вы сказали».

Попытку удержать информацию в оперативной памяти А. Бэддели сравнивал с цирковым номером, в котором артист поочередно раскручивает на палочках тарелочки. Он должен успеть придать каждой тарелочке новый импульс прежде, чем она замедлит кружение и упадет. С оперативной памятью дело обстоит так же. Попытка удержать в ней большое количество элементов требует возвращения к первому элементу, точнее, времени на то, чтобы его вспомнить и дополнительно повторить. А. Бэддели полагает, что имеет значение не только количество запоминаемых слов, но и их длина. Мы способны удерживать в оперативной памяти такое количество информации, которое в состоянии повторить в артикуляторной петле приблизительно за 1,5 – 2 с.

5. Приемы рационального запоминания. Мнемоника

Мнемоника – искусство запоминания, совокупность приемов и способов, имеющих целью облегчить запоминание возможно большего количества событий и фактов.

Изобретателем мнемоники (или мнемотехники) считается поэт Симонид Кеосский. Он присутствовал на пиру, устроенном одним из фессалийских аристократов, где исполнил свою лирическую поэму. Когда он вышел из зала, крыша здания обрушилась, и все участники пира погибли под ее обломками. Симонид помог родственникам опознать погибших, так как запомнил порядок расположения гостей за столом. Принцип упорядочивания информации с помощью метода мест лег в основу искусства («системы вспоможения») памяти.

Мнемоника представляет собой область прикладных аспектов психологии памяти, связующее звено между ее теорией и практикой. По мнению Р. Солсо, мнемонические приемы наиболее эффективны, во-первых, при хранении и кодировании; во-вторых, при воспроизведении информации.

Современный взгляд на память как когнитивный процесс отличается: во-первых, ее системным анализом, взаимопроникновением аттенционных, перцептивных и собственно мнемических процессов, а также единством мышления и сознания; во-вторых, осознанием того, что память принадлежит не только прошлому, но настоящему и будущему активной личности, субъекту познавательной деятельности.

Лекция 18–20. Мышление

План

1. Понятие и общая характеристика мышления. Виды мышления.
2. Классические теории мышления (Вюрцбургская школа и гештальтпсихология).
3. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже.
4. Теория интеллекта (мышления) Дж. Брунера. Профиль мышления.
5. Мышление как способ формирования понятий. Понятийное мышление (М. А. Холодная).
6. Мышление как способ решения задач. Стратегии мышления.
7. Дивергентное и конвергентное мышление (Дж. Гилфорд).
8. Логические (мыслительные) операции: деление и обобщение (генерализация).

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и общая характеристика мышления. Виды мышления

Мышление – это процесс обобщенного и опосредствованного познания (отражения), состоящий в открытии и преобразовании отношений между предметами и явлениями действительности. Из приведенного выше определения можно выделить три существенных признака мыслительного процесса:

- мышление – обобщенное познание (отражение) действительности;
- мышление – опосредствованное, выходящее за пределы непосредственного опыта, отражение действительности;
- мышление – отражение существенных связей и отношений между предметами и явлениями.

Мышление оперирует обобщенными категориями, конкретное, как правило, присутствует в мыслительных процессах не на правах фигуры, а на правах фона. Например, в природе нет «деревьев», есть «береза», «ель» или «лиственница». Ограниченные способности к обобщению в диагностике являются критериями определенной патологии мышления.

Современная когнитивная психология под мышлением понимает процесс формирования ментальных репрезентаций посредством преобразования воспринимаемой или извлеченной из прошлого опыта информации. Р. Майер приводит три основные характеристики мышления: во-первых, это внутренний познавательный процесс, оно когнитивно; во-вторых, процесс манипулирования ментальной информацией (знаниями); в-третьих, направленный (хотя и не всегда правильный) процесс (Солсо, 1996). Содержание понятия мышления можно конкретизировать через типологию его видов.

Виды мышления. Наиболее полно типология видов мышления в отечественной психологии представлена в работах Р. С. Немова, в зарубежной психологии – Дж. Брунера. Так, Р. С. Немов выделяет практическое и теоретическое мышление, каждое из которых соответственно подразделяется на два подвида: наглядно-действенное и наглядно-образное мышление и теоретическое образное и теоретическое понятийное мышление.

Когнитивный психолог Дж. Брунер по характеру воспринимаемой информации и соответствующему типу ее репрезентации выделяет в профиле мышления 4 базовых и 6 комбинированных видов. К базовым типам он относит предметное, образное, знаковое и символическое мышление.

Предметное мышление неразрывно связано с предметом в пространстве и во времени и осуществляется как преобразование информации с помощью предметных действий. Операции предметного мышления выполняются строго последовательно. Его результатом является мысль, воплощенная в новой когнитивной конструкции. Таким типом мышления обладают люди с практическим складом ума. Образное мышление осуществляется с помощью манипулирования образами предметов, когда его свойства воспринимаются отвлеченно от непосредственного носителя. Таким мышлением обладают люди с художественным складом ума.

Знаковое мышление оперирует информацией на уровне умозаключений. Знаки группируются в более крупные структуры, результатом является мысль в форме понятия или высказывания, фиксирующего существенные отношения между предметами и явлениями. Это тип мышления людей с гуманитарным складом ума.

Символическое мышление преобразует информацию с помощью логических операций, его результатом является мысль, выраженная в виде

структур или формул, фиксирующих существенные отношения между символами. Такое мышление характерно для людей с математическим складом ума.

На четырех базовых видах мышления, а следовательно, и способах репрезентации, основаны следующие комплексные типы: предметно-образное (практическое), предметно-знаковое (гуманитарное), предметно-символическое (операторное), образно-знаковое (художественное), образно-символическое (техническое) и знаково-символическое (теоретическое) мышление

2. **Классические теории мышления (Вюрцбургская школа и гештальтпсихология)**

Мышление изначально представляет собой междисциплинарный предмет исследования. Помимо психологии, мышление изучают логика и философия, в частности гносеология (теория познания). Поэтому все психологические теории мышления или базируются, или включают в себя непсихологические аспекты. Так, ассоциативная психология исходила из положений английской эмпирической философии, психология мышления вюрцбургской школы – из идеалистической философии гуссерлианства и холизма, бихевиоризм – из философии прагматизма, отечественная психология мышления – из диалектической логики.

Ассоциативная теория мышления. Согласно эмпирической философии, познавательные способности, дарованные человеку Богом или природой, противостоят свойствам объектов окружающего его мира. В качестве основных познавательных способностей философы рассматривают созерцание (способность сенсорной системы осуществлять в контакте с объектами их образно-чувственное отражение), мышление и рефлексию (способность субъекта оценивать свои врожденные формы психической активности и соотносить с ними факты перцепции и выводы мысли). В свою очередь, мышление – это способность к обобщению полученных чувственных данных путем абстрагирования от их несущественных особенностей с помощью логических (мысленных) операций.

Процессы мышления в ассоциативной психологии считались недоступными для экспериментального исследования, поэтому изучались продукты человеческой деятельности. Метод исследования определил название теории мышления в ассоциативной психологии – теория репродуктивного мышления.

В отечественной психологии Л. С. Выготский допускал, что принцип ассоциаций может быть применен к простым формам обобщения

(комплексам). На этом подходе выполнены работы Ю. А. Самарина и П. А. Шеварева.

Бихевиористы изучали мышление, исходя из общепринятой формулы «стимул – реакция». Так, по Дж. Уотсону, понятие мышления должно быть расширено за счет включения в него всех видов речевой деятельности, а также других замещающих ее деятельностей. Другими словами, Дж. Уотсон мышление человека отождествлял с внутренней речью и даже со средствами невербальной коммуникации. Они экспериментально доказывали существование когнитивных структур и их роль в поведении животных и человека, а также влияние внешних и внутренних (например, мотивации) факторов на их развитие.

Таким образом, первые экспериментальные подходы к изучению мышления в ассоциативной психологии и бихевиоризме послужили делу накопления психологических фактов о зависимости результатов мыслительной деятельности от характера стимулов, их пространственной и временной организации. Однако, никаких закономерностей мышления стимульно-ассоциативные методы не выявили (Гурова, 2005).

Первую теорию мышления, как принято считать, предложили представители гештальтпсихологии (М. Вертгеймер, В. Келер, К. Коффка, К. Дункер). Они опирались на философские концепции Э. Гуссерля и А. Бергсона, в частности на положение о непосредственном созерцании сущности вещей. Гештальтпсихология значительных успехов достигла в изучении восприятия, и затем многое перенесла на исследование мышления высших животных и человека. Мыслительные процессы она изучала методом решения задач: создания для испытуемых проблемных ситуаций, в ходе решения которых проявлялись личностные стереотипы (индивидуальные особенности), закономерности постижения нового знания. Другими словами, под мышлением они стали понимать процесс внезапного, неподготовленного предыдущей аналитической деятельностью понимания существенных отношений в проблемной ситуации.

В гештальтпсихологии мыслительный процесс есть последовательная смена разных типов целостного видения проблемной ситуации – смета гештальтов. В сою очередь, мышление – это процесс переструктурирования проблемной ситуации в сознании (феноменальном поле) субъекта, ведущие к непосредственному усмотрению (инсайту) искомого решения. Основной механизм мышления – установление новых отношений между данными, составляющими проблемную ситуацию, путем их переструктурирования (Маланов, 2005)

3. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже

Теория Ж. Пиаже оказала наиболее значительное влияние на развитие современной психологии в целом, а также таких отраслей, как общая и педагогическая психология и психология развития. По его мнению, когнитивное развитие является результатом адаптации индивидуума к изменениям окружающей среды. Ж. Пиаже выделяет два механизма приспособления: ассимиляцию и аккомодацию.

Человек по мере своего когнитивного развития закономерно проходит ряд стадий. Стадия сенсомоторного интеллекта. Стадия получила название по доминирующему способу реагирования ребенка на окружающий его мир: при помощи сенсорных и моторных схем поведения. В это время почти полностью отсутствует речь и внутренние репрезентации. Ребенок – эгоцентричен, у него сначала отсутствует всякое самосознание. Он живет «здесь и сейчас», в мире, где объекты существуют только тогда, когда ребенок непосредственно их воспринимает и манипулирует ими: «с глаз долой – из сердца вон».

Стадия дооперационального мышления. Названная стадия обычно делится на две подстадии: допонятийную и интуитивную. На допонятийной стадии ребенок приобретает способность к внутренней (психической) репрезентации объектов, но реагирует на все сходные объекты как идентичные. Другими словами, дети еще не способны понять свойства классов предметов: некоторое время все мужчины для них – «папа», все женщины – «мама». Характерной чертой их мышления остается трансдуктивная логика – рассуждение от частного к частному. К четырем годам (на интуитивной стадии) мышление становится более логичным, хотя и управляется по-прежнему восприятием. Такой характер мышления не позволяет детям решать задачи на сохранение.

Стадия конкретных операций. В возрасте 7–8 лет дети совершают переход от дооперациональной стадии к стадии конкретных операций, от дологического (эгоцентрического) мышления, основанного на непосредственно восприятии, к мышлению по правилам логики. Центральным понятием для характеристики данного периода является понятие операции. По Ж. Пиаже, операция – это действие, которое осуществляется в уме, и является результатом интериоризации физических схем сенсомоторного периода; действие комбинированное, упорядоченное и весьма общего характера; действие, которое осуществляется внутри упорядоченной системы операций (Доналдсон, 1986). Главной особенностью операционального мышления является обратимость, то есть способность системы вернуться к исходному.

Стадия формальных операций. На данной стадии когнитивного развития мышление подростков становится гипотетико-дедуктивным. Они способны

выдвигать гипотезы и решать абстрактные (отвлеченные) задачи, способны рассуждать дедуктивно (от общего к частному) без опоры на конкретику.

По Ж. Пиаже, развитие мышления осуществляется от эгоцентризма или центрации через последовательную смену ряда стадий и заканчивается к 14–15 годам децентрацией, как способностью принимать другую точку зрения

4. Теория интеллекта (мышления) Дж. Брунера. Профиль мышления

Когнитивные психологи рассматривают мышление в более широком контексте переработки информации. По их мнению, развитие мышления связано с возникновением символических функций, с усвоением и формированием понятий. При помощи внутренних когнитивных структур (образов и понятий) человек активно извлекает информацию из окружающей его среды, организует и интерпретирует ее, а также использует в последующей познавательной деятельности. Современный когнитивизм основан на теориях Ж. Пиаже, Л. С. Выготского и Дж. Брунера.

Теория мышления (научение путем открытий) Дж. Брунера. Эволюцию человеческого мозга и мышления человека Дж. Брунер считал результатом трех «волн открытий» (научных революций). Первая волна открытий связана с изобретением механических машин и приспособлений, которые значительно расширили моторные способности человека. Вторая волна открытий (изобретение радио и телевидения) увеличила сенсорные возможности человека: способность лучше видеть и слышать, чувствовать и ощущать на расстоянии без непосредственного контакта с миром предметов. Создание языков программирования и компьютерных систем ознаменовало третью волну научных открытий, которая повлияла на интеллектуальные способности человека.

Дж. Брунер провел прямую параллель между историей научных открытий и системами репрезентаций, которые используют дети по мере их умственного развития.

Развитие мышления и интеллекта осуществляется как последовательная смена систем репрезентаций: от инактивной (двигательной) репрезентации через иконическую (образную) репрезентацию к символической репрезентации (Лефрансуа, 2003а). Согласно Дж. Брунеру, познание, последовательное и умственное развитие ребенка начинается с сенсомоторного отображения действительности. По его мнению, ничто не может быть включено в нашу мысль, если сначала не прошло через наши чувства (сенсорику) и двигательную активность (моторику). Ребенок вступает в непосредственный контакт с окружающими его предметами. Он не доверяет глазам, он должен все потрогать своими руками, по возможности узнать, что

находится внутри предметов. При этом вещи не отчуждаются от его ощущений, а являются их продолжением (Годфруа, 1996). В результате они приобретают «репрезентацию в мышцах» (Лефрансуа, 2003), формируется определенный навык и возникает инактивная (двигательная) репрезентация.

По мере умственного развития происходит замещение непосредственного манипулирования предметами на манипулирование их образами в сознании ребенка. Ребенок интериоризирует («переносит внутрь») и запечатлевает (как бы фотографирует) в памяти воспринятые ранее предметы. Такая внутренняя репрезентация получила название иконическое отображение. Термин «икона» буквально означает «образ». Это период преимущественного развития памяти и наглядно-образного мышления.

Две названные выше стадии развития мышления основаны на научении и восприятии как взаимосвязанных процессах обработки информации. По Дж. Брунеру, они отражают нашу потребность в упрощении и осмыслении окружающей среды. В результате этого упрощения и осмысления, концептуализации и классификации формируются понятия или категории (группы родственных объектов или событий). В этом смысле категория является и понятием (концептом), и объектом восприятия (перцептом), и правилом для отнесения объектов в один класс (Лефрансуа, 2003).

Другими словами, постепенно мир предметов и образов уступает место понятиям как символическому отображению действительности. При этом, опираясь на раннюю теорию Л. С. Выготского, Дж. Брунер главное значение в формировании понятий отводит слову. По Дж. Брунеру, назвать предмет – значит иметь о нем представление (понятие). Так в подростковом и юношеском возрасте осуществляется формирование символических репрезентаций и становление стадии символического отображения действительности.

Таким образом, когнитивная теория мышления Дж. Брунера представляет собой спиралевидную модель познания. С возрастом умственное развитие личности ускоряется и осуществляется как смена трех стадий, каждая из которых основана на определенной системе репрезентаций: двигательной (инактивной), иконической и символической. Идеи Дж. Брунера нашли широкое применение в педагогической психологии. Особого внимания заслуживает его положение о том, что ребенка можно научить всему, чему угодно, но только… на языке ребенка (Bruner, 1986).

5. Мышление как способ формирования понятий. Понятийное мышление (М. А. Холодная)

Выготский выделяет три стадии развития понятий: 1. Синкретические группы-образы, выделенные на основе субъективно устанавливаемых

ребёнком отношений между вещами; 2. Понятия-комплексы, выделенные уже на основе объективных связей между предметами, на основании их наглядного сходства и различия, которые можно также генетически (в развитии от предшествующей к последующей стадии) поделить следующим образом: ассоциативный комплекс с ядром (объёмом одного знака является множество предметов, сходных по различным независимым основаниям с каким-то предметом, который вследствие субъективной значимости для ребёнка является ядром комплекса); комплекс-коллекция (объёмом одного знака является множество вещей представляющих по какому-то признаку (цвет, форма) весь спектр возможных вариантов); цепной комплекс (ассоциативный комплекс со стихийно меняющимся ядром); диффузный комплекс (объёмом одного знака является множество вещей, схожих по одному признаку, но граница дифференциации по нему со временем размывается, и в итоге у включённых в конце предметов может быть мало общего с теми, которые были включены вначале); комплексы-псевдопонятия (объёмом одного знака является множество вещей, эквивалентное объёму соответствующего подлинного понятия; но псевдопонятие отличается от истинного понятия структурой и способом формирования: у псевдопонятия нет содержания, каждый предмет включается в его объем на основании наглядного сходства, в нём не выделяется, не абстрагируется система общих признаков; ребёнок не может сказать, относится ли вещь к тому или иному понятию-комплексу, не сравнив её наглядно-образно с другими); 3. Подлинные понятия, с абстрагированной от класса вещей (хоть и не всегда осознаваемо) системой признаков. Понятийное мышление – ведущий вид мышления, характеризуется использованием понятий, логических конструкций, которые существуют на базе языка и языковых средств. Понятийное мышление – осознанное вербальное мышление. Формируется в 6–7 лет. Предполагает использование: индукции, дедукции. Характеризуется: высокой критичностью; повышением понимания скрытого смысла и подтекста; различие иерархии признаков (центральные, существенные, случайные, периферические).

Понятийные психические структуры – это интегральные когнитивные структуры, особенности устройства которых характеризуются включенностью разных способов кодирования информации, представленностью визуальных схем разной степени обобщенности и иерархическим характером организации семантических признаков.

Многие исследователи признавали особую роль понятийного мышления в структуре интеллекта, рассматривая способность к понятийному отражению как высшую стадию интеллектуального развития (приурочивая ее, как правило, к подростковому возрасту), а понятийную мысль – как один из наиболее эффективных познавательных инструментов.

Процесс понятийного обобщения порождает особый тип понимания действительности, основанный на радикальной перестройке наличных семантических структур. Во-первых, знание об объекте на понятийном уровне – это всегда знание некоторого множества разнокачественных признаков соответствующего объекта (деталей, актуальных и потенциальных свойств, закономерностей возникновения, связей с другими объектами). Возможность выделения, перечисления этих признаков и объяснение на их основе других признаков приводят к тому, что имеющиеся у человека сведения об объекте превращаются в целостное и в то же время дифференцированное знание, элементы которого отвечают требованию полноты, расчлененности и взаимосвязанности.

Во-вторых, понятийное обобщение не сводится к отбрасыванию тех или иных конкретных, индивидуально-специфичных признаков объектов и выделению только лишь общего им признака. При образовании понятия имеет место особого рода синтез признаков разной степени обобщенности в итоговом обобщающем понятии, в котором они сохраняются уже в измененном, «снятом» виде. Следовательно, понятийное обобщение выступает как особая форма семантического синтеза, благодаря которому любой объект одновременно осмысливается в единстве его конкретноситуативных, предметно-структурных, функциональных, генетических, видовых и категориальнородовых признаков.

В-третьих, отличительной чертой понятийного обобщения является упорядочение всех наличных признаков объекта по степени их обобщенности. В частности, среди множества одновременно мыслимых признаков того или иного объекта человек оказывается в состоянии отделить его ситуативные признаки от инвариантных, оценить эти признаки как много- или маловероятные, рассмотреть их как специфические или универсальные и т. д. Иными словами, в психическом пространстве понятийной мысли каждый признак приобретает качество «уровневости» (и соответственно значение слова оказывается представленным в индивидуальном опыте в виде своего рода иерархической семантической матрицы). Характерно, что собственно понятийное познание организуется именно вокруг обобщенных признаков объекта, которые позволяют включать его в какие-либо категории. По словам Р. Глезера, эти обобщающие принципы не заданы в самой проблемной ситуации, они «выводятся из знаний субъекта» (Glaser, 1984).

В-четвертых, специфическим для понятийного обобщения является воспроизведение в понятийном образе объективно значимых аспектов действительности. Какие психологические механизмы понятийного отражения позволяют мысли субъекта разграничивать существенные и несущественные признаки события? Особое значение в этом случае, как

отмечает Л.М. Веккер, имеет иерархическая организация понятийной структуры, поскольку информация одновременно перерабатывается в системе разных уровней обобщения. Тем самым создаются условия для выделения семантических инвариантов, в результате чего понятийная мысль освобождается от влияния эгоцентрической познавательной позиции, а понятийное знание приобретает уникальное свойство интра- и интерсубъективной стабильности.

Итак, рассмотренные выше особенности психической организации понятийной структуры (разнообразие когнитивного состава, взаимообратимый перевод словесно -речевых и образных компонентов опыта, разноуровневость семантических признаков) позволяют рассматривать ее в качестве интегрального когнитивного образования, в формировании которого участвуют все «нижележащие» базовые когнитивные механизмы переработки информации (способы кодирования информации, когнитивные схемы, семантические структуры и, возможно, архетипические структуры индивидуального опыта).

Будучи интегральными когнитивными образованиями, понятийные структуры, по-видимому, принимают самое активное участие в организации всех других форм ментального опыта. Соответственно чем выше уровень сформированности понятийных структур, тем большее влияние понятийное мышление оказывает на устройство и функционирование индивидуального интеллекта.

6. Мышление как способ решения задач. Стратегии мышления

Определение мышления как процесса решения задач используется в экспериментальных исследованиях конкретных механизмов познания, при диагностике мышления. Любая задача имеет объективную (предметную) и субъективную (психологическую) структуру. Объективно задача вкл. в себя: набор определенных условий; требование, которое нужно достичь. С психологической точки зрения требованию задачи соответствует субъективно поставленная цель, а условиям – средства ее достижения. Движущей силой процесса мышления являются возникающие противоречия в субъективной структуре – между целью и средствами.

Следовательно, решение задачи – процесс достижения поставленной цели и поиск необходимых для этого средств в данных условиях. Выделяют три типа мыслительных действий, характерных для процесса решения задач: ориентировочные действия, исполнительные действия и нахождение ответа.

Ориентировочные действия начинаются с анализа условий. Главное в мыслительном поиске - возникновение гипотезы. Она возникает на основе полученной информации, анализа условий и способствует дальнейшему

поиску, направляет движение мысли, в итоге переходит в план решения. В возникновении гипотезы обычно проявляются творческие возможности личности. Исполнительные действия сводятся в основном к выбору приемов решения задачи.

Нахождение ответа состоит в сверке решения с исходными условиями задачи. Если в рез-те сличения рез-т согласуется с исход. условиями, процесс прекращается. Если нет – процесс решения продолжается и протекает до тех пор, пока решение не будет окончательно согласовано с условиями задачи. Для псих-го. анализа процесса решения задачи важно знание о наличии или отсутствии в прошлом опыте субъекта готовых ср-в достижения цели. Если такие ср-ва есть, то ситуация не будет для субъекта проблемной и ее решение фактически сведется к использованию сформированного мыслит. действия, к воспроизводству готового знания – репродуктивное мышление. Только при отсутствии готовых средств достижения цели возникает необходимость их поиска, создания.

Решение задачи, особенно в условиях дефицита времени, обусловлено определенными правилами или способами, которые принято называть стратегиями. Стратегии мышления изучали Дж. Брунер и К. Левин (Годфруа, 1996). Они обосновали три тактических подхода: случайный, рациональный и системный перебор. Случайный перебор предполагает последовательное выдвижение и проверку гипотез, выбор которых осознается после определенного действия. Проверка осуществляется наугад и до верного решения. Считается, что в результате этой стратегии была открыта Америка. Однако, использование случайного перебора, как правило, не эффективно и не всегда безопасно. Эта стратегия вряд ли целесообразна при проверке наличия электричества в розетке или классификации грибов на ядовитые и съедобные.

Рациональный перебор основан на предварительном анализе ситуации и использовании определенного промежуточного или наименее рискованного решения (допущения). Так работает компьютер. Системный перебор предполагает одновременное выдвижение и проверку нескольких гипотез. Это самая строгая, но и самая скучная, стратегия. Системный перебор редко используется в житейской практике. При решении одной и той же проблемной задачи могут быть использованы разные стратегии.

7. Дивергентное и конвергентное мышление (Дж. Гилфорд)

Джой Гилфорд издал книгу: Природа человеческого интеллекта / The Nature of Human Intelligence, где ввёл условные понятия конвергентного и дивергентного мышления. Под конвергентным («сходящимся») мышлением понимается поиск единственного решения. «Если говорить коротко, под конвергентным мышлением понимается линейное, логическое (дискурсивное)

мышление, предполагающее одно-единственное правильное решение проблемы. Именно этот тип мышления ассоциируется с ай-кью и классическим методом преподавания» (Г. Алдер, 2004).

Под дивергентным («расходящимся») мышлением понимается «веерообразный» поиск по всем направлениям, часто приводящий к оригинальным решениям. Дж. Гилфорд писал: «Под креативностью следует понимать способность отказываться от стереотипных способов мышления. Основой креативности является дивергентное мышление…». «Дивергентное мышление против всякой однозначности, «чёрно-белых» истин. Ему чужды мертвящие, абстрактные схемы. «Дивергентный» ум нацелен на поиск инновационных путей, нетрадиционный идей. В литературе, адресованной массовому читателю, ближайшей параллелью дивергентному мышление является понятие горизонтального мышления». Понятие дивергентного мышления использовалось Дж Гилфордом для создания тестов творческих способностей, где учитывались как число сформулированных испытуемым идей, так и степень их редкости по сравнению с ответами других испытуемых.

8. Логические (мыслительные) операции: деление и обобщение (генерализация)

В психологической науке традиционно различают три формы мышления: понятие, суждение и умозаключение. Понятие – это отражение в сознании человека общих и существенных свойств предметов и явлений. Оно представляет собой основное содержание мышления, одну из форм его существования и одновременно способ действия с определенной реальностью.

Суждение – это форма мышления, в процессе которой отражаются или утверждаются связи между предметами и явлениями или их свойствами и признаками. Суждения образуются непосредственно, когда они выражают то, что воспринимается в данный момент, и опосредствованно, при помощи умозаключения или рассуждения. Суждения бывают истинными, или объективно верными, и ложными, несоответствующими объективной реальности.

Умозаключение – это выведение из одного или ряда суждений нового суждения, то есть «суждение о суждении». Различают индуктивное и дедуктивное умозаключение и умозаключение по аналогии. Индуктивное и дедуктивное умозаключения различаются по направленности рассуждения: от единичных фактов к общему выводу (индуктивное) или от общих фактов к общему выводу (дедуктивное). Аналогия – это такое умозаключение, в котором вывод делается на основании частного сходства между предметами и явлениями.

Операции мышления. Психология, которая, как известно, вышла из философии, надолго сохранила представление о наличии чувственного и абстрактного уровней познания. До сих пор в психологической науке не утратило значения выделение предметно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического мышления. Словесно-логическое мышление человека основано на системе логических (мыслительных) операциях.

По крупному счету, их всего две: деление и обобщение (генерализация). Деление включает в себя анализ, классификацию и абстрагирование; обобщение – синтез, систематизацию и конкретизацию. При этом все названные операции образуют определенный континуум и рассматриваются попарно:

1. Анализ и синтез. Анализ – это мыслительная операция разделения предметов и явлений на составляющие части, а также выделение из целого его отдельных сторон или отношений между его частями. Синтез – это мыслительная операция объединения элементов (частей или свойств предметов) в единое целое, построение целого из аналитически выделенных частей.
2. Классификация и систематизация. Классификация – мыслительная операция, результатом которой является совокупность понятий, классов объектов и явлений, сгруппированных по одному или более основаниям. Классификацией является известная периодическая система элементов Д. И. Менделеева. Напротив, систематизация – это мыслительная операция описания или осмысления чего-либо как системы, восхождение к системе как совокупности элементов и связей между ними, обладающих надсуммарной целостностью.
3. Абстрагирование и конкретизация. Абстрагирование – мыслительная операция отвлечения от каких-либо признаков предметов и явлений и выделение при этом их существенных свойств и отношений между ними. Конкретизация – мыслительная операция уточнения свойств и отношений между предметами и явлениями.

На первый взгляд, особняком расположена логическая (мыслительная) операция сравнения, то есть сопоставление предметов и явлений, нахождение сходств и различий между ними. На самом деле, мы подвергаем сравнению (сопоставлению) то, что остается после деления или обобщения.

Лекция 21. Воображение

План

1. Понятие и виды воображения. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения.

2. Функции воображения. Воображение и творчество.
3. Способы создания образов воображения.
4. Свойства образов воображения

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды воображения. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения

В современной психологической науке нет общепринятого понимания сущности воображения как познавательного процесса. Продолжается спор о правомерности его выделения в самостоятельную научную категорию. Известно, что еще в 1913 году Д. Уотсон исключил феномен фантазии из числа объектов психологической науки. Определение воображения и сегодня отсутствует во многих современных психологических энциклопедиях.

Воображение – это образно-информационное моделирование действительности на основе рекомбинации образов памяти (Еникеев, 2000).

Виды воображения. В психологии принято выделять виды воображения по следующим основаниям: по степени активности, по виду деятельности и по его результату. Наиболее полную и целостную классификацию воображения предложила И. В. Дубровина (1999):

- Непроизвольное, или пассивное воображение – вид воображения, при котором новые образы возникают под воздействием мало осознаваемых или неосознаваемых потребностей, помимо воли человека. К таким видам воображения относятся сновидения, галлюцинации и грезы.
- Произвольное, или активное воображение – процесс целенаправленного, преднамеренного построения образов желаемого будущего. По степени оригинальности оно может быть репродуктивным (воссоздающим) и творческим.

2. Функции воображения. Воображение и творчество

Воображение изначально возникает и развивается как полифункциональное психическое образование, участвующее в разных сферах жизни и деятельности личности (Палагина, 1997). Чаще всего приводятся следующие функции воображения: эвристическая или инновационная; когнитивная (познавательно-коммуникативная); регулятивная; антиципации и прогнозирования; прагматическая и социальная; психотерапевтическая и психокоррекционная. Впрочем, отношение к функциям воображения во многом аналогично отношению к творчеству: воображение можно развивать или только создавать условия для его высвобождения.

Основные положения. В психологической науке отношение к воображению не раз кардинально менялось от признания за ним роли самостоятельного познавательного процесса до его «растворения» в других когнитивных процессах: в восприятии, памяти и мышлении. Воображение – это психический познавательный процесс создания новых образов на основе ранее воспринятых или образно-информационное моделирование действительности на основе рекомбинации образов памяти.

Виды воображения принято выделять по степени активности сознания, виду деятельности и его результату. Оно может быть непроизвольным и произвольным, активным и пассивным, воссоздающим и творческим в разных сферах человеческой деятельности.

Неоднозначность определения предмета воображения не мешает теоретическим исследованиям и практическим разработкам в области механизмов воображения или способов создания его образов. Среди них значительное место занимают агглютинация, акцентирование, гиперболизация, типизация и метод сдвига.

Воображение – полифункциональное психическое образование. Оно имеет эвристическую, когнитивную, регулятивную, прогностическую, прагматическую и психотерапевтическую функции. Воображение, как ни какой другой когнитивный процесс, выделяет человека из окружающего мира, составляет его сущность и характеризует его индивидуальность. В научной литературе оно, как правило, положительно эмоционально окрашено, в житейской практике – может настораживать своею виртуальностью и оторванностью от реальности, граничащей с обманом. При этом наиболее устойчив в сознании обывателей миф о том, что у детей воображение лучше развито, чем у взрослых.

3. Способы создания образов воображения

Создание или рекомбинация новых образов предполагает наличие психических механизмов, которые могут быть реализованы в конкретных способах или даже техниках. Они основаны на способности подмечать, выделять в предметах и явлениях их специфические или неявные признаки и свойства и переносить их на другие предметы. К таким механизмам воображения относят агглютинацию, акцентирование, гиперболизацию, типизацию и метод сдвига.

Агглютинация («склейка») – частный случай комбинирования, творческий синтез, соединение несоединимых в реальности объектов или их свойств в одном образе.

Акцентирование – заострение, подчеркивание каких-либо признаков и создание на этой основе нового образа. Этот способ лежит в основе создания карикатур и дружеских шаржей.

4. Свойства образов воображения

Образы воображения в отличие от образов восприятия могут быть нереалистичными, фантазийными. Восприятие и память являются основой для воображения. Оно же, в свою очередь, служит основой наглядно-образного мышления. Это позволяет человеку решать задачи в условиях невозможности или нецелесообразности предметных действий.

Образы воображения формируются в процессе мысленного конструирования таких объектов, прообразы которых не существуют в окружающей среде. Эти образы должны предвосхищать в известном смысле результаты деятельности или служить средством разрешения определенных умственных задач. Преобразование наличного наглядного материала, в результате чего возникает добавочная информация о нем, и составляет главный момент творческого воображения.

Сознание может конструировать новые идеальные объекты, которые еще не имеют своего конкретного прообраза в объективном мире. Без способности к созданию таких образов творческое мышление было бы невозможно.

Познавательные образы можно подразделить на: 1) чувственно-наглядные и 2) рациональные (понятийные) образы, в отвлеченной форме отражающие наиболее общие и существенные стороны, связи и отношения объективного мира, недоступные непосредственно органам чувств.

Вместе с тем не существует каких-либо чувственных элементов, совершенно лишенных рационального содержания. Любые сигналы, поступающие через органы чувств, становясь фактами сознания, подвергаются вместе с тем логической обработке, входят в упорядоченный

строй наших знаний. Чувственные образы включаются в комплексы суждений и умозаключений, вне которых они были бы лишены общего значения. Поэтому понятия «чувственное познание», «чувственный образ» – это научно-теоретические абстракции, в которых выделена только одна сторона сложного процесса переработки.

Лекция 22. Речь

План

1. Понятие и виды речи.
2. Речь как средство мышления и общения.
3. Теории речи.
4. Языковая личность. Языковые способности.
5. Психолингвистические характеристики текстов

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.
5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Понятие и виды речи

В настоящее время язык и речь рассматривают как две формы общения или коммуникации. При этом принято считать, что язык есть у животных и человека, речь – только у человека. Животные умеют или говорить (воспроизводить человеческие слова), или думать. Речевое мышление, способность думать и говорить одновременно, является исключительной привилегией человека.

Язык животных представляет собой систему сигналов, с помощью которой они осуществляют элементарную коммуникацию. Животные способны средствами языка предупреждать об опасности и привлекать внимание себе подобных. За каждым сигналом у животного или насекомого закреплено определенное значение. Этолог К. фон Фриш был удостоен нобелевской премии за открытие языка пчел. Он выяснил, как пчела с помощью особого «танца» сообщает другим пчелам направление и расстояние до источника нектара (Годфруа, 1996).

Изучению языка и речи способствовали «естественные» эксперименты с участием детей, которых воспитывали животные. Так, в 1920 г. в Индии в волчьем логове нашли двух девочек, младшая из которых вскоре умерла. Старшая девочка, которой дали имя Камала, только через два года научилась стоять, через шесть лет – ходить. За четыре года она выучила шесть слов, за семь лет – сорок пять. К семнадцати годам умственное развитие девушки соответствовало уровню четырехлетнего ребенка (Платонов, 1997). Считается, что дети-маугли могут адаптироваться к социуму, если они вернулись к людям не позднее 12-13 лет. Возраст с 6 до 13 лет в психолингвистике рассматривается как критический для усвоения ими родного языка.

Психологи и лингвисты также неоднократно предпринимали попытки научить животных языку человека. Например, американские зоологи Кэти и Кейт Найес взяли в семью на воспитание самку-шимпанзе. Они полагали, что животное будет усваивать речь одновременно с их сыном. Результат обучения – четыре слова за три года. В 1966 г. Ален и Беатрис Гарднер учили детеныша шимпанзе модифицированному языку глухонемых. Через четыре года их подопечная Вашо усвоила 130 жестов. Горилла Коко под руководством Ф. Рэттерсона научилась использовать 375 жестов и даже продуцировать метафоры (белый-тигр, то есть зебра).

Кроме того, заслуживает внимания так называемый «каспергаузеровский» метод, который позволяет изучить влияние общения с себе подобными на развитие психики и языковое развитие в частности. В 1825 г. в Германии был обнаружении замурованный в погребе ребенок (Каспер Гаузер). Он долгое время провел в этом погребе, и в результате отставал в развитии от нормально развивающихся детей (Платонов, 1997). Дети-маугли, животные и люди, воспитывающиеся в условиях отсутствия общения с особями своего вида, подтверждают значение коммуникации для развития языка и речи, подчеркивают принципиальное различие в природе языка животных и человека.

Язык и речь – понятия не синонимичные. Язык – это система условных символов. Речь – форма и процесс общения, опосредствованного языком. Как утверждает В.М. Козубовский, понятие речи в психологии имеет широкое и

узкое значение. В широком смысле речь представляет собой процесс общения посредством вербальных и невербальных средств коммуникации. В узком смысле – процесс общения с помощью естественного языка, исторически сложившегося в результате взаимодействия людей (Козубовский, 2004).

Язык – устойчивая во времени и социально обусловленная структура. Речь – динамическое и индивидуальное образование. Язык выражает психологию (ментальность) этноса, для которого он является родным. Речь – психологию отдельно взятого человека или определенной группы. Язык – первичен, речь – вторична. Язык может существовать вне зависимости от его носителя, его психологии и поведения.

Связующим звеном между языком и речью выступает значение слова, которое выражается как в единицах языка, так и в единицах речи. Речь несет в себе определенный смысл. Этот смысл субъективно обусловлен, в то время как значения одних и тех же слов для разных людей могут быть одинаковы (Немов, 1994).

С точки зрения психологии, речь является полифункциональным и, в силу этого, полиструктурным когнитивным феноменом. По способу своего возникновения и обслуживания социальных процессов принято выделять внешнюю, эгоцентрическую и внутреннюю речь (Рис. 1).

Внешняя речь – процесс общения между людьми при помощи обмена вербальными высказываниями или различных технических устройств. Внешняя речь имеет социализированный характер и, как правило, направлена на других.

Эгоцентрическая речь – речь, обращенная к самому себе, регулирующая и контролирующая практическую деятельность ребенка. Генетически она восходит к внешней (коммуникативной) речи и является продуктом ее частичной интериоризации, промежуточным звеном между внешней и внутренней речью.

Внутренняя речь – особый вид беззвучной речевой деятельности человека, использования языковых значений вне процесса реальной коммуникации.

Рис. 1. Виды речи

Особенность внешней речи заключается в ее целостности: даже первое слово в устах ребенка звучит как целое предложение. Смысловая сторона внешней речи разворачивается от целого к части; ее физическая сторона (звучание), напротив, от части к целому. Грамматика в структуре внешней речи опережает логику. Особенность внутренней речи состоит в ее свернутости, сокращенности, фрагментарности и преобладании смысла над значением.

По форме высказывания и количеству коммуникаторов как внешняя, так и внутренняя речь может быть диалогической и монологической. Монолог обслуживает процесс одностороннего, а диалог – двустороннего обмена информацией. Исторически диалог – первичен. Монологическая речь требует более тщательной подготовки, она развернута во времени и более структурирована.

.

2. Речь как средство мышления и общения

По способу фиксации информации выделяют устную и письменную речь. Устная речь – это процесс вербального общения при помощи воспринимаемых на слух языковых средств. Она конкретна и ситуативна, отличатся ограниченным количеством используемых слов и грамматических конструкций. Письменная речь – вербальное общение при помощи письменных текстов. Она предъявляет повышенные требования к мыслительной деятельности, логична, структурирована и почти не использует внеязыковых средств коммуникации.

По М.В. Гамезо и И.А. Домашенко, речь выступает как средство общения и мышления. В общении реализуются две функции речи: коммуникация и экспрессия, которые обеспечивают обмен когнициями и эмоциями, передачу мыслей и чувств при помощи вербальных и невербальных воздействий. В мышлении – функции сигнификации и обобщения. Эти функции обеспечивают обозначение и генерализацию воспринимаемой в процессе речевой деятельности информации.

Расширенную классификацию функции речи предложил В.Н. Панферов. Он выделяет номинативную (назывательную), экспрессивную, дискурсивную, коммуникативную регулятивную функции и функцию творчества. Развернутую характеристику экспрессивной функции речи приводит И.М. Лущихина (Крылов, 1999). Она отмечает, что экспрессивная функция отражает отношение человека к событиям, их оценку и его эмоциональные состояния. Функция экспрессии – первая по времени возникновения в онтогенезе, самая устойчивая и самая поздняя: она исчезает только вместе с клинической смертью человека, когда все другие функции речи уже разрушены.

Дискурсивная функция по своему содержанию близка к принятой в отечественной психологии характеристике интеллектуальной функции речи. Благодаря этой функции, речь является средством мышления. По С.Л. Рубинштейну, речь коррелирует не только с мышлением, но и сознанием в целом. Кроме того, при помощи речи мы реализуем специальные вербальные способности, пишем стихи и сочиняем прозу, придумываем рекламные слоганы. Среди всего множества функций речи основной (интегрирующей)

остается коммуникативная функция. Именно когнитивная и коммуникативная природа вербальных сообщений привлекает внимание современных психологов и психолингвистов.

3. Теории речи

Эволюцию научных представлений о природе языка и речи необходимо рассматривать в контексте оппозиции психологии и лингвистики. Вплоть до начала XX века достижения в исследовании данной проблемной области в лингвистике значительно опережали достижения психологической науки. Понятия «психология языка» и «психология речи» употреблялись как синонимы. Именно лингвисты ввели категории «языковое сознание» (В. Гумбольдт) и «психологический компонент языка» (И.А. Бодуэн де Куртенэ). Х. Штейнталь даже относил языкознание к числу психологических наук на том основании, что речь – это духовная деятельность человека (Белянин, 2001).

Французский структурный лингвист Ф. де Соссюр теоретически обосновал различия между языком и речью. Язык стали понимать как устойчивую и социально обусловленную систему условных символов. Напротив, речь – это динамический и конкретный процесс оперирования этими символами (языком). Язык, по его мнению, усваивается теоретически как система правил, а речь – фактически, в процессе общения. В результате на долгие годы язык стал предметом лингвистики, речь – психологии.

Разрыв был преодолен, когда в середине 50-х гг. XX века возникла новая междисциплинарная область знаний – психолингвистика. По А. Блюменталю, междисциплинарные контакты психологии и лингвистики имели место, по крайней мере, дважды:

- сначала лингвисты обратились к психологии, чтобы понять, как люди используют язык, построить лингвистическую теорию, опираясь на психологическую терминологию (образ, репрезентация, память);
- затем психологи с целью обоснования психологии языка обратились к лингвистике (Красных, 2001).

Однако роман между названными выше науками, по образному выражению того же А. Блюменталя, оказался кратковременным и несчастным, хотя и способствовал развитию этих наук.

В зарубежной науке одну из наиболее признанных периодизаций развития психолингвистики предложил Дж. Кесс. Он выделил четыре основных периода: формирование психолингвистики под влиянием идей структурализма и бихевиоризма; лингвистический период (доминирование трансформационно-генеративной грамматики); когнитивный период (преодоление центрации на грамматических структурах и признание роли

когнитивных и поведенческих систем в усвоении и использовании языка) и когнитивно-междисциплинарный подход, основанный на структуре ментальных репрезентаций и знаний.

Периодизации психолингвистики в отечественной психологии разработаны А.А. Леонтьевым и Е.Ф. Тарасовым как смена «трех поколений» названной научной области.

Психолингвистика «первого поколения» или психолингвистика Ч. Осгуда возникла на основе теоретических положений бихевиоральной психологии языка и речи. Основы теории были заложены в работах Дж. Уотсона. Он исходил из того, что речь является результатом развития мышления. Ребенок научается говорить методом обусловливания, когда его лингвистические поведенческие реакции постепенно интериоризируются и формируют «внутренний диалог» (мышление). Развернутый вариант бихевиоральной теории речи представлен в книге Б. Скиннера «Вербальное поведение».

При объяснении вербального поведения он опирался на классическую схему оперантного обусловливания и подкрепления. Как утверждают Н.Д. Павлова и Т.Н. Ушакова, Б. Скиннером была сформулирована едва ли не самая простая теория речи (Современная психология, 1999). Речевое поведение человека – это результат индивидуального опыта подкрепления или не подкрепления словесных реакций, которые, в свою очередь, служат стимулом для последующих реакций. Например, мама просит ребенка сказать «мяч». Он произносит слово и получает вербальное («молодец») или материальное (конфета) подкрепление. Новое слово прочно входит в активный словарный запас ребенка и определяет его вербальное поведение.

Р. Браун полагает, что родители в процессе общения с ребенком, подкрепляют его фактическую, а не грамматически правильную речь. Он экспериментально показал, что матери делают в три раза больше грамматических ошибок, чем их малолетние дети.

Однако объяснительный потенциал бихевиоризма весьма ограничен. Супруги Кэллог провели следующий эксперимент. Они решили «очеловечить» детеныша шимпанзе, воспитывая его со своим сыном Дональдом. В результате не человек стал оказывать влияние на обезьяну, а обезьяна – на человека. Маленький Дональд кричал при виде пищи и даже грыз кору деревьев. Налицо была явная задержка когнитивного развития, и эксперимент пришлось прекратить.

Итак, вернемся к концепции речи в психолингвистике «первого поколения», задача которой заключалась в изучении отношений между структурой сообщений и качествами индивидов, продуцирующих и

воспринимающих эти сообщения. Содержание концепции Ч. Осгуда может быть представлено как ряд положений:

- речь – это система непосредственных или опосредствованных (задержанных) реакций человека на речевые и неречевые стимулы;
- речевые стимулы вызывают то же поведение, что и соответствующие неречевые стимулы, благодаря возникающим между ними ассоциациям;
- речевое поведение опосредствовано системой фильтров, которые преобразуют речевой стимул (на входе) и/или речевую реакцию (на выходе);
- речевое поведение человека является результатом перекодирования информации и выработки навыков (Рис. 3).

На уровне реценции речевые стимулы перекодируются в нервные импульсы. На уровне интеграции они образуют на основе прошлых восприятий вероятностное перцептивное единство (гештальт). На уровне репрезентации гештальт ассоциируется с неречевыми стимулами и образует определенное значение. Затем процессы интериоризации речевых и неречевых стимулов уступают место процессам экстериоризации (обращаются «наружу»). На основе поступающей с уровней интеграции и репрезентации информации человек делает выбор между имеющимися альтернативными моторными схемами на уровне самостимуляции. Такие интегрированные моторные схемы после кодирования и перекодирования закрепляются как формы речевого поведения (Красных, 2001).

Таким образом, психолингвистика «первого поколения» в целом укладывается в бихевиоральную схему «стимул – реакция». Речевое поведение человека имеет реактивный характер и адаптивную природу; усвоение языка сводится к овладению отдельными словами (атомизм) и последующей их генерализации. Человек как субъект речевого поведения вырван из социального контекста и реального общения. Речевое поведение представляет собой процесс индивидуальной передачи сообщения от говорящего к слушающему.

В психолингвистике «второго поколения» основное внимание уделяется преформизму или концепции трансформационно-генеративной грамматики Н. Хомского (Чомски). Прежде всего, Н. Хомский разграничил понятия «языковая компетенция» (linguistic competence) и «языковое исполнение» (linguistic performance). Языковая компетенция – это потенциальные знания, а языковое исполнение (по А. А. Леонтьеву – «языковая активность») – процессы непосредственного применения языковой компетенции в речевой деятельности. При этом языковая компетенция определяет языковое исполнение.

Н. Хомский исходил из того, что язык – это множество предложений, каждое из которых может быть построено в форме конкретной последовательности фонем (или букв). Построение предложений подчиняется определенной системе трансформаций (правил и операций). Человек сам строит речь по правилам комбинаторики глубинных (базовых, врожденных) и поверхностных (приобретенных) структур. Например, ребенок произносит фразу: «Я упал больно нога». С точки зрения глубинных структур (синтаксически) фраза – правильная. Однако она не соответствует нормам поверхностных языковых структур и семантической подструктуре речи (Флэйк-Хобсон, 1993). Совершенно очевидно, глубинная структура требует трансформации, чтобы соответствовать правилам разговорной речи. Наличие двух видов структур и характер взаимодействия между ними хорошо объясняет наши трудности в изучении иностранного языка.

Ребенок не может напрямую заимствовать грамматические структуры у взрослых, как и носитель родного языка структуры иноязычной речи, без их определенной трансформации (или «доводки»). Другими словами, по мнению преформистов, мозг человека как компьютер имеет специальное устройство для усвоения языка, которое переструктурирует глубинные (врожденные) структуры в поверхностные речевые структуры.

Преформизм хорошо объясняет нашу потенциальную способность к усвоению языка любого народа мира, наличие общих структур в языковых группах (проблема праязыка), а также идентичность критических периодов усвоения основ языка в возрасте от 1,5 до 3 лет во всех культурах (Годфруа, 1996).

Заслугой преформизма является преодоление атомистических представлений, усвоение языка стали рассматривать в единстве формы и содержания, звучания и смысла. Так, в эксперименте А. М. Шахнаровича детям предлагали определить, что больше «кот или кит» по восприятию звуков в структуре слов. Дети, которые не знали значения слова «кит», ориентировались на большое «о» и утверждали, что «кот» больше «кита» (Белянин, 2001).

Отношение к психолингвистике «второго поколения» неоднозначно. А. А. Леонтьев считает ее принципиально «антипсихологичной»: психологические процессы речи сводятся к реализации в ней языковых структур. Ж. Годфруа указывает на то, что преформизм диаметрально противоположен бихевиоральной теории речи. В.В. Красных подчеркивает, что идеи реактивности речевого поведения в концепциях психолингвистики «второго поколения» остались незыблемыми, индивидуализм даже усилился, и сохранилась недооценка социальной среды и общения.

Крайние представления о том, что структура языка определяет характер мышления и способ познания внешнего мира, представлены в теории лингвистической относительности (релятивизм) Л. Уорфа и Э. Сепира.

По их мнению, язык необходимо рассматривать в контексте определенной культуры. Окружающий нас мир представляет собой разрозненный поток впечатлений. Язык выполняет функцию упорядочения явлений объективной действительности, а его структуры служат матрицей для мышления представителей данной культуры. Другими словами, каков твой язык – таков и твой менталитет.

В настоящее время существует сильный и слабый (мягкий) варианты гипотезы Сепира-Уорфа. Сильный вариант предполагает жесткую детерминацию языковыми структурами мышления людей, их мировоззрения и поведения (Белянин, 2001). Так, наличие в языке эскимосов более 10 слов, обозначающих снег, позволяет их детям более дифференцированно различать виды конкретного снега и адаптироваться к окружающей их среде (Годфруа, 1996).

Сторонники мягкого варианта допускают коррекцию взаимопонимания за счет синонимов и уточнений. Например, в русском языке есть два глагола движения «идти» и «ехать», соответствующие глаголу «to go» в английском языке. Однако в речи англичане используют уточнения to go on foot (идти пешком) и to go by bus (ехать на автобусе), которые снимают противоречия (Белянин, 2001).

Теория лингвистической относительности имеет определенные аналогии с положением Л. С. Выготского о социальной природе языка и влиянии речи на когнитивное развитие ребенка. Кроме того, со временем даже тексты, написанные на родном языке, требуют комментария. Например, литературоведческий комментарий Ю. М. Лотмана к «Евгению Онегину» А.С. Пушкина по объему превышает оригинал. С другой стороны, может ли языковое заимствование из другого языка изменить образ жизни коренного населения? В Японии, например, были сторонники и противники введения нового иероглифа «поцелуй». Его противники полагали, что это может привести к растлению морали. Вопрос остается открытым: изменения в жизнедеятельности требуют введения новых слов, или новые слова способствуют реализации нововведений.

Психолингвистика «третьего поколения» сформировалась в середине 70-х гг. XX века. Для нее характерно повышенное внимание к семантике и личности авторов вербальных высказываний и текстов при отсутствии формализованных теорий. Данное направление отстаивает автономию психологических концепций речи от ее лингвистических моделей. Ж. Нуазе и

Ж. Мелер предпочитают термин «лингвистическая психология» и включают названную область знаний в когнитивную психологию.

Современная психолингвистика преодолела реактивность, атомизм и индивидуализм предшествующих направлений. По ее мнению, психолингвистические операции имеют двойную (коммуникативную и когнитивную) природу, реализуясь в общении, взаимодействии и речевом воздействии (Красных, 2001).

Н.Д. Павлова и Т.Н. Ушакова (1999) выделяют в структуре психолингвистике «третьего поколения» три относительно самостоятельные направления: коммуникативный, когнитивный и генетический подходы.

Коммуникативный подход возник на основе системной методологии и семантического анализа. Он связан с необходимостью 1) выхода психолингвистики за рамки анализа текста, 2) изучения речи конкретного собеседника в конкретной ситуации общения и 3) учета целей коммуникации. Такой «погруженный в коммуникацию» текст стали называть дискурсом. Дискурс – это различные виды разговорных практик (бытовой диалог, лекция) или даже совместная речевая деятельность (Харре, 1996).

Дискурс одновременно обращен и на ситуацию, и на собеседников. При всем различии направлений исследования в контексте коммуникативного подхода обращены на изучение теории и практики вербальных коммуникаций.

Когнитивный подход в психолингвистике, по А. А. Леонтьеву, изучает роль когнитивных процессов в структуре речевой деятельности. Речевые процессы являются составной частью когнитивной системы. Как утверждает А.А. Залевская, современная психолингвистика не может не изучать когнитивные аспекты овладения и пользования языком, она вообще становится когнитивной наукой (Красных, 2001).

Третий генетический подход в современной психолингвистике концентрирует внимание на проблемах возникновения речи и ее развитии в онтогенезе. Этот подход наиболее представлен в современных теориях психического развития и будет рассматриваться в психологии развития.

Психологии речи значительное внимание уделяется в современной образовательной технологии, которая получила название – критическая грамотность. Ее сторонники исходят из того, что любой случай использования языка предполагает наличие контекста и определенной (чаще всего политической) цели. Проникновение в смысл высказывания осуществляется через «критический фильтр»: умение понять подтекст и обнаружить достоверную информацию. Другими словами, критическая грамотность – это не только интерпретация и понимание текста, но и преодоление воздействий с целью манипулирования массовым сознанием

4. Языковая личность. Языковые способности

Современный этап развития психолингвистики рассматривает язык как феномен, опосредующий процессы познания и осмысления, в которых формируется языковое сознание. Языковое сознание находит отражение в языковой личности (Г. И. Богин, Й. Л. Вайсгерберг, В. В. Виноградов, Ю. Н. Караулов, Л. П. Клобукова). Целесообразным является изучение языковой личности в рамках теории Ю. Н. Караулова, который определяет ее как совокупность способностей и характеристик человека, обусловливающих создание и восприятие им речевых произведений (текстов).

С точки зрения лингвоперсонологии, языковую личность можно изучать посредством продуктов речемыслительной деятельности (В. П. Нерознак). Вопросы идентификации личности по речевым высказываниям изучают как отечественные (В. П. Белянин, О. В. Загорская, А. А. Леонтьев, Т. А. Литвинова, Т. Н. Ушакова, А. М. Шахнарович), так и зарубежные (Sh. Argamon, M. Koppel, J. W. Pennebaker, J. Schler) ученые. Процесс репрезентации знаний языковой личности позволяет провести анализ на основе созданных ею текстов как развернутых ментальных репрезентаций.

Таким образом, языковая личность – это комплексные психолингвистические характеристики личности, аккумулируемые ее когнитивным и личностным развитием, познаваемые посредством анализа вербальных текстов как ментальных репрезентаций индивидуума (И. С. Журавкина).

5. Психолингвистические характеристики текстов

Текст как сложное семантико-синтаксическое образование обладает рядом психолингвистических характеристик. К их числу относятся цельность (смысловая, структурная и композиционная целостность), смысловая и грамматическая связность речи.

Психолингвистический анализ текста предполагает выявление стоящих за вербальной формой текста психологических состояний и отношений, которые заложены в текст автором или группой авторов. В фокусе внимания оказывается языковая форма текста, которая зачастую связана со смыслом, выражаемым языком, опосредованно.

Процесс репрезентации знаний языковой личности позволяет провести анализ на основе созданных ею текстов как развернутых ментальных репрезентаций. Языковая личность студента включает комплексные психолингвистические характеристики личности, аккумулируемые ее когнитивным и личностным развитием, познаваемые посредством анализа вербальных текстов как ментальных репрезентаций индивидуума. В контексте образовательного подхода психолингвистические характеристики учебного

текста представляют собой характеристики текста, позволяющие определить его удобочитаемость по таким показателям, как коэффициенты словарного разнообразия и глагольности, средний размер предложения. Психолингвистические характеристики учебного текста оказывают влияние на процесс усвоения обучающимися учебной информации и на результат их академических достижений (И. С. Журавкина).

Для диагностики психолингвистических характеристик текста рекомендуется использовать методику «Письмо другу» В. К. Гайда, В. В. Лоскутова и И. М. Лущихиной. Она включает следующие показатели: коэффициент словарного разнообразия позволяет говорить о вербальном интеллекте студентов; коэффициент глагольности является показателем личностной активности / агрессивности, а коэффициент логической связности свидетельствует о резкой смене эмоционального состояния.

2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ ЭУМК

2.1 ПЛАН ПРАКТИЧЕСКИХ (СЕМИНАРСКИХ) ЗАНЯТИЙ

Семинар 1

Тема: Донаучная психология

Вопросы для обсуждения:

1. Исторические этапы смены предмета психологии.
2. Учение о «психе» в античной философии.
3. Дуализм и монизм (Демокрит, Платон, Аристотель).
4. Дуалистические воззрения Р. Декарта.
5. Б. Спиноза: целостность души и тела.
6. Ассоциативная психология.

Литература

1.Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336с.

2.Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии: учебник / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : ПИТЕР, 1999. – 712с.

3.Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология» / А. Н. Леонтьев; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 4-е изд., стер. – М. : Академия : Смысл, 2007. –511с.

4.Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М.: Апрельпресс; Эксмо-пресс, 2000. – 1006с.

Задание 1. Прокомментируйте следующие суждения о психологии. Выберите наиболее правильные и полные.

1. Психология – наука, занимающаяся изучением переживаний и психологических состояний, которые устанавливаются внечувственным путем, интроспективно.

2. Психология изучает процессы активного отражения человеком и животными объективной реальности в форме ощущений, восприятий, понятий, чувств и других явлений психики.

3. Психология – наука о закономерностях, механизмах и фактах психической жизни человека и животных.

4. Психология – отрасль биологической науки, занимающаяся функционированием нервных процессов мозга.

5. Психология – наука о феноменальных (бестелесных) сущностях, которые образуют содержание отдельного «Я» (т.е. сознание индивида).

Задание 2. Прокомментируйте следующие суждения. С какими из них можно согласиться, а с которыми нельзя и почему?

1. При изучении психических явлений всегда следует устанавливать материальные причины их возникновения.

2. Чужая душа – потемки.

3. У души нет тайн, которых не выдавало бы поведение.

4. Единственный источник познания психических процессов есть самонаблюдение.

5. О сознательности человека судят не по тому, что он о себе говорит или думает, а по тому, что и как он делает.

6. Психическая деятельность всегда получает свое объективное выражение в тех или других действиях, движениях, речевых реакциях, в изменениях работы внутренних органов и т.д.

Семинар 2
Тема: Психология как наука о сознании

Вопросы для обсуждения:

1. Возникновение научной психологии (Структурализм В. Вундта).
2. Теория актов сознания Ф. Брентано.
3. Функционализм У. Джеймса.
4. Описание и истолкование состояний сознания. Психические явления и условия.

Литература

1.Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология» / А. Н. Леонтьев; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 4-е изд., стер. – М. : Академия : Смысл, 2007. –511с.

2.Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М.: Апрельпресс; Эксмо-пресс, 2000. – 1006с.

Работа с группой.

Назовите критерии науки (предмет, методы, принципы, концепции). Что такое психика? Структура психики (психические процессы, психические состояния, психические свойства) – составление схемы. Запись в словарь терминов: психика, сознание (как высший уровень ее развития, присущий

только человеку), наука, психически процесс, психическое свойство, психическое состояние.

Работа в микрогруппах (5-6 человек)

Задание 1. Определите, к какой группе психических явлений – психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям – относятся каждое явление, описанное ниже.

А. 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.

Б. Ученик Вова Ч. испытывал всегда большое удовольствие, если его товарищи плохо отвечали по изучаемым предметам.

В. Таня К. всегда прямо осуждала товарищей за недобросовестное отношение к уборке класса.

Г. Витя Г. регулярно посещает кружок кораблестроения.

Д. Рассматривая картину Врубеля «Демон и Тамара», человек непроизвольно вспоминает образы лермонтовских героев.

Е. 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 2. Определите, к какой группе психических явлений - психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям - относятся 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 3. Вопрос: какое направление в психологии рассматривает «сознание» в качестве предмета? Почему?

Семинар 3
Тема: Бихевиоральная психология

Вопросы для обсуждения:

1. Психология как естественная наука. Объективный метода и факты поведения.
2. «Русский бихевиоризм». Концепция условных рефлексов И. П. Павлова.
3. Психологические концепции Э. Торндайка и Дж. Уотсона.

4. Необихевиоризм. Когнитивные карты Э. Толмена.
5. Теория оперантного научения Б. Скиннера.

Литература

1. Торндайк, Э. Бихевиоризм. Принципы обучения, основанные на психологии. Психология как наука о поведении / Э. Торндайк, Дж. Уотсон. – М. : АСТ-ЛТД. – 1998. – 704 с.

2 Гальперин, П.Я. История психологии XX век : Хрестоматия / П.Я. Гальперин, А.Н. Ждан. – М. : Екатеринбург : Акад. проект: Деловая кн., 2002. – 832 с. Ждан, А. Н. История психологии: от античности к современности / А.Н. Ждан. – М : МГУ, 1990 – 367 с.

3. Марцинковская, Т.Д. История психологии / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2004 – 544 с.

4. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо : Омега-Л : Моск. психол.-соц. ин-т, 2005. – 332 с.

Практические задания:

Ответьте на вопросы:

1.Почему бихевиористы считали нужным исключить сознание из предмета психологии?

2.Каковы причины модификации классического бихевиоризма?

3. В чем различия между стимульным и оперантным бихевиоризмом?

Форма контроля: групповая дискуссия

Семинар 4
Тема: Гуманистическая и когнитивная психология

Вопросы для обсуждения:

1. Кризис школ. «Третья сила» в психологии.
2. Экзистенциальная психология К. Роджерса.
3. Теория самоактуализации А. Маслоу.
4. Когнитивная психология. Информационный подход и компьютерная метафора.
5. Модель познания в когнитивной психологии.

Литература

1. Хьелл, Л. Теории личности / Л. Хьелл. – Питер, 2014. – 608 с.

2. Зейгарник, Б. В. Теории личности в зарубежной психологии / Б.В. Зейгарник. – М., 1982. – 128 с.

3. Райгородский Д.Я. Психология личности / Д.Я. Райгородский. – Т.1. Хрестоматия. – изд. 2-е, доп. – Самара: БАХРАХ, 1999. – 448 с.

Рефераты по теме

1. Карл Роджерс, его биография и творчество
2. Абрахам Маслоу, его биография и творчество.

Практические задания

1. Чем отличается точка зрения Маслоу на природу человека от точки зрения Роджерса? Подтвердите ваш ответ иллюстрацией их позиции по основным положениям, касающимся природы человека.

Тест

1. Основателем гуманистической психологии является:

а) З.Фрейд

б) К.Г. Юнг

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

2. Термин гуманистическая означает:

а) поведенческая

б) зависимая

в) ориентированная на человека

г) внушающая

д) познавательная

3. Какие из ниже перечисленных принципов не относятся к гуманистической психологии:

а) доминирующая потребности носят физиологический характер

б) подчеркивание роли сознательного опыта

в) убеждение в целостном характере природы человека

г) акцент на свободе воле и творческой силе индивида

д) изучение всех факторов и обстоятельств жизни человека

4. Основателем гуманистического психоанализа является:

а) З.Фрейд

б) Э. Фромм

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

5. Какие две основные потребности обусловливают конфликтность личности, согласно гуманистическому психоанализу:

а) либидо и мортидо

б) любовь и ненависть

в) признание и отвержение

г) познание и игнорирование

д) свобода и безопасность

6 Какая из ниже перечисленных потребностей не является экзистенциальной:

а) потребность в установлении связи

б) потребность в преодолении себя

в) потребность в творчестве

г) потребность в преданности д) потребность в укорененности

7 Кто является основателем теории иерархии потребностей:

а) З.Фрейд

б) А. Маслоу

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

8 Какие из потребностей относится к высшим:

а) в самоактуализации

б) в доминировании

в) в превосходстве

г) в признании

д) в любви

9 Понятие клиента впервые вводится в психотерапии:

а) в психодинамическом направлении

б) в медицинской психотерапии

в) в поведенческой терапии

г) в когнитивной терапии

д) в гуманистической психотерапии

10 Основателем клиент-центрированной психотерапии является:

а) З.Фрейд

б) К.Г. Юнг

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

11 Взаимоотношения клиент-психотерапевт в гуманистическом направлении определяются как:

а) доминирование терапевта

б) доминирование пациента

в) взаимодействие учитель-ученик

г) взаимодействие равных сторон

д) взаимодействие проблема-терапевт

12 Групповая психотерапия К. Роджерса носит название:

а) тренинг общения

б) группа встреч

в) психоаналитическая группа

г) группа семейного консультирования

д) психодрама

Семинар 5

Тема: Отечественная психология. Задачи и принципы современной психологии

Вопросы для обсуждения:

1. Психология как наука о психике.
2. Психические явления и психологические факты.
3. Задачи современной психологии.
4. Научные принципы психологии.
5. Полипредметность современной психологии.

Литература

1. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания / Б.Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001.

2. Асмолов, А.Г. Психология личности: Учебник / А.Г. Асмолов. – М. : изд-во МГУ, 1990. – 367 с.

3. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М. : АСТ : АСТ МОСКВА ; : СПб. : Прайм-Еврознак., 2009. (и др. издания)

4. Марцинковская, Т.Д. 100 выдающихся психологов мира / Т.Д. Марцинковская, М.Г. Ярошевский. – М. – Воронеж, 1995.

5. Мироненко, И. А. Современные теории личности / И. А. Мироненко. – СПб. : изд-во Михайлова В.А., 2003. – 191 с.

6. Немов, Р.С. Психология : учебник для студ. пед. вузов : в 3 кн.; кн. 1 : Общие основы психологии / Р. С. Немов. – 5-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2013. – 687 с.

7. Саблин, В.С. Психология человека : учебник / В.С. Саблин, С.П. Слаква. – М. : Дашков и К, 2006. – 744 с.

Практические задания

1. Выписать основные подходы к изучению личности в отечественной психологической науке, оформить в виде таблицы (отразить название подхода, основные персоналии и главные идеи).

2. Прочитайте. Выделите особенности, которые отражают поведение индивида, и особенности, которые отражают поведение личности. Дайте обоснование своего выбора. Старательность, низкая адаптация к темноте, общительность, хорошая координация обеих рук, медленная скорость узнавания, большая эмоциональная возбудимость, трудолюбие, аккуратность, высокая чувствительность органов чувств, трудности в овладении новым двигательным навыком. (По В. С. Мерлину.).

3 Прочитайте. Выделите особенности, которые отражают поведение индивида, и особенности, которые отражают поведение личности. Дайте обоснование своего выбора.

Добросовестность, робость, высокая скорость двигательных реакций, высокая скорость усвоения навыка, скромность, правдивость, пластичность, упрямство, реактивность, малая чувствительность к общественной оценке, подвижность, быстрый темп деятельности (По В. С. Мерлину.).

4 Даны образцы проявления в поведении людей свойств индивида и свойств личности. Выберите те образцы поведения, которые характеризуют индивида, и те, которые характеризуют личность.

А. У девочки наблюдается медлительность в моторике, в речи, в мышлении в протекании других познавательных процессов, в возникновении чувств. Она медленно и с трудом переключается с одной деятельности на другую. (По Ильиной А. И. и Палею И. М.)

Б. Студент рассказал о том, как он распределяет время между учёбой, спортом и личной жизнью.

В. Гражданин М. вступил в политическую партию.

Г. Преподаватель Г. отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой.

Д. Учитель внёс предложения, осуществление которых значительно повысило успеваемость в школе.

Е. У инженера Ш. прекрасная дикция и приятный голос. (По В. С. Мерлину.)

5 Установите соответствие.

А. убеждения; Б. мотивы; В. уровень притязаний.

1.Никогда не меняю свои решения.

2.Не хочу учить психологию - лучше посплю.

3.Мне достаточно четырёх баллов.

4.Учусь, потому что нужен диплом.

5.Обманывать иногда можно, если это во благо другого человека.

6.Хочу первый взрослый разряд по баскетболу.

7.Учитель не должен оскорблять ребёнка.

8.Учусь потому, что хочу быть учителем.

9.Хочу, чтобы меня уважали учителя и одноклассники.

10.Человек в жизни должен попробовать всё.

Семинар 6
Тема: Методы психологии

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие методологии и метода в психологии.
2. Неэкспериментальные методы.
3. Психодиагностические методы (тесты).
4. Экспериментальные методы.
5. Артефакты и двойной слепой метод.

Литература

1. Гальперин, П. Я. Введение в психологию: Учеб. пособие для вузов / П. Я. Гальперин. – М. : Книжный дом «Университет», 2000. – 336 с.

2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.

3. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология : Учебник / М.И. Еникеев. - М.: Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 640 с.

4. Ерчак, Н. Т. Общая психология. Тестовые задания / Н. Т. Ерчак. – Мн. : Новое знание, 2005. – 272 с.

5. Ждан, А. Н. История психологии: от античности к современности: учебник / А. Н. Ждан. – 3-е изд. – М. : Педагогическое общество России, 2000. – 336 с.

6. Иванников, В. А. Общая психология : Учебник для академического бакалавриата / В. А. Иванников. – Люберцы : Юрайт, 2016. – 480 с.

7. Котова, И.Б. Общая психология: Учебное пособие / И. Б. Котова, О.С. Канаркевич. - М. : Дашков и К, Академцентр, 2013. - 480 с.

8. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. — Мн. : Соврем, шк., 2009. – 512 с.

9. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

Задание 1.

Какие методы психологических исследований использовались в следующих ситуациях

а) Психолог предлагает испытуемому повторить 10 слов, которые он только что прочитал.

б) Группе испытуемых необходимо письменно ответить на вопросы об их интересах.

в) Психолог предлагает детям нарисовать несуществующее животное.

г) На консультации у психолога посетитель рассказывает о беспокоящих его проблемах.

д) Психолог предъявляет испытуемому «страшные» картинки и регистрирует возникающие при этом изменения в сопротивлении кожи электрическому току.

е) Психолог, исследуя трудовую деятельность менеджера на предприятии, незаметно для него присутствует в помещении.

ж) С целью изучения влияния нового психотропного препарата на поведение человека ученые делают инъекции крысам и собакам.

з) Чтобы узнать особенности межличностных отношений, возникающих в группах туристов, следующих дальними маршрутами, психолог под видом обычного туриста вступает в одну из таких групп.

и) 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.

к) При отборе учеников в класс для одаренных детей психолог изучает их способности.

Семинар 7

Тема: Парадигмы психологии

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие парадигмы.
2. Естественнонаучная парадигма.
3. Гуманитарная парадигма.
4. Когнитивная парадигма.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.

2. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология : Учебник / М.И. Еникеев. - М.: Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 640 с.

3. Котова, И.Б. Общая психология: учебное пособие / И. Б. Котова, О.С. Канаркевич. - М. : Дашков и К, Академцентр, 2013. – 480 с. 142

4. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. — Мн. : Соврем, шк., 2009. – 512 с.

5. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с. 6. Нуркова, В. В. Общая психология : учебник / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – Люберцы : Юрайт, 2016. – 524 с.

Задание 1. Составьте таблицу из двух колонок. В каждой колонке распишите характеристику естественно-научной и гуманитарной парадигмы.

Задание 2. Запишите плюсы и минусы естественно-научной и гуманитарной парадигмы.

Семинар 8
Тема: «Адаптивная концепция возникновения психики»

Вопросы для обсуждения:

1. Врожденные формы поведения.
2. Импринтинг.
3. Приобретенные формы поведения.
4. Сравнение психики животных и психики человека

Литература

1. 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.

2. Общая психология [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1 -03 04 03 «Практическая психология» / Е. И. Комкова, О. К. Войтко // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/45459. – Дата доступа: 25.05.2021.

Практико-ориентированные задания:

1. Рефераты на темы:

1.Структура высших психических функций

2.Воспитание высших форм поведения

3.Проблема культурного возраста

4.Развитие личности и мировоззрения ребенка.

2. К какой форме поведения животных относится каждый из приводимых ниже примеров? Расположите эти примеры в порядке ступеней экологического развития.

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».)

Б. 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».)

В. 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 солевым 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».)

Г. 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 ухитрялись звонить в колокольчик, дёргая за шнурок во время изящного прыжка, и даже вытаскивали платки из карманов зрителей. («Практикум по психологии».)

Д. 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».).

Е. 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.)

Ж. По наблюдениям французского учёного Фабра, роющие осы-сфексы, протыкая жалом три ганглия у сверчков, парализуют их, а затем помещают в норку. Личинка секса 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.)

З. У гусей обнаруживается реакция на предмет, который вырисовывается на фоне неба, не производит крыльями хлопающих движений, движется медленно. Поэтому гуси обычно пугаются самолётов, пока не привыкнут к ним. Известный биолог Лоренц описывает гусыню Мартини, которая вывелась в инкубаторе и совершенно не реагировала на самолёты до определённого момента. Затем она сразу стала ужасно пугаться самолётов. Через некоторое время Мартини вновь успокоилась, привыкнув к виду самолётов. (По К. Лоренцу.)

И. 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.).

Семинар 9

Тема «Локализация психических функций»

Вопросы для обсуждения:

1. Эволюция мозга. Теория кортикальных полей (К. Бродман).
2. Теория триединого мозга (П. Маклин).
3. Теория системной динамической локализации ВПФ А. Р. Лурия.
4. Теория функциональных систем П. К. Анохина.

Литература

1.Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.

2.Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.

3.Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практико-ориентированные задания:

1. Разработать таблицу локализации психических функций;
2.Реферат на тему «Теория кортикальных полей по К. Бродману.

Семинар 10
Тема «Сознание и его функции»

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие сознания (Б. М. Величковский).
2. Свойства и функции сознания.
3. Теория сознания Э. Тульвинга.
4. Структурная модель сознания Г. Фартинга.
5. Трехаспектная теория сознания А. Н. Леонтьева.

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.

2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практико-ориентированные задания:
1. Рефераты на темы:
1.Сознание как проблема психологии поведения (Л.С. Выготский)
2.Экспериментальное исследование развития понятий
3.Мышление и его развитие в детском возрасте
4.Функция знаков в развитии высших психических процессов

Семинар 11
Тема: «Сознание и его функции»

Вопросы для обсуждения:

1. Сознание и самосознание.
2. Структура самосознания.
3. Самосознание как процесс познания себя.
4. Образ-Я и Я-концепция.
5. Самооценка и уровень притязаний личности.

Литература

1. 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.
2. Общая психология [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1 -03 04 03 «Практическая психология» / Е. И. Комкова, О. К. Войтко // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/45459. – Дата доступа: 25.05.2021.

Практико-ориентированные задания:

1. Придумайте и опишите конкретные жизненные ситуации, в которых актуализируется самосознание.
2. Приведите примеры актуализации в сознании человека различных "образов Я" : "настоящее Я", "динамическое Я", "идеальное Я", "ретроспективное Я", "функционально-ролевое Я", "изображаемое Я", "социальное Я", "физическое Я", "духовное Я".

3. Опишите множество жизненных ситуаций, в которых происходит актуализация различных типов самооценки: адекватной, неадекватно завышенной и неадекватно заниженной.
4. Разработайте множество психологических рекомендаций по взаимодействию с людьми, имеющими разный тип самооценки.
5. Какие способы психологического воздействия способствуют повышению самооценки.

Семинар 12

Тема «Неосознаваемые процессы»

Вопросы для обсуждения:

1. Сознание и бессознательное
2. Неосознаваемые механизмы сознательных действий.
3. Неосознаваемые побудители сознательных действий.
4. Метод свободных ассоциаций и метод анализа сновидений
5. Надсознательные процессы.

Литература

1. Общая психология : практикум / Мозыр. гос. пед. ун-т ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2018. – 320 с.
2. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2010. – 76 с.
3. Общая психология : учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Минск : Тесей, 2005. – 368 с.

Упражнение 1:
1. Классический психоанализ З. Фрейда. «Топографическая» и «структурная» модели организации психики.
2. Психосексуальное развитие личности.
3. Аналитическая теория К.Г.Юнга. Трехуровневая модель психической жизни. Типы психологических функции личности
4. Индивидуальная теория А. Адлера. Стиль жизни. Фикционный финализм. Творческое «Я».

Упражнение 2:
Какое направление в психологии рассматривает «бессознательное» в качестве предмета? Почему представители психодинамического направления обратились к бессознательному?.

Семинар 13
Тема «Культурно-историческая теория Л. С. Выготского»

Вопросы для обсуждения:

1. Натуральные (НПФ) и высшие (ВПФ) психические функции.
2. Культура и знак. Знак и орудие. Знак и значение.
3. Уровень актуального развития и зона ближайшего развития (интериоризация и свертывание).
4. Социальность, опосредствованность и произвольность ВПФ.
5. Л. С. Выготский как протокогнитивист. Культурно-историческая психология (М. Коул).

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практические задания:

1. Познавательная и исполняющая составляющие индивидуального стиля деятельности.
2. Причины выбора стиля.
3. Формирование личности в деятельности.

Семинар 14
Тема «Теория деятельности»

Вопросы для обсуждения:

1. Субъектно-деятельностный подход (С. Л. Рубинштейн).
2. Человек как объект и субъект деятельности.
3. Общая теория деятельности А. Н. Леонтьева.
4. Виды деятельности.
5. Ориентировочная деятельность (П. Я. Гальперин)

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практические задания:

1. Из приведённых ниже признаков выберите те, которые характеризуют всякую деятельность; те, которые характеризуют только игру, только учение, только труд.

а) Условие развития психики; б) деятельность, направленная на усвоение способов выполнения действий; в) условие проявления всех психических реакций; г) деятельность, направленная на получение результата, удовлетворяющего материальные и духовные потребности людей; д) деятельность, направленная на усвоение и применение системы понятий; е) деятельность, удовлетворяющаяся самим процессом выполнения (По В.С. Мерлину.).

Семинар 15

Тема «Человек как организм, индивид, личность, индивидуальность»

Вопросы для обсуждения

1. Происхождение человека.
2. Системные представления о человеке.
3. Понятия организма и индивида.
4. Личность и индивидуальность.

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. :

Питер, 2014. – 583 с.

Задание 1. Проблема индивидуальности, индивидуальных различий является одной из важных проблем в понимании человека. В истории психологии проблема индивидуальности человека решалась с различных позиций: первоначально в рамках дифференциальной психологии, потом в психологии индивидуальности как интегрированного показателя системы психологических черт, в гуманистическом подходе и акмеологии. Выделите различия в понимании личности в данных подходах. Каким образом можно описать индивидуальные особенности человека? Возможно ли изучение индивидуальности человека либо ее невозможно описать?

Задание 2. В психологии существует несколько проекций понимания человека: индивид, субъект, личность, индивидуальность. Данные проекции возникали на определенном этапе познания человека, описания различных свойств. Как Вы считаете, для решения каких вопросов о человеке были выделены данные понятия? Как соотносятся выделенные проекции между собой (в развитии представлений о личности в психологии было предложено несколько вариантов соотнесения данных понятий)? Приведите примеры ситуаций, в которых человек представлен как физический объект, индивид, субъект, личность и индивидуальность (по три примера на каждую проекцию понимания человека).

Семинар 16
Тема «Теории личности»

Вопросы для обсуждения:

1. Типология теорий личности К. Левина. Принцип активности личности.
2. Когнитивный агент. Способы описания личности (типы, факторы, черты) С. Клонингер.
3. Модель Б. Г. Ананьева (индивид, личность, индивидуальность, субъект).
4. Теории личности К. К. Платонова и Э. А. Голубевой.
5. Профиль личности согласно «Большой пятерки».

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.

2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практико-ориентированные задания:

1. Приведите примеры поведения (своего или других людей), характеризующие основные понятия теории поля К.Левина.
2. Выписать основные подходы к изучению личности в отечественной психологической науке, оформить в виде таблицы (отразить название подхода, основные персоналии и главные идеи).
3. Опишите множество жизненных ситуаций (не менее 20), в которых происходит актуализация механизмов психологической защиты. Определите, какие механизмы психологической защиты в них проявляются.
4. Какие механизмы психологической защиты действуют в следующих ситуациях:

А) После развода у Маргариты возникли серьезные финансовые трудности. Она сменила дорогие наряды на одежду спортивного стиля, стала ходить на работу пешком (раньше ее подвозил муж или же она брала такси). Коллег и знакомых она уверяла, что такая одежда удобна, а благодаря пешим прогулкам она получает всю необходимую физическую нагрузку и совершенно не нуждается в диете.

б) Антон Сидоренко часто приходит домой навеселе. По этому поводу в семье нередки ссоры. Тем не менее, когда его жена ушла в магазин, забыв взять с собой кошелек, и была вынуждена вернуться, Антон заявил: «Пить надо меньше, тогда и забывать не будешь».

в) Сергей не закончил домашнюю работу по биологии. Чтобы не позориться перед классом, он притворился, что у него болит голова, и опустил ее на парту.

г) Саша отвык от сосания пальца в четыре года. В семь лет ему сообщили, что его родители разводятся, и он будет жить с мамой и «новым папой». Саша снова стал сосать палец.

д) Анна, звезда женского футбола, во время игры порвала связки на ноге. Когда врач сказал, что она никогда не сможет играть в футбол, она принялась старательно изучать методику работы футбольного тренера.

е) Маленькая Ирина очень расстроилась, что мама ее отшлепала. Она побежала в свой игрушечный уголок и побила куклу.

ж) Когда Светлана сердится, она садится за пианино. Она уже сочинила в такие минуты несколько прекрасных джазовых мелодий.

з) Ольга постоянно забывает поздравить отца, который ушел в другую семью, с днем рождения.

и) Иван не сдал экзамен по математике и объясняет это тем, что математика – очень сложный предмет.
к) Андрей последнее время пристрастился к выпивке, но не считает себя алкоголиком.

Семинар 17
Тема «Темперамент»

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход.
2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант).
3. Физиологический и конституциональный подход.
4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка).
5. Свойства темперамента (Я. Стреляу, В. М. Русалов).
6. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт).

Литература

1. Общая психология : практикум / Мозыр. гос. пед. ун-т ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2018. – 320 с.
2. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2010. – 76 с.
3. Общая психология : учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Минск : Тесей, 2005. – 368 с.

1. Прокомментируйте приведенные высказывания. Укажите наиболее верное, с вашей точки зрения.

1. Особенности темперамента зависят от химизма крови и гормонов.
2. В основе темперамента лежит тип нервной системы.
3. Недостатки темперамента могут компенсироваться за счет увлеченности, подготовки, волевых усилий.
4. Темперамент не существует до деятельности или вне деятельности в широком смысле этого слова.
5. Темперамент определяется количеством общей энергии в организме.
6. Темперамент определяется конституцией человека.

Задание 2. 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 3○. 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.

4. Основные свойства нервной системы - ...

а) чувствительность; б) ритмичность; в) импульсивность; г) периодичность; д) равномерность; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

4. Основные свойства нервной системы - ...

а) чувствительность; б) ритмичность; в) импульсивность; г) периодичность; д) равномерность; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

Семинар 18

Тема «Характер»

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера.

2. Черты характера (Б. М. Теплов).
3. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма.
4. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ).
5. Акцентуация характера. Типы акцентуаций характера (К. Леонгард и А.Е. Личко).
6. Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков).

Литература

1. Общая психология : практикум / Мозыр. гос. пед. ун-т ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2018. – 320 с.
2. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2010. – 76 с.
3. Общая психология : учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Минск : Тесей, 2005. – 368 с.

Задание 1. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.
1. Э. Кречмер объяснял характер...

а) эндокринными факторами; б) социальными факторами; в) наследственно-приобретенными факторами; г) соматическим состоянием; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
2. 3. Фрейд полагал, что энергетическим источником характера являются...

а) динамические тенденции; б) чувствования; в) осознаваемые побуждения; г) сексуальные тенденции; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
3. Детерминанты свойств характера надо искать...

а) в особенностях генотипического фонда; б) в учете средовых влияний; в) во внутренних побуждениях личности; г) в суммировании генотипических и средовых влияний; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
4. Для истероидного акцентуанта труднее всего...

а) вступать в эмоциональные контакты с людьми; б) переносить невнимание к своей особе; в) быть на виду; г) ориентироваться в социальной обстановке; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
5. Характер считается патологическим, если он...

а) относительно стабилен во времени; б) имеет тотальное проявление; в) социально дезадаптирован; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.
6. В характере психастеников проявляются...

а) нерешительность; б) твердость; в) инициативность; г) жестокость; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
7. Признаки эпилептоидного характера...

а) раздражительность; б) приступы ярости и гнева; в) напряженное состояние инстинктивной сферы; г) моральные дефекты; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
8. Шизоидная личность...

а) эмоционально отзывчива; б) общительна; в) эмпатична; г) адаптивна; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
9. Для психастеников характерны следующие соматические расстройства...

а) головные боли; б) усиленное сердцебиение; в) тошнота; г) головокружения; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
10. Э. Фромм определяет характер как форму, в которой канализируется энергия человека в процессах...

а) приобретения и потребления вещей; б) установления отношений с другими людьми; в) установления отношений с самим собой; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.
Задание 2. В каком из следующих отношений находятся пары понятий:
1. а) характер - б) темперамент;
2. а) личность - б) характер;
3. а) воля - б) характер;
4. а) акцентуация - б) психопатия;
5. а) психика - б) характер;
6. а) эпилептоидная акцентуация характера - б) эпилепсия;
7. а) воспитание - б) характер.

Задание 3. Прокомментируйте приведенные мнения. Определите современную научную позицию в отношении наследования и формирования свойств характера.
1. В нашем Советском Союзе люди не рождаются, рождаются организмы. Люди у нас делаются - трактористы, мотористы, академики, ученые и т.д. И это без всякой идеологической чертовщины - генетики, ее реакционной теории наследственности. (Из выступления Т. Д. Лысенко, 1935 г.)
2. Выдающийся психиатр О. В. Кербиков, обсуждая вопрос о формировании и наследовании особенностей характера, в работе "Клиническая динамика психопатий и неврозов" (1962) писал: "Ведь от рождения человек не тот, кем он становится в результате воспитания. Можно говорить о глыбе мрамора и резце скульптора. Конечно, для ваяния большую роль играет качество мрамора. Однако в основном изваяние формируется под действием резца скульптора. Этим скульптором и является окружающая среда".

Семинар 19
Тема: Способности

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности.
2. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина.
3. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень.
4. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная).
5. Способности как свойства личности (В. Д. Шадриков).
6. Уровни развития способностей. Одаренность.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.
3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.
4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.
5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Изучите литературу и ответьте на вопросы.

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?
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.

Задание 2. Ниже перечислены несколько видов деятельности и перечень способностей. Определите, какие из способностей потребуются в каждом виде деятельности. Установите соответствие.

Виды деятельности:

·математическая деятельность,
·деятельность музыканта,
·техническое творчество,
·изобретательская деятельность,
·чтение художественных текстов.

Способности:

1. Ладовое чувство (способность чувствовать музыкальную выразительность в движении музыкальных звуков).
2. Способность к комбинированию пространственных образов, пространственное воображение.
3. Хорошее запоминание общих схем рассуждений, доказательств, выводов, обобщённых способов решения вопросов.
4. Целостность восприятия, т.е. умение видеть отдельные части предмета в их соотношении с другими частями.
5. Полнота, яркость представления наглядных образов.
6. Способность к слуховому представлению сочетаний музыкальных звуков.
7. Умение находить рациональный подход к практическим задачам с учётом свойств и возможностей материалов.
8. Многообразный подход к решению вопроса.
9. Умение оценивать соотношение пропорций и размеров.
10. Лёгкая способность к воссозданию образов по словесному описанию.

Задание 3. Воспитанию каких способностей (мнемических, мыслительных, воображения) содействуют следующие учебные занятия?

1.Учащимся дважды прочитывали текст, затем предлагали по возможности вернее письменно изложить его содержание.
2.Указать сходство и различие климата Европы и Азии на тех же широтах.
3.Составить план только что прочитанного текста и письменно изложить его.
4.Пересказать сообщение учителя о сходстве и различии причастий и деепричастий.
5.Представить флору, фауну и вид городов в различных точках земного шара и описать представляемое.
6.Сравнить черты характера Онегина и Печорина.
7.По данному описанию представить картину природы.
8.Сравнить приёмы описания в произведениях А.П. Чехова и И.С. Тургенева.

Задание 4. Какими способностями должен обладать учитель по вашей специальности? По каким показателям можно оценить развитие этих способностей?

Задание 5. Изучите литературу и составьте эссе на тему «Развитие способностей у школьников».

Семинар 20
Тема: Мотивация

Вопросы для обсуждения:

1.Потребности и мотивы.
2. Пирамида потребностей А. Маслоу.
3. Теория мотивации К. Альдерфера.
4. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов).

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.
3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.
4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.
5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Охарактеризуйте изменение мотивационной структуры девушки по приведенному отрывку. Объясните смысл и значение такой перестройки.

Все существенно лишь постольку, поскольку имело отношение к тебе, все в моей жизни лишь в том случае приобретало смысл, если было связано с тобой. Ты изменил всю мою жизнь. До тех пор равнодушная и посредственная ученица, я неожиданно стала первой в классе; я читала сотни книг, читала до глубокой ночи, потому что знала, что ты любишь книги; к удивлению матери, я вдруг начала с неистовым усердием упражняться в игре на рояле, так как предполагала, что ты любишь музыку. Я чистила и чинила свои платья, чтобы не попасться тебе на глаза неряшливо одетой... А во время твоих отлучек... моя жизнь на долгие недели замирала и теряла всякий смысл. (*С. Цвейг*)

Задание 2. Ответьте на вопросы:

1). Что такое направленность личности? Почему её называют главной системообразующей силой в личности?

2). Как проявляется социальная значимость отношений личности? Приведите примеры высокой социальной значимости отношений.
3). Что такое "цельность личности"?
4). Что такое "мотивированное поведение"? Чем мотивация человека отличается от мотивации животных?
5). Какие виды потребностей существуют у человека? Как проявляются потребности различных групп?
6). Что такое "соподчинение мотивов"?

Семинар 21
Тема: Эмоции и чувства

Вопросы для обсуждения:
1. Общая характеристика эмоций.
2. Базовые эмоции Томкинса – Изарда.
3. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо).
4. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов).
5. Единая теория сознания и эмоций Ю. И. Александрова.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.
3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.
4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.
5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Выделите отрывки, в которых изображают преимущественно познавательные процессы, и отрывки, изображающие преимущественно эмоции и чувства. По каким признакам вы это определили?

А. Ученик 1 класса, рассказывая по картинке, перечисляет изображённые предметы: «Два мальчика…ведро…собачка…»

Б. Нет, ты только посмотри, Валя, что это за чудо! Прелесть! Точно изваяние,…а краски! Смотри, смотри, ведь она не белая, то есть она белая, но сколько оттенков – желтоватых, розоватых, каких-то небесных, а внутри, с этой влагой, она жемчужная, просто ослепительная…

Задание 2. Исправьте текст так, чтобы он был правильным с точки зрения психологии.

Я чувствовал холод могильной плиты, и в душе я ощутил ужас от всего происходящего.

Задание 3. Определите, к какой категории эмоциональных явлений (положительные и отрицательные эмоции, стенические и астенические эмоции, настроение, аффект, страсть, стресс) относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить?

А. Получив в свои ворота гол, игроки стали неузнаваемы - куда девались их задор и одержимость.

Б. Во время сдачи вступительного экзамена по математике сильный ученик, отличник, не может справиться с простенькой задачей. Говорит, что у него какое-то странное состояние: всё забыл.

В. Ученик 7 класса рассказывает, что когда он очень расстроен, то всегда всем начинает говорить грубости. Злоба так захватывает его, что он хочет её вылить на других. Из-за этого возникают ссоры, драки и прочие недоразумения. Позже он жалеет о случившемся и раскаивается.

Г. Добросовестная и прилежная ученица была спрошена учителем. В это время в класс вошёл директор школы. Девочка растерялась и сразу замолчала. На наводящие вопросы отвечала сбивчиво. Создалось впечатление, что она не знает урока. После того, как директор вышел из класса, девочка бойко и уверенно ответила по всему тому материалу, который безуспешно пыталась воспроизвести ранее.

Д. При обучении прыжкам с парашютом некоторые новички не находят в себе сил покинуть борт самолёта. Иных только повторным приказом удаётся заставить сделать шаг за борт самолёта. Страх и волнение не оставляют их и тогда, когда шёлковый купол парашюта раскрывается над ними, они теряют способность воспринимать происходящее и не могут сделать ни одного разумного действия. Иногда такое состояние не преодолевается и приходится расставаться с мыслью о прыжках.

Е. Графиня Ростова после получения известия о гибели сына Пети «лежала на кресле, странно-неловко выпячиваясь, и билась головой о стену…

- Наташу!- кричала она, отталкивая от себя окружающих.

- Подите прочь все, неправда! Убили! Ха-ха-ха-ха!…неправда!».

Ё. В условиях нерешённой задачи у испытуемого повысилась двигательная активность. В течение всего опыта он насвистывал, напевал, постукивал по столу пальцами, тёр руки и лицо. Движения, прежде осторожные и точные, стали сильными и размашистыми. Испытуемый стал необыкновенно говорлив: к звуковому сигналу на ошибку отнёсся резко отрицательно. Затруднения высказывал вслух. Работа прерывалась залпами озвученных вздохов: «Ух! Ой, ой, ой!» в конце опыта появилась одышка. Но сознательный контроль не был нарушен. Испытуемый использовал логические выкладки при определении допущенных ошибок.

Задание 4. Определите, к какой категории эмоциональных явлений (положительные и отрицательные эмоции, стенические и астенические

эмоции, настроение, аффект, страсть, стресс) относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить?

А. Спортсмен С. Перед стартом на ответственных соревнованиях сначала «метался из угла в угол», потирал ладони, громко смеялся, но затем вдруг как-то сник, замолк – впал в состояние стартовой апатии.

Б. Миша всерьёз увлёкся футболом. Целыми днями он пропадал на стадионе. Дома только и было разговоров: о голах, пасах, великих футболистах.

В. Играть с А. Беловым было одно удовольствие – сказка. Он никогда не выговаривал партнёру за неудачно посланный мяч. Любой пас в сторону Белова всегда доходил до цели.

Г. Не сумев организовать учащихся на урок, учитель вышел из класса, хлопнув дверью.

Д. Забив долгожданный гол, игроки команды устроили «кучу малу», а потом с удвоенной энергией провели остаток встречи, что было вознаграждено ещё одним голом.

Задание 5. Спортсмен проиграл в важной для него встрече. Какие эмоциональные состояния у него могут проявиться?

Задание 6. Определите виды чувств. Поясните свой ответ.

А. «Я таял и трепетал от невыразимого наслаждения, когда писал музыку к Онегину».

Б. После долгих усилий ученику удалось решить трудную задачу, что привело его в состояние восторга.

В. Мальчик-староста был совершенно подавлен тем, что ребята его назвали «предателем», так как он сообщил классному руководителю, кто разбил стекло.

Г. Ученица 11 класса пишет, что она в 15 лет прочла «Овод». Книга оказала на неё потрясающее воздействие, и девочка три дня ходила под сильным впечатлением.

Задание 7. Определите, о воспитании каких высших чувств говорит В.А. Сухомлинский. Выскажите своё мнение по этому поводу.

«Красота – средство воспитания чуткой совести. Уже в детстве – особенно в отрочестве – человек должен научиться индивидуально осваивать эстетические ценности. Важно, чтобы это освоение продолжалось всю жизнь».

Семинар 22
Тема: Воля

Вопросы для обсуждения*:*

1. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский).
2. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера.
3. Мотивационная теория воли (В. А. Иванников) и теория саморегуляции (Е. П. Ильин).
4. Психологическая структура волевого акта.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.

3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.

4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.

5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Укажите, какая функция воли (активизирующая или тормозящая) проявляется в каждой ситуации. Дайте обоснование своего ответа.

А. Человеку страшно хочется пить. Он подходит к водоёму, готов зачерпнуть воды и
выпить её. Но ему говорят: «В этом водоёме обнаружен холерный вибрион, имейте это
в виду». Человек выливает воду и идёт дальше. (По В. С. Мерлину.)

Б. Во время воздушного боя лётчик получил смертельную рану. В какое-то время он
понял, что если выпустит из рук штурвал самолёта, погибнут все, кто там находится. И
вот лётчик продолжает управлять самолётом, благополучно сажает его и тут же
бессильно падает на пол кабины. Из самолёта его выносят уже мёртвым.

В. В очень жаркий день подросток М. работал на пришкольном участке. Ребята позвали его купаться. Хотя М. выглядел очень усталым и изнурённым, он отказался,
объяснив, что решил доводить любое начатое дело до конца.

Задание 2. Прочитайте описание ситуации.

Тренер А. Гомельский рассказывал о следующем приёме тренировки баскетболистов.

Игрокам даётся задание пробежать 1500 метров по стадиону, передавая мяч в парах.

Заканчивая дистанцию, игроки настраиваются на обычный интервал - отдых, но в это
время звучит команда тренера: «Ещё один круг!(400метров)» Определите, какой психический процесс совершенствуется в этой ситуации. Какие
конкретно качества воспитываются таким способом?

Задание 3. Прочитайте описание ситуации.
Тренер А. Гомельский рассказывал о следующем приёме тренировки баскетболистов. Отрабатывается проход под щит и бросок по корзине. Три пары игроков становятся лицом друг к другу на расстоянии метра. В образовавшийся коридор устремляется нападающий с мячом. Ведя мяч, он должен преодолеть сопротивление защитников и забросить мяч в корзину. Защитникам разрешается ударять по рукам и туловищу (но не кулаком). (По Д. Я. Богдановой.)
Определите, какой психический процесс совершенствуется в этой ситуации. Какие конкретно качества воспитываются таким способом?
Задание 4. Наличием или отсутствием, какого качества воли объясняются особенности поведения на контрольном уроке каждого из учеников?
А. Была контрольная работа по алгебре. Дал себе слово: что будет, то будет, а должен решать сам, ни у кого смотреть не буду. Решение последнего примера долго не удавалось. Вот внутренний голос и говорит: «Слово дал, а двойку получишь». Стали брать сомнения.… А другой голос твердит: «Владеть собой надо и в трудные минуты делать всё самому, а то никогда ничего не выйдет». Против первого голоса доводы привёл… и помогло. Вместе со звонком сдал работу учителю.
Б. Запутался в контрольной по алгебре. Сижу, бумагу порчу, рву на мелкие части, всё из головы вылетело. Вижу: Оля списывает работу начисто, а в черновике весь ход решения виден. Сам не знаю, что меня толкнуло, но посмотрел я, как задача решается, и стал делать свою всё по порядку.

Задание 5. Биатлонист вышел на рубеж для стрельбы по мишеням после штрафного круга. Какое волевое качество будет влиять на успешность стрельбы в большей степени? Поясните своё мнение.
2. Сформулировать вопросы по теме «Воля» в количестве 15 штук, записать в тетрадь.
3. Составить глоссарий по теме, записать в тетрадь.

Семинар 23
Тема: Психические состояния

Вопросы для обсуждения:
1. Понятие и типология психических состояний.
2. Глубокие и поверхностные, кратковременные и длительные психические состояния.
3. Стенические и астенические, осознанные и неосознанные психические состояния.
4. Усталость от сострадания.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Одинцова, М.А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М.А. Одинцова, Н.Л. Захарова. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 299 с.

3. Водопьянова, Н.Е. Стресс-менеджмент: учебник для бакалавриата и магистратуры / Н.Е. Водопьянова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 283 с.

4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Познакомьтесь с приведенными примерами. Какое эмоциональное состояние в них описано? Чем, на ваш взгляд, отличается правонарушение, совершенное в этом состоянии, от "обычного" преступления?

1. ***Общая характеристика подследственного***. М., 31 год, в детстве часто болел, в школе учился плохо. Был в армии и на фронте, ранен. Всегда отличался впечатлительностью и раздражительностью, временами нападали тоска и разочарование в жизни, были мысли о самоубийстве. Находился под наблюдением районного психиатра с диагнозом "психопатия". Несколько раз лечился в санаториях. С женой часто ссорится, к ребенку привязан, уделяет ему много времени, заботится и нянчит его.

Обстоятельства правонарушения. Около полуночи соседи М., молодые супруги, "подняли возню в своей комнате", танцевали, бегали друг за другом и, наконец, "упали" к себе на кровать. Тонкая фанерная перегородка, отделявшая их комнату от комнаты М., при этом повалилась. От сильного шума падающей стены ребенок проснулся и начал "дико кричать". М., в это время закрывавший форточку с помощью палки, внезапно впал в резко возбужденное состояние, изменился в лице, что-то бессвязно закричал, оттолкнул от себя жену, бросился в коридор, накинулся на стоявшего здесь испуганного соседа и нанес ему несколько ударов палкой по голове. Затем с криком побежал к себе в комнату, бросился в постель и некоторое время лежал как бы в забытьи. Очнувшись и узнав о происшедшем, был очень удивлен, так как ничего не помнил, начиная с того момента, когда он отскочил от окна. С избитым у него до этого никаких столкновений не было.

Физическое состояние. Без отклонений от нормы. Со стороны нервной системы отмечается лишь повышенная общая возбудимость.

Психическое состояние. Ясное сознание, правильная ориентировка в месте, времени и обстановке; настроение подавленное; эмоционально неустойчив, раздражителен, капризен, обидчив, требует повышенного к себе внимания, несколько назойлив.

2. К. вместе с товарищами пил вино в ресторане. Что было потом - не помнит. Из уголовного дела видно, что он, будучи пьяным, зашел в незнакомый ему двор, по лестнице забрался на крышу дома, выломил слуховое окно и через чердак попал на кухню этого дома, перебил в окнах квартиры стекла, побил посуду, разрушил печь, начал душить перепуганную хозяйку

квартиры и затем тут же улегся спать. Отсюда он был доставлен в вытрезвитель.

3. Ш., 52 года, в прошлом болел брюшным и сыпным тифом. Работая машинистом железной дороги, несколько раз попадал в крушение поезда, получал ушибы головы. Злоупотреблял алкоголем. ... Работоспособность его снизилась, и он был переведен на инвалидность, хотя урывками продолжал работать.

После эпизодического заболевания он представил для оплаты больничный бюллетень. Кассир страховой кассы задержал бюллетень для уточнения вопроса, может ли Ш., как инвалид, получать по бюллетеню деньги. От кассира Ш. ушел с чувством обиды и оскорбления, считая, что его без основания заподозрили в противозаконном поступке. Через два дня Ш. снова явился за деньгами и отобранной пенсионной книжкой. Так как кассир заявил, что по его делу ничего еще пока не выяснено, Ш. впал в возбужденное состояние и нанес кассиру несколько ран перочинным ножом.

По описанию свидетелей, он в этот момент был "похож на сумасшедшего", "глаза были безумные", лицо бледное. Затем он упал и некоторое время был в бессознательном состоянии. Из происшедшего помнит лишь эпизоды, относящиеся к самому началу. Помнит, как он требовал у кассира вернуть пенсионную книжку, помнит, как тот отказал в его просьбе и затем подошел к шкафу, откуда взял что-то и положил в карман. Ему показалось, что это был револьвер. В глазах потемнело, сердце забилось. Что было дальше - не помнит. (*Я. М. Колошник*)

Задание 2. Дайте определение разным формам эмоциональных переживаний. Определите, о каких эмоциональных переживаниях идет речь в следующих фрагментах.

1. В древности китайские торговцы жемчугом следили за зрачками покупателей, рассматривающих выставленный товар. Если зрачок расширялся, торговец начинал настойчиво убеждать человека совершить покупку и часто с выгодой продавал свой товар.

2. Весь день они ссорились. Насколько мне известно, Нора собиралась положить конец их отношениям, и деловым, и личным. Она потребовала, чтобы он немедленно покинул дом. Но Риччио прекрасно чувствовал себя там и не собирался уходить. Риччио преследовал Нору по пути от ее комнаты до мастерской, стараясь убедить ее отказаться от своих намерений. Дэни сидела у себя и занималась, когда услышала крик Норы. Сбежав вниз, она увидела, что Риччио угрожает матери. Схватив со стола резец, она кинулась между ними и всадила орудие ему в живот. Когда Риччио, обливаясь кровью, рухнул на пол, девочка впала в истерику и стала рыдать. (*Г. Роббинс*)

3. Мы остановились перед светофором - с визгом; это было в духе отца - тормознуть так, чтобы мурашки по спине, чтобы ни сантиметра в запасе, - на волосок от вечности. Когда мы остановились, он сказал:

- Питер, ты как приехал сюда - все время киснешь. Неприятности?

...Что я мог ему ответить? И да, и нет... Тогда (чутье ему не изменило) он сказал:

- Я знаю. Знаю, Питер. В жалкое время живем. - Зажегся зеленый свет, и мы рванули с места. - Жалкое время. Пустое время. Серое время. В воздухе прямо пахнет гнилью. А главное - будет еще хуже. Это ты понимаешь? Почитай Карлейля. Почитай Гиббона. Возьми время вроде нашего, когда люди блудят с фальшивыми богами, когда второй от конца - это уже первач, когда кидаются на все, лишь бы было новым, гладким, забористым, - и к чему ты в конце концов приходишь? К моральной и духовной анархии, вот к чему. Потом - к политической анархии. А потом? К диктатуре! (*У. Стайрон*)

4. Первое, что он увидел дома, отперев дверь своим ключом, был отделанный золотом зонтик жены, лежавший на сундучке. Сбросив меховое пальто, Соме кинулся в гостиную. ...Он увидел Ирен на ее обычном месте в уголке дивана. Он тихо притворил дверь и подошел к ней. Она не шелохнулась и как будто не заметила его.

- Ты вернулась? - сказал Соме. - Почему же ты сидишь в темноте?

Тут он разглядел ее лицо - такое бледное и застывшее, словно кровь остановилась у нее в жилах; глаза, большие, испуганные, как глаза совы, казались огромными.

В серой меховой шубке, забившись в угол дивана, она напоминала чем-то сову, комком серых перьев прижавшуюся к прутьям клетки. Ее тело, словно надломленное, потеряло свою гибкость и стройность, как будто исчезло то, ради чего стоило быть прекрасной, гибкой, стройной...

Ирен не взглянула на него, не сказала ни слова; блики огня играли на ее неподвижной фигуре.

Вдруг она встрепенулась, но Соме не дал ей встать; и только в эту минуту он понял все.

Она вернулась, как возвращается к себе в логовище смертельно раненое животное, не понимая, что делает, не зная, куда деваться. Одного взгляда на ее закутанную в серый мех фигуру было достаточно Сомсу.

В эту минуту он понял, что Босини был ее любовником; понял, что она уже знает о его смерти, - может быть, так же, как и он, купила газету и прочла ее где-нибудь на углу, где гулял ветер...

Он снова взглянул на нее, сжавшуюся в комок, словно подстреленная, умирающая птица, которая ловит последние глотки воздуха, медленно поднимает мягкие невидящие глаза на того, кто убил ее, прощаясь со всем, что так прекрасно в этом мире: с солнцем, с воздухом, с другом.

Так они сидели у огня по обе стороны камина и молчали. (*Дж. Голсуорси*)

Задание 3. Определите эмоциональные состояния героев в приведенных отрывках из романов Ф. М. Достоевского и материалов двух уголовных дел.

1. Он расстегнул пальто и высвободил топор из петли, но еще не вынул совсем, а только придерживал правою рукой под одеждой. Руки его были ужасно слабы; самому ему слышалось, как они, с каждым мгновением, все

более немели и деревенели. Он боялся, что выпустит и уронит топор ... вдруг голова его как бы закружилась...

Ни одного мига нельзя было терять более. Он вынул топор совсем, взмахнул его обеими руками, едва себя чувствуя, и почти без усилия, почти машинально, опустил на голову [старухи] обухом. Силы его тут как бы не было. Но как только он раз опустил топор, тут и родилась в нем сила...

Старуха, как и всегда, была простоволосая. Светлые с проседью, жиденькие волосы ее, по обыкновению жирно смазанные маслом, были заплетены в крысиную косичку и подобраны под осколок роговой гребенки, торчавшей на ее затылке. Удар пришелся в самое темя... Она вскрикнула, но очень слабо, и вдруг вся осела к полу, хотя и успела еще поднять обе руки к голове... Тут он изо всей силы ударил раз и другой, все обухом и все по темени. Кровь хлынула, как из опрокинутого стакана, и тело повалилось навзничь. Он отступил, дал упасть и тотчас нагнулся к ее лицу; она была уже мертвая...

Он положил топор на пол, подле мертвой, и тотчас же полез ей в карман, стараясь не замараться текущею кровью, - в тот самый правый карман, из которого она в прошлый раз вынимала ключи. Он был в полном уме, затмений и головокружений уже не было, но руки все еще дрожали...

2. Федор Павлович отпер окно и высунул всю свою голову.

- Грушенька, ты? Ты, что ли? - проговорил он каким-то дрожащим полушепотом. - Где ты, маточка, ангелочек, где ты? - Он был в страшном волнении, он задыхался...

"Один!" - решил Митя...

Митя смотрел сбоку и не шевелился. Весь столь противный ему профиль старика, весь отвисший кадык его, нос крючком, улыбающийся в сладостном ожидании, губы его, все это ярко было освещено косым светом лампы слева из комнаты. Страшная, неистовая злоба закипела вдруг в сердце Мити: "Вот он, его соперник, его мучитель, мучитель его жизни!" Это был прилив той самой внезапной, мстительной и неистовой злобы, про которую, как бы предчувствуя ее, возвестил он Алеше в разговоре с ним в беседке четыре дня назад, когда он ответил на вопрос Алеши: "Как можешь ты говорить, что убьешь отца?"

"Я ведь не знаю, не знаю, - сказал он тогда, - может, не убью, а может, убью. Боюсь, что ненавистен он вдруг мне станет *своим лицом в ту самую минуту*. Ненавижу я его кадык, его нос, его глаза, его бесстыжую насмешку. Личное омерзение чувствую. Вот этого боюсь, вот и не удержусь..."

Личное омерзение нарастало нестерпимо. Митя уже не помнил себя и вдруг выхватил медный пестик из кармана...

3. Отец Алексеева страдал алкоголизмом. Его брат и сестра умерли в детстве. Алексеев рос физически слабым, часто болел. В отношениях со сверстниками стеснялся своей физической слабости, "драк избегал, но уж если дрался, то до конца... либо я его (обидчика), либо он меня... Чаще доставалось мне". Тяжело переживал обиды, в мечтах видел себя сильным, с 16 лет с этой целью начал заниматься спортом. Проявлял большое старание, выполнил норму кандидата в мастера спорта по гребле.

Отчим тоже пил, конфликтовал с Алексеевым и его матерью. Общение с отчимом воспитало у Алексеева острую неприязнь ко всему, связанному с пьянством.

После окончания школы и профтехучилища Алексеев начал работать на стройке каменщиком, но вскоре был призван в армию. После увольнения в запас вернулся на стройку. В работе отличался добросовестностью, ответственностью, с окружающими был доброжелателен, сдержан, несколько замкнут, молчалив. Отмечается высокое чувство собственного достоинства, болезненная реакция на обиды и оскорбления. В последнее время у Алексеева сложились неприязненные отношения с Кузнецовым, который часто оскорблял Алексеева, вел себя по отношению к нему развязно и цинично.

14.12.87 днем Алексеев находился в бытовке, куда Кузнецов и Захаров зашли с намерением распить бутылку вина. Кузнецов грубо потребовал от Алексеева найти кружку. Алексеев воспринял это требование как оскорбительное для себя и отказался его выполнять. Кузнецов набросился на него, повалил на пол и начал бить. Алексеев просил отпустить его, несколько раз спрашивал "за что?". "Я почувствовал себя страшно униженным - он меня бьет, а я должен просить его не бить меня, хотя никакой вины за мной нет".

Кузнецов, продолжая бить, повторял: "Будешь еще, чурбан?". Отпустив Алексеева, Кузнецов продолжал оскорблять его, угрожать ему. Алексеев поднялся с пола. "У меня была страшная злоба, но я все равно сдержался бы... я не хотел драться". В этот момент Кузнецов особенно цинично, нецензурно оскорбил Алексеева. О дальнейшем Алексеев помнит неотчетливо: "...меня просто взорвало... я вспомнил случай, когда меня били шесть человек за то, что я не поставил им бутылку вина... Не помню, какие мысли еще были..." Затрудняется сказать, какой рукой схватил нож, лежавший на столе ("Показалось, что это отвертка, я до этого клал на стол отвертку..."), и нанес Кузнецову удар в живот.

Кузнецов после нанесения удара вырвал у Алексеева нож и вместе с Захаровым вытолкал его из бытовки. Захаров показал: "Алексеев был в разъяренном состоянии... Я знаю Алексеева как спокойного парня, что с ним случилось, я и сам не знаю, но он был слишком обижен, как я считаю, из-за пустяка". Увидев, что Кузнецов корчится от боли, Алексеев громко разрыдался и потом долго не мог успокоиться, плакал, выражал сожаление в связи с происшедшим.

4. Гаврилов родился в рабочей семье, старший из двух сыновей. В семье чувствовал себя несколько отчужденно, так как все внимание родители уделяли младшему брату, который часто болел и "был любимым у них".

Развивался нормально, учился средне. С людьми сходился трудно, был застенчив, переживал "дефект" - шрам на подбородке и щеке от полученной в детстве травмы. Тянулся к товарищам, дорожил их отношением к себе, но всегда был крайне чувствительным к шуткам и насмешкам в свой адрес. После армии работал по своей специальности каменщика на стройке.

28.08.86 на рабочем объекте у Гаврилова возник конфликт с рабочими Сорокиным и Зайцевым из-за замечания, сделанного им Сорокину, с которым,

как он считал, у него были приятельские отношения. Неожиданно Сорокин и Зайцев стали оскорблять Гаврилова, цинично издеваться над ним. Они связали Гаврилова, толкали его, навалили на связанного груз и садились сверху на него. Гаврилов при этом плакал, просил прекратить издевательства.

После того как Сорокин и Зайцев, развязав его, ушли, почувствовал сильную боль в ногах. При этом испытывал крайнюю озлобленность, чувство глубокого стыда, унижение человеческого достоинства. Особое впечатление произвело на него "предательство" Сорокина. После ухода Зайцева и Сорокина прошло около 20 минут, стали возвращаться остальные рабочие, и Гаврилов приступил к работе. До того как вернулись Сорокин и Зайцев, он успел уложить 15 - 20 кирпичей. Увидев Сорокина, Гаврилов обменялся с ним взглядами, при этом Сорокин снова цинично выразился в адрес Гаврилова. Новое оскорбление вызвало сильное волнение у Гаврилова, он был не в состоянии работать, начал ходить по площадке. Появилось сильное стремление "проучить" обидчика, выбрав момент, когда он останется один. Когда Сорокин, получив распоряжение мастера, пошел в соседнюю комнату, Гаврилов сразу же направился за ним, предварительно убедившись, что никто не обращает на него внимания.

Забежав вслед за Сорокиным в комнату, Гаврилов, сильно волнуясь, схватил молоток и нанес три удара Сорокину по голове. При этом Гаврилов, по его показаниям, "убить Сорокина... не хотел, и поэтому удары наносил молотком не со всей силой". Когда прибежал Зайцев, Гаврилов бросил молоток и отошел в сторону. Сорокин от полученных ударов скончался.

Задание 4. Какие индивидуальные особенности чувств (сила, глубина, амбивалентность, устойчивость) проявляются в приведенных примерах? Какое влияние (регулирующее, стимулирующее, дезорганизующее) оказали здесь чувства на поведение и образ жизни?

1. Урок английского языка. Ученики принесли в класс ворону. Молодая преподавательница Н. забралась на подоконник, чтобы поймать птицу и выпустить ее. В это время в класс заглядывает ее коллега и любимый человек М. Он резко отчитывает Н. Смущенная, расстроенная, она выбегает в коридор, чтобы объяснить ему суть происходящего. Но тот холоден и строг. Н. возвращается в класс, хватает ворону, которую кто-то из учеников завернул в тряпку, выбрасывает беспомощную птицу в окно. Взволнованные и возмущенные ученики грубят учительнице. Одного за другим она выгонят их за дверь.
2. "Не знаю, - пишет юноша девушке, - люблю я тебя или ненавижу. Мне кажется, что эти чувства во мне странным образом перемешаны. Ставлю вопрос: почему я могу тебя любить? Не нахожу ответа. Но нет, кажется, оснований и для ненависти. Может быть, ты поможешь мне понять самого себя и чем вызвано мое такое нелепое состояние по отношению к тебе".
3. Сталевар 41 года переживает тяжелое состояние по поводу смерти единственной 18-летней дочери. Раньше он очень любил свою профессию, отличался сознательным и ответственным отношением к труду. Во время

войны работал по 2-3 смены, не выходя из цеха. Теперь работа ему в тягость, он жалуется на крайнюю усталость и апатию.

4. Анна Каренина накануне гибели размышляет о своем отношении к Вронскому: "Моя любовь все делается страстнее и себялюбивее... У меня все в нем одном, и я требую, чтобы он все больше и больше отдавался мне... Если бы я могла быть чем-нибудь, кроме любовницы, страстно любящей одни его ласки; но я не могу и не хочу быть ничем другим". (*Л. Н. Толстой*)

Задание 5. Определите в анализе приведенных фрагментов проявления нормального горя, острого горя и болезненного горя. Как должна строиться коррекционная работа в каждом из случаев?

1. Наблюдаются некоторые изменения сознания. Возникает легкое чувство нереальности, ощущение увеличения эмоциональной дистанции, отделяющей человека от других людей (иногда человек выглядит призрачно и кажется маленьким), сильная поглощенность образом умершего. Одному человеку казалось, что он видит свою погибшую дочь, которая зовет его из телефонной будки. Он был так захвачен этой сценой, в особенности тем, с какой ясностью и отчетливостью он услышал свое имя, что в этот момент перестал замечать окружающее.

2. В поведении человека проявляются черты умершего или манера его поведения в момент трагедии. Сын обнаруживает, что походка у него стала, как у умершего отца. Он смотрит в зеркало, и ему кажется, что он выглядит точно так же, как умерший.

3. Общим для большинства людей является следующий синдром: периодические приступы физического страдания, длящиеся от двадцати минут до одного часа, спазмы в горле, припадки удушья с учащенным дыханием, постоянная потребность вздохнуть, чувство пустоты в животе, потеря мышечной силы ("почти невозможно подняться по лестнице", "все, что я поднимаю, кажется таким тяжелым"); интенсивное субъективное страдание, переживаемое как напряжение или душевная боль.

4. Человека, недавно перенесшего тяжелую утрату, охватывает горе о людях, умерших много лет назад. Так, 38-летняя женщина, у которой только что умерла мать и которая очень болезненно отреагировала на эту утрату, как оказалось, была лишь в небольшой степени сосредоточена на смерти матери; она была поглощена мучительными фантазиями, связанными со смертью ее брата, погибшего двадцать лет назад.

5. Переживание горя имеет адаптивный характер, потому что действует как мотивация к обретению утраченного объекта вновь (Боулби). Ряд внешних проявлений горя могут выполнять коммуникативную функцию, вызывая сочувствие и помощь.

6. Человек испытывает повышенную активность без чувства утраты, а скорее с ощущением хорошего самочувствия и вкуса к жизни. Предпринимаемая в ситуации потери деятельность носит экспансивный и авантюрный характер, приближаясь по виду к занятиям, которым в свое время посвящал себя умерший.

7. У человека, потерявшего близкого, часто наблюдается утрата теплоты в отношениях с другими людьми, тенденция разговаривать с ними с раздражением и злостью, желание, чтобы его вообще не беспокоили, причем все это сохраняется, несмотря на усиленные старания друзей и родных поддержать с ним дружеские отношения.

Семинар 24
Тема: Ощущение и восприятия

Вопросы для обсуждения:
1. Понятие и виды ощущений.
2. Классификация ощущений.
3. Виды и свойства восприятия.
4. Теории восприятия.

Литература
1.Психология: учебное пособие /Л.В. Марищук,. С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей , 2013. – 771 с.
2. Донцов, Д. А. Психология познавательных процессов : учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / Д. А. Донцов, Е. А. Орлова, Л. В. Сенкевич ; под науч. ред. Д. А. Донцова, Е. А. Орловой. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 189 с.
3. Барабанщиков, В. А. Общая психология: психология восприятия : учеб. пособие для вузов / В. А. Барабанщиков. — 2-е изд. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 184 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Из предложенных слов выберите те, которые характеризуют природу ощущений человека.

Рефлекторность, материальность, объективность, вторичность, информативность, абстрактность, предметность, свойство мозга, идеальность, активность, деятельность, возбуждение, биотоки мозга, субъективность, первичность, отражение, чувственный образ, раздражимость, познавательный процесс, живое созерцание, избирательное отражение.

Задание 2. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения.

1. Основным источником наших знаний о внешнем мире являются ... .
2. Ощущение, как и всякое психическое явление, имеет ... характер.
3. Особенность ощущений в том, что в них ... ... предметов и явлений материального мира.
4. Генетически самое раннее чувственное психическое явление - ... .
5. Ощущение как ... ... развивается и перестраивается внутри процесса, который она осуществляет, в частности, процесса целенаправленного восприятия.

6. Действие внешних раздражителей на анализаторы человека подчиняется ... механизмам.
7. Повышение чувствительности в результате взаимодействия ... называется ... .
8. Психофизический закон Вебера - Фехнера формулируется так: ... ощущения пропорциональна логарифму силы раздражителя.
9. Минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающее едва заметное различение ощущений, называется ... ... (или ... ...).
10. При ... под воздействием раздражителя, специфичного для одного анализатора, возникает ... , характерное для другого анализатора.

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) сенсибилизация; 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) сенсибилизация; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. В структуру каждого ощущения входит...

а) обобщение; б) движение; в) анализ; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

8. Каждый анализатор имеет...

а) расположенный на периферии воспринимающий проводниковый аппарат; б) совокупность промежуточных (подкорковых) перерабатывающих центров; в) центральный (корковый) аппарат; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

9. Каждый анализатор имеет представительство в...

а) правом полушарии; б) обоих полушариях; в) левом полушарии; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

10. В психологии описаны механизмы функционирования органов чувств: а) механизмы сличения; б) механизмы потребностей; в) механизмы новизны; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

Задание 4. Проанализируйте отрывок и сделайте вывод о природе ощущений. Насколько человек властен над своими ощущениями - может ли он затормозить или усилить их?

Она почувствовала жар, прилив крови, головокружение.

Ну ясно, что у нее кружилась голова. Конечно, у нее был жар. Она же весь день сидела в пальто. Господи! Кинозал переполнен. Как селедок в бочке. Нечего удивляться, что она задыхается. Просто чудо, что она еще не упала в обморок. Джесс подалась вперед, потянула за рукава, стягивая с себя пальто, как будто оно загорелось.

- Ради Христа! - пожаловался кто-то рядом. - Не можете ли вы посидеть спокойно?

- Простите, - прошептала Джесс. Ей все еще было жарко, она все еще была взвинчена, кружилась голова. То, что она сняла пальто, ничего не дало. Она начала стягивать с себя свитер. Голубой, зеленый, сиреневый - какого бы цвета он ни был, в нем было слишком жарко. Она просто задыхалась, ей не хватало воздуха. Почему ей так трудно дышать? Джесс нервно обернулась, ища знак "выход", мотая головой то в левую, то в правую сторону, бегая глазами по всем направлениям. От черепашьего супа меня поташнивает, подумала она, стягивая через голову свитер с высоким воротником, воображая, что она находится в море, окруженная обезглавленными черепахами.

Неужели она заболевает? О, только не это! Только бы ее не вырвало!

...Джесс чувствовала, как к горлу подкатил комок. Она услышала запах черепашьего супа, смешанный с запахами жареной курятины и сыра "горгонзола". О, только бы не вырвало, молилась она, сжимая челюсти и скрежеща зубами.

Дыши глубоко, говорила она себе, вспоминая советы Дона. Дыши глубоко и подольше. От диафрагмы. Выдох. Вдох. Выдох. Вдох.

Не помогало. Ничего не помогало. Она почувствовала, как на лбу появилась испарина, как по щекам начали стекать капельки пота. Ей нехорошо. (Дж. Филдинг)

Задание 5. 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. Восприятие следует рассматривать как комплекс ассоциативно связанных ощущений.

5. Ощущение зависит не от качества раздражителя, а от специфической энергии органа чувств, на который воздействует этот раздражитель, поэтому, например, что бы ни действовало на глаз, ощущение всегда будет зрительной "вспышкой света".
6. В эволюции организмов возникли не специфические энергии органов чувств, а специфические органы, объективно приспособленные к отражению различных видов энергии.
7. Ощущения дают нам более или менее верные образы объективных свойств вещей, хотя различные ощущения обладают разной степенью адекватности воспроизведения этих свойств.
8. Орган чувств (рецептор) пассивно отвечает на воздействующие раздражители, и этим пассивным ответом и являются соответствующие ощущения.
9. Ощущение есть не только отражение объективного мира, но еще и деятельность или ее компонент.
10. Ощущение - активный процесс, осуществляемый как система сенсорных действий, направленных на селекцию и преобразование специфической энергии внешнего воздействия и обеспечивающих адекватное отражение окружающего мира.

Семинар 25
Тема: Внимание

Вопросы для обсуждения:
1. Понятие и виды внимания.
2. Свойства внимания.
3. Классические теории внимания.
4. Когнитивные теории внимания.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Познавательные процессы : учеб. пособие для академического бакалавриата / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 4-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. – 149 с.
3. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

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. Ориентировочный рефлекс рассматривается как объективный, врожденный признак...

а) непроизвольного внимания; б) произвольного внимания; в) послепроизвольного внимания; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

8. 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.

9. Ограничение объема внимания определяет такая его характеристика, как...

а) устойчивость; б) концентрация; в) распределение; г) переключение; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

10. Концентрация внимания определяется...

а) повышением интенсивности сигнала при ограничении поля восприятия; б) центральной настройкой; в) функционированием доминанты; г) все ответы верны; д) 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?

6) ...чайник, которого вы ждете, никак не закипает?

Задание 4. Проанализируйте приведенные примеры. Какие феномены в них описаны? Что и как привлекает наше внимание? В каких случаях в основе избирательности внимания лежит периферическая или центральная настройка?

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. Какие особенности внимания иллюстрируют приведенные примеры из жизни выдающихся людей? От чего зависит их внимание?

1. А. Фурье до 30-летнего возраста отличался необузданно резвым характером и неспособностью к прилежанию, но, познакомившись с началами математики, стал другим человеком, а впоследствии - ученым.
2. Б. Малъбранш случайно и против своего желания начал читать трактат Декарта о человеке; но чтение это так возбуждающе подействовало на него, что "вызвало сильнейшее сердцебиение, благодаря которому ему

постоянно приходилось откладывать книгу в сторону, чтобы вздохнуть свободно"; он кончил тем, что сделался картезианцем.

3. Когда мысль Ньютона наталкивалась на какую-нибудь научную задачу, он находился во власти постоянного возбуждения, не дающего ему ни минуты покоя.

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. Обобщите смысл приведенных текстов. Дайте характеристику сущности и функциям внимания в наиболее емком и полном определении.

1. Внимание нельзя отнести к самостоятельным познавательным процессам, так как оно не имеет собственного содержания. Внимание не отражает ни свойств предметов, ни связей и отношений между ними... Во внимании проявляется активность личности по отношению к предмету деятельности, проявляется направленность человека, его интересы, желания. (*З. М. Панибратцева*)

2. Внимание - это выделение сознанием воспринимаемых или вспоминаемых объектов с одновременным отвлечением от других; это направленность сознания на определенный объект. Во внимании проявляется избирательность сознания... То, к чему привлечено наше внимание, становится для нас "фигурой", а все остальное - фоном. (*К. К. Платонов*)

3. Благодаря наличию произвольного внимания человек способен активно, избирательно "извлекать" из памяти нужные ему сведения, выделять главное, существенное, принимать правильные решения, осуществлять задачи, возникшие в деятельности. (*А. В. Петровский*)

Задание 9. Какие из приведенных высказываний ошибочны и почему?

1. Внимание - необходимое условие выполнения любой деятельности.
2. Внимание - врожденная, генетическая способность человека.
3. Внимание человека определяется структурой его деятельности, отражает ее протекание и служит механизмом ее контроля.
4. В акте сосредоточения сознания имеет место отражение действительности.
5. Внимание - это проявление внутренней воли, первичной духовной силы человека.
6. Произвольное внимание - это сознательно регулируемое сосредоточение на объекте, направляемое требованиями деятельности.

Задание 10. Проанализируйте приведенные фрагменты текста. Выделите факторы, которые обусловливают 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*)

Семинар 26
Тема: Память

Вопросы для обсуждения:

1. Процессы памяти и их характеристика.
2. Виды и типы памяти и их особенности.
3. Свойства памяти: точность, мобилизационная готовность, объем памяти, прочность.
4. Приемы рационального запоминания.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Боднар, А.М. Психология памяти : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / А. М. Боднар ; под науч. ред. А. П. Касатова. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 97 с.
3. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии. – СПб. : Питер, 2010. – 319 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Какие из перечисленных явлений относятся к памяти, а какие - к представлениям?

Опыт, узнавание, мечта, забывание, припоминание, сохранение, цель, воспроизведение образа, следы воздействия раздражителя, предвидение, творчество, опережающее отражение, грезы, воссоздание образа, воспоминание, запечатление информации, обобщенный чувственный образ, запоминание, иллюзия, фантазия, модель будущего, рассказ о прошлом, рассказ о будущем, идеал, гипотеза, воображение, галлюцинация, реминисценция, словесный портрет.

Задание 2. 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. Эпизодическая память состоит из всех структур, свойственных той или иной культуре и позволяющих организовать познание мира.

8. В отличие от пространственной и последовательной организации памяти ассоциативная и иерархическая организация ее обусловлена "внешними" факторами.

9. Всегда легче вспомнить какой-либо элемент прошлого опыта, чем узнать его среди других предъявляемых предметов.

10. Кратковременная память существенно улучшается в возрасте от 5 до 11 лет.

11. Процессы памяти не связаны с процессами мышления.

12. В оперативной памяти информация сохраняется на более длительный срок, чем в кратковременной памяти.

Задание 3. В каких случаях перечисленные образы становятся образами памяти, а в каких - воображения?

Опосредованный образ, трансформированный образ, художественный образ, образ-представление, синтезированный образ, образы-копии, типичный образ, музыкальные образы-представления, акцентированный образ, фантастический образ, сознательно реконструированный образ, ассоциативный образ, последовательный образ, гиперболизированный образ, образы сновидений, галлюцинаторные образы.

Задание 4. 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) обобщение образов и

представлений; д) не связана с эмоциями; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

4. Принцип специфичности кодирования касается...

а) контекста, в котором осуществляется кодирование; б) мотивации субъекта; в) времени повторений одного и того же материала; г) времени, необходимого для того, чтобы интегрировать материал; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

5. 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.

6. Семантическая память - это такая память...

а) при которой информация обрабатывается в момент кодирования; б) которая состоит из структур, позволяющих организовать познание мира; в) в которой хранится информация, касающаяся жизненно важных событий; г) в которой хранится частная, "проходная" информация; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. 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.

8. Когда мы забываем о назначенном свидании, это обусловлено...

а) торможением; б) активным забыванием; в) мотивированным забыванием; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

9. 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.

10. Память обслуживает, по преимуществу...

а) настоящее; б) прошлое; в) будущее; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

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.

Сталевары помнят множество оттенков красного цвета; математик легко запомнит информацию, сжатую в формулы; продавец помнит цены и вид продукта определенного веса; студент на экзамене помнит, что нужный ему материал был напечатан на странице слева внизу; закройщик помнит лекала распространенных фасонов и легко опознает их по рассказу заказчика;

живописец помнит сочетания цветов заката в Гималаях, который он наблюдал в молодости; жители северных районов помнят разные "цвета белого снега"; музыкант по слуху может наиграть любую мелодию; пожилой учитель помнит в лицо учащихся многих своих выпусков; учитель-литератор знает на память огромное количество стихотворений; полиглот свободно владеет 12 языками; читатель, случайно захлопнувший книгу, легко находит место, на котором остановился; приехав вторично в малознакомый город, человек представляет себе дорогу к нужному месту.

Задание 6○. Определите, в каких из перечисленных обстоятельствах память работает лучше или хуже.

Когда мы стареем; когда мы хотим показать себя с лучшей стороны; когда мы поглощены интересной работой; когда нас торопят; когда на нас давят обстоятельства; когда возникают отвлекающие факторы; когда нас перебивают; когда нас переполняют чувства (возбуждение, восторг, гнев и т.д.); когда мы погружены в размышления; когда мы устали или хотим спать; когда мы находимся в привычной обстановке; когда мы действуем на "автопилоте"; когда мы не понимаем смысла воспринимаемой информации; когда мы действуем в направлении сознательно поставленной цели; когда мы находимся в стрессе; когда мы пребываем в депрессии; когда мы слишком тревожны; когда мы находимся в условиях дефицита времени.

Задание 7. Сравните приведенные точки зрения. Какой из них и почему вы отдали бы предпочтение?

1. Функция памяти не может направляться волей или деятельностью человека, она детерминирована либо организацией самого материала, либо внешними ассоциациями по смежности, сходству и контрасту.
2. Протекание процессов запоминания, сохранения и воспроизведения определяется тем, какое место занимает данный материал в деятельности субъекта... Наиболее продуктивно связи образуются и актуализируются в том случае, когда соответствующий материал выступает в качестве цели действия.

Семинар 27
Тема: Мышление (4 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие и общая характеристика мышления. Виды мышления.
2. Классификация теории мышления.
3. Операционная теория мышления.
4. Мышление как способ формирования понятий.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Спиридонов, В. Ф. Психология мышления. Решение задач и проблем : учеб. пособие для академического бакалавриата / В. Ф. Спиридонов. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. — 323 с.

3. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Допонятийное мышление в теории Ж. Пиаже характеризуется...

а) эгоцентризмом; б) нечувствительностью к противоречию; в) синкретизмом; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

2. Понятийное мышление проявляется в...

а) оперировании единичными случаями; б) несогласованности объема и содержания; в) отсутствии представлений о сохранении количества; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

3. По форме различают следующие виды мышления:

а) наглядно-действенное; б) теоретическое; в) интуитивное; г) дискурсивное; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

4. Наглядно-образное мышление связано с...

а) оперированием понятиями; б) рефлексией; в) оперированием суждениями; г) оперированием представлениями; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

5. Понятие - это важнейший элемент...

а) восприятия; б) мышления; в) памяти; г) речи; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

6. С развитием понятий идет и становление...

а) анализа; б) синтеза; в) сравнения; г) обобщения; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. В концепции Л. С. Выготского мышление и речь...

а) абсолютно тождественны; б) имеют разные генетические корни; в) являются независимыми друг от друга функциями; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

8. Интуиция - это...

а) скачок в познании; б) озарение; в) прогноз; г) антиципация; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

9. Чувственная ступень познания нуждается в дополнении рациональной, потому что...

а) сущность предметов и явлений не совпадает с их воспринимаемым обликом; б) сложные явления действительности недоступны восприятию; в) восприятие ограничено отражением предметов и явлений в момент их непосредственного воздействия на органы чувств; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

10. Движущей силой формирования понятийного мышления является...

а) игра; б) практическая деятельность; в) функционирование доминанты; г) обучение; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

Задание 2. Наиболее распространенное деление стилей мышления - деление на "теоретиков" (или, в близкой типологии В. Оствальда, "классиков") и "эмпириков" ("романтиков"). Ниже приведены характеристики тех и других. Определите, где речь идет о "теоретиках", а где - об "эмпириках".

1. Их отличают большая наблюдательность, любознательность, виртуозное использование сравнительного анализа.
2. Они считают, что открытия определяются яркими вспышками воображения.
3. С их точки зрения, то, что не наблюдаемо в опыте, нельзя использовать в научном рассуждении.
4. Ценность их в том, что сделанные ими открытия служат исходной информацией для научного прорыва, реализуемого другими.
5. Их сильная сторона - аналитичность, рациональность мышления, невысокая эмоциональность.
6. Они признают наукой только установление связей между непосредственно измеряемыми величинами.
7. Они устремляются в прорыв, обозначенный усилиями других, и делают результат доказательным и убедительным для других.
8. Когда в материале есть "белое пятно", они восполняют недостающие детали гипотезой, опирающейся на интуицию.
9. Слабость их - в излишней, часто необоснованной доверчивости к найденным закономерностям.
10. Они менее наблюдательны, чем другие, но и не столь доверчивы.

Задание 3. Какие из перечисленных слов характеризуют индивидуально-типологические особенности мышления?

Самостоятельность, критичность, умеренность, вязкость, дивергентность, подвижность, зрелость, эмоциональность, инертность, креативность, стереотипность, темпераментность, отчетливость, образность, практичность, интровертированность, глубина мысли, гибкость, пытливость ума, быстрота мысли, системность, операциональность, дополнительность, достоверность, логичность, интуитивность, инструментальность, обязательность, механистичность, уверенность, смелость, оригинальность.

Задание 4. 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 5. 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 созерцания и представлений в понятия.
5. Мышление - это процесс переработки информации.
6. Мысль - это биотоки мозга.
7. История мысли = история языка.

Задание 6. Проанализируйте приведенные высказывания. С какими из них вы согласны, с какими - нет и почему?

1. Мысль о вещи есть отражение вещи, но не просто отражение, а такое, которое, будучи обработано средствами абстрактного мышления, пройдя через чистилище опыта, вновь возвращается к этой вещи, но уже дает ее в расчлененном и обобщенном виде. (*А. Г. Спиркин*)
2. Мышление есть процесс чистой активности сознания.
3. Мышление есть проявление особой духовной способности человека.
4. Все мысли и действия нашей души вытекают из ее собственной сущности и не могут ей быть сообщены чувствами. (*Г. В. Лейбниц*)
5. Разум и постигаемое разумом - одно и то же. (*Гегель*)
6. С помощью мышления мы познаем то общее в предметах и явлениях, те закономерные, существенные связи между ними, которые недоступны непосредственно ощущению и восприятию и которые составляют сущность, закономерность объективной действительности. (*В. С. Кузин*)
7. Мышление есть поведение, двигательная активность, совершенно такая же, как игра в теннис, гольф или другая форма мускульного усилия.

Задание 8. Одинаковы ли по значению и употреблению перечисленные ниже термины?

Интеллект, мышление, разум, рассудок, менталитет, знание, ум, мудрость, образованность, информация, интеллигентность, понимание, осведомленность, эрудиция.

Задание 9. Обобщите приведенные высказывания. Выделите на их основе сущностные характеристики мышления.

1. Мышление и сознание... суть продукты человеческого мозга... функция мозга, отражение внешнего мира. (*В. И. Ленин*)
2. Мышление - это такая ступень сознания, которая заключается в целенаправленном, опосредствованном и обобщенном отражении человеком существенных свойств и отношений вещей, в творческом созидании новых идей, в постановке проблем и их решении. (*А. Г. Спиркин*)

3. Мышление не существует вне общества, вне накопленных им знаний и выработанных логических способов умственной деятельности. Человек не рождается, а становится субъектом мышления, овладевая языком, понятиями, логикой, представляющими собой продукт всей всемирной истории. (*А. Г. Спиркин*)

4. Существеннейшей и ближайшей основой человеческого мышления является... *изменение природы человеком*, а не природа как таковая, и разум человека развивался соответственно тому, как человек научался изменять природу. (*Ф. Энгельс*)

Задание 10. Сравните приведенные точки зрения. Какие стороны мышления они характеризуют?

1. Мыслить - значит изобретать, конструировать "в уме" идеализированный (соответствующий цели деятельности, ее идее) проект того реального предмета, который должен явиться результатом предполагаемого трудового процесса. (*А. А. Арсеньев, В. С. Библер, Б. М. Кедров*)

2. Мышление - это "комбинирование, воспроизведение, репродуцирование, "перебирание" и сочетание в разных пропорциях одних и тех же готовых "атомов" (представлений), чисто внешне связанных друг с другом". (*А. В. Брушлинский*)

3. Шаблонно мыслящие люди избирают с их точки зрения самую разумную позицию, а затем, развивая ее логически, пытаются разрешить проблему. Что же касается тех, кто мыслит нешаблонно, то они предпочитают по-новому взглянуть на проблему и исследовать ее с разных точек зрения, вместо того чтобы придерживаться раз избранной позиции...

Шаблонное мышление оперирует высокими вероятностями; без этого повседневная жизнь была бы невозможной... Нешаблонное мышление оперирует малыми вероятностями... Когда маловероятностное направление мысли приводит к новой, более действенной идее, наступает эвристический момент, в результате которого маловероятностный подход к решению задачи мгновенно приобретает наивысшую вероятность... При шаблонном мышлении логика управляет разумом, тогда как при нешаблонном она его обслуживает. (*Э. де Бона*).

Семинар 28
Тема: Воображение

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие и виды воображения. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения.
2. Функции воображения. Воображение и творчество.
3. Способы создания образов воображения.
4. Свойства образов воображения.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.

3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.

4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.

5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Проанализируйте свое воссоздающее воображение. Для этого решите 4 следующие задачи (чертежи при решении делать нельзя.).

1. Представьте себе равносторонний треугольник, каждая сторона которого равна 6 см. Продолжите мысленно основание треугольника влево на 6 см и параллельно ему через вершину треугольника проведите влево такой же отрезок. Соедините концы параллельных линий прямой. Какая фигура получилась?

2. Представьте себе, что от точки А вы прошли на юг 10 шагов, затем повернули на восток и также сделали 10 шагов, после опять сделали 10 шагов на юг, а затем повернули на запад, прошли столько же и, наконец, сделали 10 шагов на север. Какая фигура получилась из указанных отрезков?

3. Представьте себе окружность: Поставьте в центре окружности точку, на равном расстоянии от нее (внутри окружности) проведите две параллельные линии, а затем к этим прямым на таком же расстоянии от центра проведите две перпендикулярные линии. Какая фигура получилась внутри окружности?

4. Представьте себе квадрат. Проведите в нем диагонали. Затем двумя горизонтальными линиями разделите квадрат на равные части. Сколько получилось фигур и какие?

Проверка. Проверьте правильность решения каждой задачи с помощью чертежа. Затем подсчитайте количество полученных баллов: условно решение первой задачи оценивается 4 баллами, второй —5 баллами, третьей —6 баллами, четвертой —15 баллами.

Подсчитайте, сколько всего вы получили баллов и сколько времени ушло на решение задач.

Задание 2. Установите уровень развития у себя творческого мышления. Для этого решите следующие задачи:

Мысленно представьте себе, что у вас есть деревянный шарик диаметром 30 мм. Придумайте и укажите на бумаге (словами или рисунком) как можно больше предметов, которые можно сделать, используя этот предмет. Работайте 5 мин.

Сравните свой вариант решения с вариантами своих товарищей. Каждый предложенный вариант оценивается в 2 балла. За однотипные варианты начисляйте по 1 баллу, за остроумные и оригинальные — по 4 балла.
В течение 5 мин придумайте (и запишите) как можно больше вариантов использования обыкновенного карандаша. Имейте в виду, что можно придумывать самые нелепые — с точки зрения здравого смысла — вещи, непременное условие — чтобы карандаш действительно можно было в принципе применять в этом качестве (например, вместо скалки при раскатывании теста и др.).
Замечание: различными считаются только те варианты, которые существенно отличаются друг от друга. Например, ответы «Для рисования на бумаге» и «Для рисования на стене» однотипные. Учтите, что некоторые творческие люди могут за один присест без ограничения времени найти около 50 вариантов применения карандаша.

Задание 3. Обойдите комнату, постепенно прикасаясь ко всем вещам (стол, стул, тетрадь, книга, шкаф...).
И за всеми вещами постарайтесь представить себе людей, которые их делали. Перечислите профессии этих людей.
Это упражнение с разными предметами полезно повторять почаще, оно что-то вроде духовной гимнастики, поможет вам никогда и ни на что не смотреть безразлично, научит видеть за всем труд человека. Кроме того, это упражнение хорошо развивает воображение.

Задание 4. Определите живость, яркость своего воображения. Для этого проделайте ряд упражнений на разные виды представлений. Зачитывая слово — раздражитель, старайтесь, как можно более ярко представить себе соответствующий образ. Оценку за степень яркости образа проставьте себе сами, исходя из следующих критериев:
0—представление полностью отсутствует;
1—представление слабое;
2 — живое;
3 — очень яркое.
1. Зрительные представления.
Ромашка. Лицо матери. Холодильник. Огурец. Автобус. Абрикос. Алые розы. Собака. Бедный человек
2. Слуховые представления.
Бой барабана. Свист милиционера. Собачий лай. Звук горна. Голос классного руководителя.
3. Осязательные представления.

Бархатная ткань. Прикосновение ко льду. Укол иглы. Мел в руках. Ползущая по руке оса.
4. Обонятельные представления.
Запах: земляники, лука, черемухи, бензина, мяты.

5. Двигательные представления.
Аврал. Азарт. Плавание. Качание на качелях. Молчание.
Итоговые вопросы
1. Подсчитайте отдельно по каждому виду представлений количество баллов.
2. По результатам практических работ дайте оценку уровню развития своего воссоздающего воображения, творческого воображения.
3. Приведите примеры профессий, которые предъявляют повышенные требования:
а) к воссоздающему воображению;
б) к творческому.

Семинар 29
Тема: Речь

Вопросы для обсуждения:

1. Общая характеристика и соотношение понятий: язык и речь.
2. Теории речи.
3. Восприятие и понимание речи, ее свойства.
4. Психолингвистические характеристики текстов.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Выготский, Л.М. Мышление и речь : Психика, сознание, бессознательное / Л.С. Выготский. – Москва : Лабиринт, 2001. – 366 с.
3. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

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) текст; е) все ответы верны; ж) 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. Какие из указанных ниже факторов являются собственно речевыми?

Общительность; раздражительность; красноречие; грамматически бессвязная речь; заикание; речь с отсутствием коммуникативных средств (жестов, мимики, телодвижений); контекстуальная речь; замкнутость; темп речи; грамматически "правильная", "полная" речь; непроизвольные высказывания; ораторское искусство; болтливость.

Задание 4. Сравните приведенные цитаты. В чем они совпадают и в чем различаются? Какая из них ближе к современному пониманию связи языка (речи) и сознания и почему?

1. Соотношение сознания и речи не простое сосуществование и взаимовлияние, а единство, в котором определяющей стороной является сознание: будучи отражением действительности, оно "лепит" формы и диктует законы своего речевого бытия... О контроле сознания над речью говорят, например, часто наблюдаемые отрицательные оценки собственной речи типа: "Я не то хотел сказать"; "Я неудачно выразился"...

2. Истекает много времени, пока мы приходим к пугающему нас заключению, что когда мы говорим, то выступаем просто исполнителями или актерами, текст же составляется кем-то другим (подсознанием).

3. Язык так же древен, как и сознание; язык есть практическое, существующее и для других людей и лишь тем самым существующее также и для меня самого действительное сознание, и, подобно сознанию, язык возникает лишь из потребности, из настоятельной необходимости общения с другими людьми... Язык есть непосредственная действительность мысли.

4. Сознание неотделимо... от языка. Язык выступает не только как средство общения людей, он выступает и как средство, как форма

человеческого сознания и мышления... Сознание есть отражение действительности, как бы преломленное через призму общественно выработанных языковых значений, понятий.

5. Существует точка зрения, что люди, говорящие на разных языках, воспринимают вещи по-разному... При этом от языка зависит не только содержание, но и структура мысли: различные народы анализируют мир различным способом... Сознание определяется не объектом, а тем, как он представлен в языке.

6. Человек *лингвизирует* свой мир, и *лингвизация* в этом смысле есть творческий процесс. Человек живет в мире, пересотворяемом непрерывно с помощью его собственного языка.

Задание 5. Ответьте на следующие "простые" вопросы о языке и речи.

1. Какая разница между языком, "литературным языком", диалектом и жаргоном?

2. Почему не могло быть "безъязычного" человека?

3. Вы поперхнулись, разговаривая во время еды. Какой орган речи "повинен" в этом?

4. Существуют ли слова без значения? Значения без слов?

5. Речь отдельного человека подвержена патологическим нарушениям. Можно ли сказать то же самое о языке?

6. Почему язык не может быть продуктом отдельного человека?

Задание 6. Раскройте единство и различие речи и языка. Почему содержание речи не сводится к сумме значений использованных в ней слов?

1. Речь и язык неразрывно связаны между собой. Но речь - это сам процесс обмена мыслями, который осуществляется с помощью языка... Речь у каждого своя... Язык же - явление общественное. В противоположность речи, он не зависит от конкретного индивида... Индивидуальные особенности, отклонения и ошибки, возможные в речи, не затрагивают общей основы языка. (*А. С. Никифоров*)

2. Речью называется "процесс пользования языком в различных видах общения и деятельности человека". Пользование языком - индивидуально-психологическое явление; это означает, что речь связана со всей биографией человека, с содержанием его личности. (*Б. А. Бенедиктов, С. Б. Бенедиктов*)

ПРИМЕННЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ
ПО ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
для специальности «Психология»

Раздел I. Введение в психологию

1. Народная, донаучная и научная психология. Символы психологии.
2. Эволюция представлений о предмете психологии.
3. Донаучная психология. Психологические знания в контексте античной философии (Сократ, Платон, Аристотель).
4. Донаучная психология. Представление о душе и теле (Фома Аквинский).
5. Донаучная психология. Душа как сознание (Галилео Галилей, Р. Декарт, Б. Спиноза).
6. Сознание как предмет психологии (В. Вундт, У. Джеймс). Интроспекция.
7. «Русский бихевиоризм». Рефлексология и И.П. Павлов.
8. Психология как наука о поведении и научении (Дж. Уотсон, Э. Торндайк, Б. Скиннер).
9. Необихевиоризм (Э. Толмен, А. Бандура).
10. Научная парадигма. Парадигмы в психологии.
11. Житейское, религиозное и научное познание.
12. Гуманитарная парадигма и гуманистическая психология (К. Роджерс, А. Маслоу).
13. Когнитивная парадигма и когнитивная психология. NBIC(S) – конвергенция.
14. Психология в системе наук. Структура психологии.
15. Уровни психологии. Психология как фундаментальная и прикладная наука.
16. Цели, задачи и принципы психологии.
17. Типология методов исследования в психологической науке.
18. Неэкспериментальные методы исследования. Наблюдение и беседа.
19. Неэкспериментальные методы исследования. Опрос и анализ результатов деятельности.
20. Психодиагностические методы исследования. Объективные тесты и тесты-опросники.
21. Психодиагностические методы исследования. Проективные методики.
22. Экспериментальные методы исследования. Классический эксперимент.
23. Экспериментальные методы исследования. Квазиэксперимент.
24. Экспериментальные методы исследования. Корреляционное исследование.
25. Этапы организации и проведения эксперимента. Артефакты и двойной слепой метод.
26. Понятие психики и ее структура. Предмет психологии в отечественной психологии.
27. Адаптивная теория возникновения психики.

28. Теория возникновения психики Леонтьева – Фабри.
29. Психика животных и психика человека. Активность, поведение и деятельность.
30. Естественно-научные основы психики. Объективный и субъективный критерии психического (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн).
31. Понятие сознания (Б.М. Величковский), его функции и свойства.
32. Теории сознания Э. Тульвинга и Г. Фартинга.
33. Теория сознания А.Н. Леонтьева.
34. Понятие и структура самосознания. Модель самосознания В.В. Столина.
35. Локализация высших психических функций.
36. Теория функциональных систем П.К. Анохина.
37. Неосознаваемые процессы и их типология (Ю.Б. Гиппенрейтер).
38. Неосознаваемая установка (Д.Н. Узнадзе).
39. Сознание, предсознание и бессознательное (З. Фрейд).
40. Методы исследования неосознаваемых процессов (ассоциативный эксперимент и толкование сновидений).
41. Культурно-историческая теория Л.С. Выготского.
42. Принцип единства сознания и деятельности. Деятельностный подход (С.Л. Рубинштейн).
43. Общая теория деятельности А.Н. Леонтьева.
44. Операционный аспект деятельности.
45. Мотивационный аспект деятельности.
46. Виды деятельности. Общение как деятельность (Б.Ф. Ломов).
47. Человек как биопсихосоциальное существо.
48. Первичные и вторичные свойства индивида (Б.Г. Ананьев).
49. Понятие личности. Подходы к исследованию личности (К. Левин).
50. Биологическое и социальное в структуре личности (В. Штерн, К.К. Платонов).
51. Структура личности Э.А. Голубевой.
52. Потребности и мотивация (А. Маслоу, Э. Диси).
53. Понятие темперамента и его типологии (И. Кант, И.П. Павлов, Г.Ю. Айзенк).
54. Понятие характера и его черты (Б.М. Теплов).
55. Теории характера (Хейманс и Ле Сенна)
56. Акцентуации характера (К. Леонгард). Критерий Ганнушкина – Кербикова.
57. Понятие способностей и их виды (Б.М. Теплов, В.Н. Дружинин, М.А. Холодная).
58. Эмоции и чувства. Психофизиологические и когнитивные теории эмоций.
59. Состояния в структуре психики.
60. Модель личности «Большая пятерка».

ПРИМЕННЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ
ПО ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
для специальности «Психология»

Раздел II. Психические явления

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход.
2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант).
3. Физиологический и конституциональный подход.
4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка).
5. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт)
6. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера.
7. Черты характера (Б. М. Теплов).
8. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма.
9. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ).
10. Акцентуация характера и их типы (К. Леонгард и А.Е. Личко). Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков).
11. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности.
12. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина.
13. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень.
14. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная).
15. Уровни развития способностей. Одаренность.
16. Потребности и мотивы. Пирамида потребностей А. Маслоу.
17. Когнитивные теории мотивации. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Раяна.
18. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов).
19. Общая характеристика эмоций.
20. Базовые эмоции Томкинса – Изарда.
21. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо).
22. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов).
23. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский).
24. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера.
25. Психологическая структура волевого акта
26. Понятие и типология психических состояний (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев).
27. Оперативные, текущие и длительные состояния (А. О. Прохоров).

28. Понятие и типология когнитивных (познавательных) процессов (уровни организации, самостоятельность / несамостоятельность).
29. Ощущения как физический, физиологический и психический процесс.
30. Ощущения и виды ощущений (В. Вундт, Ч. Шеррингтон, Г. Хэд).
31. Психофизика и измерение ощущений (закон Вебера – Фехнера, законы С. Стивенса и Ю. М. Забродин).
32. Пороги ощущений. Абсолютный и дифференциальный порог ощущений. Экстрасенсорика.
33. Изменение ощущений (адаптация, сенсибилизация, синестезия, контраст).
34. Ведущая репрезентативная система и каналы переработки информации.
35. Понятие и свойства восприятия.
36. Экологическая теория восприятия Дж. Гибсона: аффорданс, перцептивное научение, градиент структуры.
37. Законы организации восприятия в гештальтпсихологии.
38. Виды восприятия (по ведущему анализатору и форме существования материи).
39. Восприятие цвета. Теории восприятия цвета (теория доминирующего, оптимального и природосообразного цветового круга).
40. Восприятие пространства. Монокулярные и бинокулярные признаки восприятия пространства.
41. Восприятие времени (хронометрия, хронология, хроногнозия). Закон восприятия времени У. Джеймса.
42. Теории восприятия времени (гипотеза Г. Хогланда, теория когнитивной сложности и когнитивно-аттенционная теория).
43. Восприятие движения.
44. Иллюзии восприятия. Виды иллюзий (по модальности и механизму возникновения).
45. Понятие внимания, его виды и свойства.
46. Внимание как контроль (П. Я. Гальперин).
47. Когнитивные модели внимания. Модель ранней селекции.
48. Модель поздней селекции и модель Э. Трейсман.
49. Факторы привлечения внимания.
50. Понятие, виды и процессы памяти в отечественной психологии (В. Д. Шадриков).
51. Процессы памяти в когнитивной психологии.
52. Развитие непосредственного и опосредствованного запоминания (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев).
53. Модель памяти Аткинсона–Шиффрина.
54. Мнемоника и мнемонисты. Приемы рационального запоминания
55. Понятие и виды мышления (Р. С. Немов, Дж. Брунер).
56. Теория интеллекта и мышления Дж. Брунера.
57. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже.
58. Мышление как способ решения задач.
59. Мышление как способ формирования понятий. Механизмы формирования понятий.

60. Речь и язык. Функции речи.
61. Психологические теории речи. Бихевиоризм и релятивизм.
62. Психологические теории речи. Преформизм и конструктивизм.
63. Понятие, виды и функции воображения.
64. Свойства образов воображения и способы их создания.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ

Общая психология: Практические задания (3 вопрос)

1. Студент купил себе квартиру. Одно неудобство солнечная сторона и прогреваемость помещения. В то же время такой вид из окна! Какие цвета должны преобладать и как называется эффект видимого понижения температуры? Обоснуйте своё предположение.
2. Согласно закономерностям возникновения отрицательного последовательного образа, если смотреть на красное яблоко на белой тарелочке, то белом потолке, переведя взгляд, мы увидим яблоко (какого цвета?). Как можно это использовать в продуктовом магазине и диетологии?
3. Объясните с точки зрения психологии ощущений адекватность рекомендации кота Матроскина: «Неправильно ты ешь бутерброд, надо есть колбасой вниз».
4. Если человеку завязать глаза и одеть на нос прищепку, то он будет не в состоянии отличить на вкус картошку от яблока, вино от кофе, сою от мяса. О чем может говорить указание на упаковке на присутствие пищевых добавок?
5. Какой душ вы посоветуете принять вашему другу в жаркий летний день: обжигающе холодный или горячий? Обоснуйте своё мнение.
6. Не всякий контроль есть внимание, но всякое внимание есть контроль. Смоделируйте ситуации, в которых это утверждение проявит себя в полной мере.
7. Аппетит приходит во время еды. Иллюстрацией какого вида внимания (и почему) может служить эта пословица?
8. К вам на консультацию пришли два человека, одному из них 15, другому 55 лет. Им предстоит сдать очень важный экзамен. Какую форму экзамена: по билетам или тест, вы посоветуете?
9. Два друга решили пойти в театр. Они приехали за час, но билетов не оказалось. Один их них посоветовал посмотреть спектакль по телевизору. Какие аргументы вы приведёте в пользу театра с точки зрения психологии восприятия?
10. Биас-тест позволяет дифференцировать образовательный процесс. Дайте индивидуальные рекомендации учителю и обучающемуся, исходя из результатов тестирования: АКДВ (учитель) и ВДАК (ученик).
11. Известно, что Л.С. Выготский выступал против увлечения наглядностью, проинтерпретируйте его позицию с точки зрения психологии восприятия и мышления.
12. Эффективность мультимедийной презентации зависит от наличия эффекта движения и преобладания изображений над текстом. Прокомментируйте это положение, исходя из когнитивной психологии.
13. Известно расхожее утверждение: «Повторение – мать учения». Почему специалисты в области психологии памяти не разделяют этого мнения. Дайте рекомендации как интенсифицировать процессы памяти.

14. Сейчас доминирует мода на реальную математику: преобладание в учебниках «задач с житейским заданием». Почему они действительно облегчают усвоение, но не способствуют развитию математического мышления? Каким классам при профильном обучении можно рекомендовать такую математику?

15. Тест «Профиль мышления» Дж. Брунера хорошо зарекомендовал себя в качестве диагностического инструментария. Назовите его сферу применения и укажите на его ограниченность.

16. Вы секретарь, ваш начальник задерживается. Собралась толпа в приёмной. Сколько времени вы посоветуете подождать? Почему?

17. Исходя из теории интеллекта Ж. Пиаже и Дж. Брунера объясните родителям обоснованность возвращения в школу канцелярских счёт и использование сенсорных мобильников.

18 Вас назначили психологом по подготовке космонавтов к встрече с представителями инопланетной цивилизацией. Какие два когнитивных процесса для них будут наиболее актуальны?

19. Речевые процессы предполагают говорение, письмо, слушание и чтение. Какая (какие) форма (формы) проведения экзамена наиболее эффективна с точки зрения названных процессов? Обоснуйте своё мнение.

20. Как вы реализуете в практике преподавания (консультирования) тезис Дж. Брунера: ребенка можно научить чему угодно и когда угодно, но только на языке ребёнка?

21. Ученик небрежно выполняет домашнее задание и по распоряжению родителей вынужден переписывать их заново. У него нет мотивации, сказал бы гуманистический психолог. Ребёнок делает то, что умеет возразил бы Р. Грин. Посмотри на это глазами педагогического психолога. Что ты порекомендуешь родителям?

22. Если человеку завязать глаза и положить на вытянутые руки два шара одинакового веса, но разного цвета, то ощущение тяжести окажется одинаково. Если он будет смотреть на них, то черный будет тяжелее белого. В какой профессиональной деятельности это можно использовать?

23. Преподаватель предложил студентам запомнить и воспроизвести 20 бессмысленных слогов. Этот опыт он повторил в 9 группах. Прочитав список слогов в последней группе, он решил и сам воспроизвести его вместе со студентами. Несмотря на то, что он читал 10 раз, а студенты слышали 1 раз, его результаты оказались хуже. Чем можно объяснить этот феномен? Как вы посоветуете готовиться студентам к экзаменам?

24. Согласно теории лингвистической относительности, язык определяет наш менталитет. Какое утверждение подтверждает, а какое противоречит положениям теории: а) люди, в языке которых нет названия определённого цвета, способны его различать; б) в языке эскимосов много названий снега, а русском и белорусском – одно? Какие практические выводы можно сделать из этого с точки зрения соотношения мышления и речи?

25. Чему равен коэффициент интеллекта шестилетнего ребёнка, если его умственный возраст соответствует 9 годам? Какое практическое значение имеет тестирование интеллекта для системы образования?

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
4. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ
5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ
6. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ
КРАТКИЙ КОНСПЕКТ ЛЕКЦИЙ

РАЗДЕЛ I. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ

Лекция 22. Теории личности

План

1. Типология теорий личности К. Левина. Принцип активности личности
2. Когнитивный агент. Способы описания личности (типы, факторы, черты) С. Клонингер
3. Модель Б. Г. Ананьева (индивид, личность, индивидуальность, субъект)
4. Теории личности К. К. Платонова и Э. А. Голубевой
5. Профиль личности согласно «Большой пятерки»

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Типология теорий личности К. Левина. Принцип активности личности

В 1936 Курт Левин (Kurt Lewin) вывел простое уравнение, изменившее представление о привычках и поведении человека. Оно имеет следующий вид поведение (B – Behavior) является функцией личности (P – Person) и окружающей среды (E – Environment).

$$B = f(P, E)$$

В контексте общей теории поля К. Левина поведение человека определяется взаимодействием двух сил: внутренних сил личности (собственные чувства человека, воспринимаемые желаниями, целями и способностями) и внешних сил или социального давления (восприятие человеком чужих ожиданий или желаний).

«Поле» как одно из важнейших понятий теории Левина стало не мозговым полем, изоморфным непосредственному личному опыту, а больше социальным окружением индивида. Несмотря на это, формула К. Левина, имеет бихевиористский оттенок B=f (P, E), то есть речь идет о поведении, которое зависит от взаимодействия личности и окружения.

Левин считал, что человек – сложное энергетическое поле, динамическая система потребностей и напряжений, которая определяет и направляет восприятие и действия (влияние гештальпсихологии). Концепция теории поля сложна для понимания. Сам Курт Левин писал, что «...психологи, которые, подобно мне, многие годы придерживались теории поля, так и не смогли сделать ее сущность достаточно ясной. Единственное оправдание этому я вижу в том, что задача очень непроста. ...К тому же понять вещи, подобные теории поля, и овладеть ими можно только на практике» (Левин, 1980). Возможно, свойственный ему визуальный (связанный со зрительными образами) стиль мышления способствовал созданию изображения жизненного пространства в форме эллипса (Hothersall, 1995). Сам же человек был представлен в форме круга, расположенного внутри эллипса. Именно эти эллипсы (а ученики Левина называли их «яйцами (картофелинами) Левина») некоторые психологи ассоциируют с самой теорией психологического поля.

Левинское «поле» как «жизненное пространство» включает в себя «личность и ее психологическое окружение». Психологическое (или поведенческое) окружение, правда, окружением в том смысле, как оно воспринимается и понимается личностью. Оно является окружением, которое соотносится с ее нынешними потребностями и квазипотребностями.

Таким образом, из теории К. Левина можно вывести три группы теорий личности: B=f (P); B=f (E) и B=f (P, E). Тем самым, он остановился у последней черты, отделяющей его теоретические положения от современных: роли активности самой личности: B=f (P, E) + A.

Формулу К. Левина полезно соотнести с аналогичной формулой Олпорта: личность = f (наследственность) + (среда).

2. Когнитивный агент. Способы описания личности (типы, факторы, черты) С. Клонингер

Под когнитивным агентом принято понимать думающего и делающего субъекта. Это понятие максимально тождественно современным представлениям о личности.

Сьюзен К. Клонингер определяет личность как индивидуальный опыт человека и внутренние мотивы, лежащие в основе его поведения. Развитие личности включает в себя переход от зависимого положения ребенка к самостоятельности, от подчиненного положения в семье – к равенству, от беспечности – к пониманию своей ответственности, от примитивных интересов – к сложным.

С. Клонингер различает три способа описания личности: типовой, факторный и посредством черт личности. Типы личности представляют собой категории людей со схожими характеристиками. То, что мы узнаем на основе типологического подхода представляет собой универсалии, это характерно для всех людей. Черта личности – характеристика, отличающая одного человека от другого. Она присуща ему в той или иной степени. В отличие от типов, черты личности охватывают более узкую область поведения человека. Результаты исследования посредством черт личности справедливы для отдельных личностей. Факторы – это результат обобщения черт личности. Их применение особенно продуктивно для анализа групп людей. Типовой и факторный подход, а также подход, основанный на теории черт, позволяют сравнивать личности (номотетический подход). С другой стороны, как утверждает С. Клонингер, ряд психологов исследуют личность, не фокусируясь на индивидуальных различиях. Они изучают только одного человека (идеографический подход). На практике этот подход в полном смысле невозможен и его результаты имеют ограниченное значение.

3. Модель Б. Г. Ананьева (индивид, личность, индивидуальность, субъект)

Как открытая система человек, находясь в постоянном взаимодействии с природой и обществом, осуществляет индивидуальное развитие своих человеческих свойств во взаимодействии с социумом. Одновременно человек – закрытая система вследствие внутренней взаимосвязанности свойств личности, индивидуальных и субъектных, составляющих то самое ядро его личности (самосознание и Я). Неповторимость индивидуальности проявляется в переходе внутренних тенденций и потенций в продукты творчества, деятельности личности, изменяющей окружающий мир и влияющей на его общественное развитие.

Б. Г. Ананьев считает, что в структуру личности входят такие свойства, как определенный комплекс коррелируемых свойств индивида (возрастно-половых, нейродинамических, конституционно-биохимических); динамика психофизиологических функций и структура органических потребностей, также относимых к индивидным свойствам. Высшая интеграция индивидных свойств представлена в темпераменте и задатках; статус и социальные функции-роли; мотивация поведения и ценностные ориентации; структура и динамика отношений.

Модель человека включает следующие компоненты: индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность.

Индивид – субъект, принадлежащий к человеческому роду, носитель биологических свойств. Врожденные особенности человека как представителя биологического вида, отличающие его от животного. Человек появляется на свет как индивид, включается в систему общественных отношений и становится личностью. Индивидуальность – неповторимость и своеобразие человека, характеристика развития его как индивида, субъекта деятельности и личности.

4. Теории личности К. К. Платонова и Э. А. Голубевой

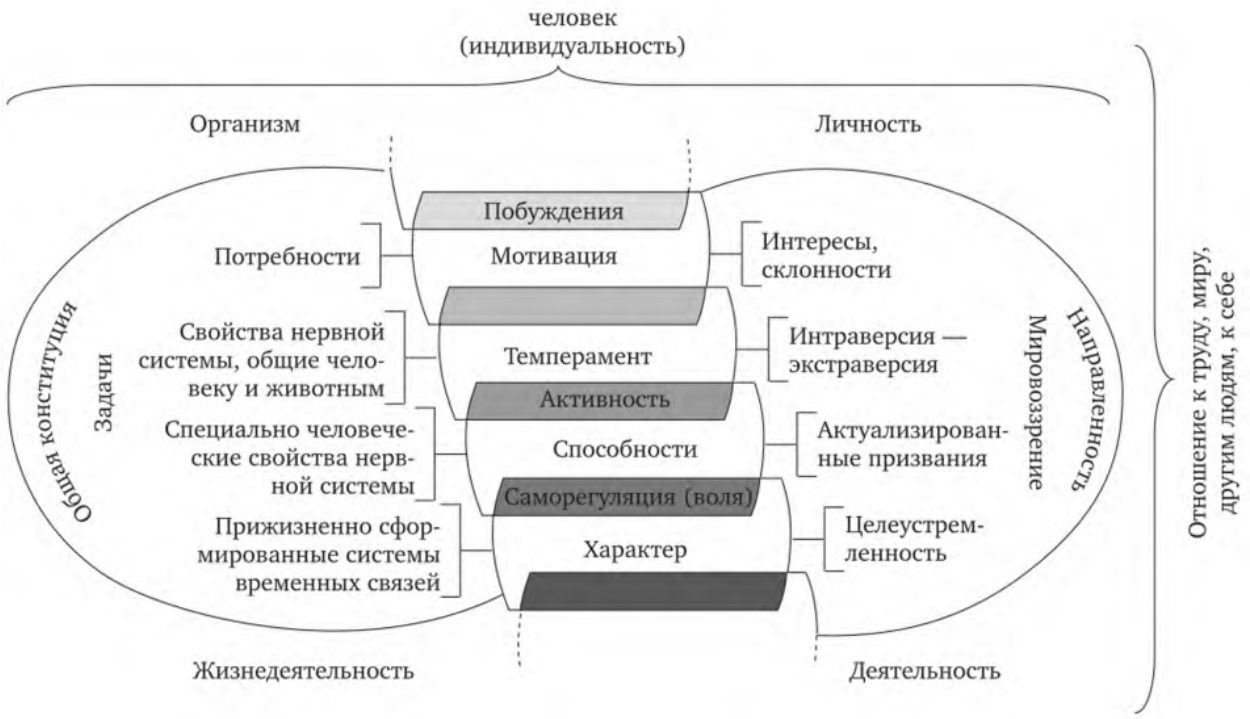
Наиболее общей структурой личности, согласно концепции динамической структуры личности К. К. Платонова, является отнесение всех ее особенностей и черт к одной из четырех групп, образующих 4 основные стороны личности:

- социально обусловленные особенности (направленность, моральные качества);
- личный опыт (объем и качество имеющихся ЗУН (знания, умения, навыки) и привычек);
- индивидуальные особенности различных психических процессов (внимание, память);
- биологически обусловленные особенности (темперамент, задатки, инстинкты и т.п.).

При этом 1 и 2 – социально обусловлены, 3 и 4 – генетически обусловлены. Все 4 стороны личности тесно взаимодействуют друг с другом. Однако, доминирующее влияние всегда остается за социальной стороной личности – ее мировоззрением, направленностью, потребностями, интересами, идеалами и эстетическими качествами.

Э. А. Голубева анализирует общие особенности типологического подхода и отмечает как одну из важнейших характеристик павловской типологии тенденцию к сопоставлению свойств высшей нервной деятельности (ВНД) и свойств специально человеческих типов: художника и мыслителя.

Она, опираясь на идеи предшественников, предлагает модель (рис), в основе которой лежат три универсальные составляющие способностей: активность, саморегуляция, направленность, и акцентирует связи способностей с другими подструктурами личности, включая мотивацию, темперамент и характер.



Она выделила основные подструктуры, структурообразующие признаки и системные свойства личности и индивидуальности человека, учитывающие в полном объеме все аспекты жизнедеятельности организма, с одной стороны, и психической деятельности личности в социуме и культуре, с другой. На схеме изображены три подструктуры индивидуальности: организм, поведение и личность. В первой центральное место занимают задатки, связанные с различными вариантами репрезентации активности нервной системы. В блок поведения наряду с уже описанными ранее способностями, активностью, саморегуляцией включены мотивация (побуждение), эмоциональность, темперамент и характер. В блоке личность в соответствие им ставятся интересы и склонности, а также актуализированные призвания. В сочетании с экстраверсией-интроверсией и целеустремленностью этот блок формирует такое важное образование как направленность личности. Индивидуальность в этой модели выступает как высший уровень иерархии по отношению к индивидному и личностному уровням.

5. Профиль личности согласно «Большой пятерки»

Большая пятёрка – диспозициональная модель личности человека, отражающая восприятие людей друг другом. В её основе лежит лексический

подход, использующий факторный анализ словесных описаний характеристик человека. К ним относят следующие факторы: экстраверсию, открытость, доброжелательность, добросовестность и невротизм. Эти характеристики в разной степени могут быть присущи или не присущи любой личности, а ещё их можно измерить. При этом они не влияют друг на друга и никак не взаимосвязаны.

Добросовестность включает надежность, ответственность, скрупулезность в работе, дисциплинированность, самоконтроль, организованность.

В экстраверсию входят черты, свойственные интровертам или экстравертам, – коммуникабельность, общительность, разговорчивость, стремление к компании и т. д.

В чем-то близко согласие, или сотрудничество, – эта группа посвящена тому, насколько человек стремится к социуму. Включенные в нее аспекты характеризуют то, приятна ли личность в общении, старается ли найти общий язык с другими или, напротив, грубит, отталкивает, обосабливается. Здесь же поднимаются вопросы того, умеет ли человек сочувствовать, понимать эмоции и чувства других людей, добр ли он, эгоистичен или нет.

Нейротизм – показатель эмоциональной стабильности / нестабильности, чувствительности, нервозности, беспокойности, раздражительности.

Открытость опыту передает то, готов ли человек к восприятию нового, нравится ли ему постигать, изучать что-либо, предрасположен ли он к фантазиям, креативности, насколько у него развито воображение.

Раздел II. Психические явления

Тема 2.1 Свойства личности

Лекция 1. Темперамент

План

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход.
2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант).
3. Физиологический и конституциональный подход.
4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка).
5. Свойства темперамента (Я. Стреляу, В. М. Русалов).
6. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт).

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 352 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход

Темперамент (от лат. – смесь, соразмерность) – врожденные особенности человека, которые обусловливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде.

Первую – гуморальную – теорию темперамента предложил древнегреческий врач Гиппократ. Согласно его точке зрения, темперамент зависит от преобладающей в организме человека определенной жидкости (гумор):

сангвиник: если преобладает кровь (сангвис), то темперамент будет сангвинический – энергичный, быстрый, жизнерадостный, общительный тип, легко переносящий жизненные трудности и неудачи;

холерик: если преобладает желчь (холе), то человек будет холериком – желчный, раздражительный, возбудимый, несдержанный, очень подвижный, с быстрой сменой настроения;

флегматик: если преобладает слизь (флегма), то темперамент флегматичный – спокойный, медлительный, уравновешенный тип, медленно, с трудом переключающийся с одного вида деятельности на другой, плохо приспосабливающийся к новым условиям;

меланхолик: если преобладает черная желчь (мелэна холе), то темперамент будет меланхолический – несколько болезненно застенчивый и впечатлительный тип, склонный к грусти, робости, замкнутости, быстро утомляющийся и чрезмерно чувствительный к невзгодам.

2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант)

Иммануил Кант дал формальное описание четырех типов темперамента, которые он разделил на две группы: сангвинический и меланхолический типы рассматривались им как темпераменты чувства; холерический и флегматический – как темпераменты действия. С современной точки зрения первых можно связать с такой характеристикой темперамента, как эмоциональность, а вторые – активность.

Сангвиник определялся. И. Кантом как человек веселого нрава, который представляет собой хорошего собеседника, умеет и любит общаться, легко заводит друзей. Такой человек полон надежд и веры в успех всех своих начинаний. Беззаботен и поверхностен, может придавать чему-то чрезмерное значение и тут же забывать об этом навсегда. Если расстраивается, то не испытывает глубоких отрицательных эмоций и быстро утешается. Обещает и не выполняет своих обещаний, так как не обдумывает заранее, способен ли он их исполнить. Это грешник: искренне раскаивается в содеянном, легко забывает о своем раскаянии и грешит снова. Работа его быстро утомляет, а занятия, которым он отдается, являются для него скорее игрой, чем серьезным делом.

Меланхолик характеризовался И. Кантом как человек мрачный. Он недоверчив и полон сомнений, готов во всем видеть повод для тревоги и опасений. Остерегается давать обещания, так как детально продумывает все трудности, связанные с их выполнением. Нарушить же данное слово он не может – ему это неприятно. Он редко веселится и не любит, когда веселятся другие.

Холерик – человек вспыльчивый. Он легко раздражается и впадает в ярость, но также легко и отходит, особенно если ему уступают. Очень активен; начав что-нибудь делать, действует энергично, однако этого запала ему хватает ненадолго; у него нет терпения и выдержки. Предпочитает руководить другими. Честолюбив, любит участвовать в различных церемониях, хочет, чтобы его все хвалили, поэтому окружает себя льстецами. Забота о других людях и великодушие у него показные: любит он только себя. Старается выглядеть умнее, чем есть на самом деле, и все время боится, что другие это поймут. Холерический темперамент больше, чем другие типы, вызывает противодействие со стороны окружающих, поэтому И. Кант считал, что его обладатели – несчастные люди.

Флегматик – хладнокровный, не подверженный аффективным вспышкам человек. Его недостатком оказывается склонность к бездеятельности (лень) даже в ситуациях, настоятельно требующих

активности. Но, начав какое-либо дело, он обязательно доводит его до конца. Благоразумен, придерживается принципов и воспринимается как мудрый человек. Нечувствителен к нападкам, не задевает тщеславия других людей, а потому уживчив. Однако может подчинить своей воле волю других людей, причем незаметно для них. И. Кант полагал этот тип темперамента самым удачным.

3. Физиологический и конституциональный подход

Конституционная теория темперамента появилась в начале XX в. Ее главная идея заключалась в установлении связи темперамента с врожденной конституцией (телосложением) человека. Конституционные теории опирались на наглядно различимые признаки в строении человеческого тела. Наиболее известные модификации данной теории принадлежат немецкому психиатру и психологу Эрнсту Кречмеру и американскому врачу и психологу Уильяму Шелдону.

Э. Кречмер выделил и описал четыре конституционных типа:

астеник – человек высокого роста, хрупкого телосложения, с плоской грудной клеткой. Плечи узкие, ноги и руки худые и длинные, кисти рук узкие, кожа дряблая. Астеники склонны к преждевременному старению;

пикник – человек среднего или малого роста, с богатой жировой тканью, большим животом, выпуклой грудной клеткой, круглой головой на короткой шее. Лицо широкое с мелкими чертами;

атлетик – человек высокого или среднего роста, пропорционального крепкого телосложения, с широкими плечами, хорошей мускулатурой, узкими бедрами. Голова держится прямо, лицевые кости выпуклые;

диспластик – человек неправильного телосложения, плохо сформировавшийся.

У. Шелдон обозначил три первичных компонента телосложения: эндоморфный, мезоморфный, эктоморфный. В основу своей классификации он положил соотношение видов тканей организма, развивающихся из трех зародышевых слоев: эндодермы, мезодермы и эктодермы.

Эндоморфный (преувеличенно развивается внутренний зародышевый слой, из которого формируются внутренние органы и жировые ткани) отличается круглой головой, крупными размерами внутренних органов, сферической формой тела, мягкостью тканей, ярко выраженными отложениями жиров. Мезоморфного (преимущественное развитие среднего зародышевого слоя, из которого формируются скелет, мускулы) характерны широкие плечи и грудная клетка, мускулистые руки и ноги, минимальное количество подкожного жира, мощная голова. Эктоморфный (преимущественное развитие внешнего зародышевого слоя, из которого

формируется нервная система и мозг; внутренний и средний зародышевый слои развивались в минимальной степени, поэтому но минимуму развиты кости, мускулы, жировые прослойки) олицетворяет худой человек, с вытянутым лицом, тонкими длинными руками и ногами, слабой мускулатурой и хорошо развитой нервной системой.

Конституционная теория отражает реально существующие связи между внешним обликом человека и его психическими особенностями. Вместе с тем она не позволяет выявить основу, по которой группируются определенные физические и психические свойства индивида в тот или иной тип темперамента.

Наиболее распространенной ныне является психофизиологическая теория И. П. Павлова, связавшая тип темперамента человека с типом его нервной системы. Он выделил четыре типа нервной системы: сильный, уравновешенный, подвижный; сильный, неуравновешенный; возбудимый; сильный, уравновешенный, инертный; слабый.

Выделив четыре типа нервной системы, Павлов сопоставил их с классическими типами темперамента, показав высокую степень соответствия между ними. Это дало ему основание для вывода: именно свойства нервной системы определяют давно описанные темпераменты.

Сангвиник (нервная система первого типа) – человек, легко приспосабливающийся к изменениям условий жизни. Реакции быстрые, обдуманные. Настроение уравновешенное, жизнерадостное. В высшей степени подвижен, общителен, часто меняет привязанности. Имеет широкий круг знакомств. При большом интересе к делу продуктивен, энергичен; в противном случае вял, скучен, неинтересен. Характеризуется высокой сопротивляемостью к различным трудностям.

Холерик (нервная система второго типа) – человек, нервная система которого характеризуется преобладанием возбуждения над торможением. Отличается энергичностью при недостатке выдержки и самообладания. Вспыльчив, несдержан, нетерпелив. Увлекаясь чем-то, полностью истощает свои силы и теряет интерес к начатому. Неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости: увлекшись каким-нибудь делом, он страстно, с полной отдачей работает, но сил ему хватает ненадолго, и, как только они истощаются, он дорабатывается до того, что ему все невмоготу. Появляется раздраженное состояние, плохое настроение, упадок сил и вялость. Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с отрицательными циклами спада, депрессии обусловливает неровность поведения и самочувствия, его повышенную подверженность к появлению невротических срывов и

конфликтов с людьми. Плохо приспособлен к деятельности, требующей спокойного темпа, плавных движений.

Флегматик (нервная система третьего типа) – человек, который очень медленно реагирует на любые раздражители, но устойчив, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям. Характеризуется уравновешенностью, стабильностью настроения и работоспособности. Спокоен, терпелив, выдержан. В мимике и интонациях невыразителен и однообразен. Сохраняет спокойствие даже при серьезных неприятностях, но иногда способен давать волю чувствам.

Меланхолик (нервная система четвертого типа) – человек, плохо сопротивляющийся воздействию сильных стимулов. Часто заторможен и пассивен. Отличается слабой выносливостью, тревожностью. Теряется в новой обстановке, среди новых людей.

Темперамент – внешнее проявление типа высшей нервной деятельности человека. В результате воспитания, самовоспитания это внешнее проявление может искажаться, изменяться, происходит «маскировка» истинного темперамента. «Чистые» типы темперамента встречаются редко, тем не менее преобладание той или иной тенденции всегда проявляется в поведении человека.

4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка)

Постепенно среди ученых все более крепло убеждение в том, что свойства темперамента наиболее отчетливо проявляются в тех формах поведения, которые непосредственно связаны с энергетическими тратами организма – со способами накопления и расходования энергии и количественными характеристиками этих процессов. Поэтому большинство исследователей темперамента обращали внимание прежде всего на эмоциональные и моторные реакции индивида, особенно подчеркивая их силу (интенсивность) и протекание во времени. Классическим примером такого подхода может служить типология темпераментов, предложенная В. Вундтом (W. Wundt). Он понимал темперамент как предрасположенность к аффекту.

Придерживаясь такого взгляда, В. Вундт выделил **два биполярных свойства** темперамента: силу и быстроту изменения (стабильность – нестабильность) эмоции, подчеркивая тем самым важное значение энергетической характеристики индивида. Сильные эмоциональные реакции в сочетании с эмоциональной нестабильностью образуют холерический темперамент, небольшая сила эмоциональных реакций в сочетании с их нестабильностью – сангвинический темперамент.

В. Вундт отошел от описательного подхода, выделив две характеристики, которые можно измерить. Автор высказал мысль о том, что каждый темперамент имеет свои положительные и отрицательные стороны.

Быстрота изменяемости чувства	Сила чувств	
	сильная	слабая
Быстрая	Холерик	Сангвиник
Медленная	Меланхолик	Флегматик

К. Юнг считал, что всякий человек стремится либо к восприятию объектов внешнего мира, либо стремится от них абстрагироваться. Это различие он назвал общим типом установки и поделил на экстравертную (направленную на восприятие внешнего мира) и интровертную (направленную преимущественно «внутрь себя»). Полагая, что не существует ни чистых экстравертов, ни чистых интровертов, он считал, что каждый индивидуум более склонен к одной из этих установок и действует преимущественно в её рамках. «Каждому человеку присущи оба механизма, экстраверсии и интроверсии, и лишь относительный перевес того или другого определяет тип», – пишет К. Юнг.

Очевидные недостатки популярных на Западе теорий темперамента Э. Кречмера и К. Юнга попытался «исправить» английский психолог Ганс Айзенк, который предложил рассматривать типологии этих двух ученых как систему из четырех координат.

Первую координату образует объектно-субъектная ориентация (от максимальной экстраверсии до максимальной интроверсии). Второй выступает шкала нормы – патологии. Средние величины патологии (психических отклонений) образуют неврозы, сильные – психозы. Третья координата – шкала маниакально-депрессивный психоз – шизофрения. Середина этой шкалы представлена нормальными психическими состояниями. Для одного типа темперамента таковые выступают синтонией (минимально выраженной циклотимией) и собственно циклотимией, для другого – дистонией и шизотимией. Средние величины психических отклонений образуют соответственно истерию и психастению, а максимальные – маниакально-депрессивный психоз и шизофрению. Четвертая координата образована тремя типами телосложения: пикническим, атлетическим и лептосомным. Заслуга Г. Айзенка состоит, во-первых, в подведении физиологической базы под чисто психологические типы К. Юнга, и, во-вторых, в том, что все психологические проявления – нормальные и патологические – рассматриваются как континуумы значений, а не как

крайние типы. Но и в этом случае одна из координат, относящаяся к типам телосложения, остается дискретной.

Описывая поведение экстравертов и интровертов, с одной стороны, и лиц с высоким и низким нейротизмом – с другой, Г. Айзенк построил свою модель типов темперамента. Тип темперамента, согласно этому автору, представляет собой один из четырех квадрантов при пересечении двух ортогональных шкал: экстраверсия – интроверсия; эмоциональная стабильность – лабильность.

Первая шкала характеризует индивида со стороны «открытости» внешнему миру, вторая – со стороны его эмоциональной устойчивости. Сочетание таковой с экстраверсией Г. Айзенк отождествляет с типом сангвиника; эмоциональной лабильности и экстраверсии – с холериком; эмоциональной устойчивости и интроверсии – с флегматиком, а эмоциональной лабильности и интроверсии – с меланхоликом.

В представленной модели отсутствуют такие характеристики темперамента, как эмоциональная возбудимость и реактивность.

5. Свойства темперамента (Я. Стреляу, В. М. Русалов)

Современный польский исследователь Ян Стреляу предложил рассматривать темперамент с точки зрения его роли в приспособлении человека к условиям жизни и деятельности. Он разработал регулятивную теорию темперамента.

Фундаментальными характеристиками темперамента Я. Стреляу считает следующие: реактивность – сила ответных реакций человеческого организма на воздействия (чувствительность и выносливость) или способность к работе; активность – интенсивность и длительность поведенческих актов, охват и объем предпринимаемых действий.

Основные положения теории Я. Стреляу:

Существуют относительно стабильные индивидуальные различия по отношению к формальным характеристикам поведения – интенсивности (энергетический аспект) и времени (темпоральный аспект).

Темперамент характеризует по качествам интенсивности и времени не только людей, но и в целом млекопитающих.

Темпераментальные характеристики есть результат биологической эволюции и потому должны иметь генетическую основу, которая и определяет их индивидуальные проявления.

Однако по мере взросления индивида и под действием особых средовых условий темперамент, считает Я. Стреляу, в определенных границах все же может изменяться. Психолог разработал специальный тест-опросник, который

был адаптирован отечественными психологами Н. Р. Даниловой и Ф. Г. Шмелёвым.

Специальную теорию индивидуальности, объясняющую формально-динамические характеристики личности, разработал В. М. Русалов, который уточнил некоторые положения концепции В. С. Мерлина. Согласно представлениям В. М. Русалова, темперамент – психосоциобиологическая категория, базовое образование психики, определяющее все богатство содержательных характеристик человека.

Характеристика темперамента: 1) темперамент отражает формальный аспект деятельности и не зависит от её цели, смысла, мотива; 2) характеризует индивидуально-типичную меру энергетического напряжения и отношение к миру и себе; 3) универсален и проявляется во всех сферах жизнедеятельности; 4) может проявляться уже в детстве; 5) устойчив в течение длительного периода жизни человека; 6) высоко коррелирует со свойствами биологических подсистем (нервной, гуморальной, телесной и т.д.); 7) передается по наследству.

При создании своей теории темперамента он опирался на учение П. К. Анохина об акцепторе действия (функциональной системе порождения и коррекции любого поведенческого акта) и на данные нейропсихофизиологии. В соответствии с четырьмя блоками функциональной системы П. К. Анохина: 1) афферентного синтеза (сбора сенсорной информации по всем каналам), 2) программирования (принятия решения), 3) исполнения и 4) обратной связи, – В. М. Русалов выделил 4 формально-динамических свойства темперамента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость, эмоциональность (чувствительность).

6. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт)

Темперамент в этой модели определяется как конституционально обусловленные индивидуальные особенности внимания, эмоций, двигательной активности и саморегуляции. Термин «конституциональный» в данном случае подчеркивает биологическую базу темперамента, которая формируется под влиянием генетических факторов, созревания и усвоения опыта. В описании темперамента выделяются три уровня: нейрональный, физиологический и поведенческий.

Центральными понятиями модели являются «реактивность нервной системы» (ее возбудимость) и «саморегуляция реактивности», которые выступают как своеобразная форма обобщения по отношению к физиологическому и нейрональному уровням. Эти понятия объединяют и конкретные специфические компоненты (в частности реактивность сердечно-сосудистой системы) и более общие, например, отрицательную

эмоциональность. Именно эти компоненты, с одной стороны, ограничивают общую реактивность в поведении и, с другой – сами ею ограничиваются. В свою очередь, названные выше понятия, интегрируясь, обеспечивают более высокий уровень в структуре индивидуальности – аффективно-мотивационную систему. Последняя, как и темперамент, представляет собой открытую систему. Содержание опыта будет влиять на ее формирование, создавая необходимость исследовать связи, возникающие между темпераментом и опытом. В качестве показателей реактивности и саморегуляции в этих исследованиях используются характеристики двигательной активности, эмоциональные реакции, особенности вокализации и мимики. Особое значение придается формальным показателям, к их числу относят: латентный период возникновения и порог реакций, их интенсивность, время достижения максимума реакции и время угасания.

Анализируя проблемы структуры и диагностики свойств темперамента, Мэри Ротбарт неоднократно подчеркивала незавершенный характер знаний о природе темперамента, выражая уверенность в выявлении новых граней и свойств этого конструкта.

Лекция 2–3. Характер

План

1. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера.
2. Черты характера (Б. М. Теплов).
3. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма.
4. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ).
5. Акцентуация характера. Типы акцентуаций характера (К. Леонгард и А.Е. Личко).
6. Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков)

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 352 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера

Характер (от греч. charakter – черта, признак, примета, особенность) - сочетание устойчивых психических особенностей человека, определяющих его поведение в жизненных обстоятельствах и в первую очередь – при взаимодействии с окружающими людьми. Характер тесно связан с другими сторонами личности человека, в частности, с темпераментом, который определяет внешнюю форму выражения характера. В наибольшей мере на характер влияют социальные условия, в которых сформировалась личность – именно поэтому у людей, сформировавшихся в схожих условиях, многие черты характера совпадают. В психологии различаются характеры определенные (с одной или несколькими доминирующими чертами) и неопределенные (без таких черт), противоречивые (предполагающие противоречия между осознанием целей деятельности и самой деятельностью) и цельные (без таких противоречий).

Характер – индивидуальное сочетание существенных свойств личности, выражающих отношение человека к действительности и проявляющихся в его поведении, в его поступках. Нет двух людей с одинаковым характером. Трудности, которые испытывают преподаватели, стремясь изучить характер учеников, обусловлены именно его неповторимостью у каждого.

Характер человека – то, что определяет его значимые поступки. Если определенные формы поведения не случайны для данного человека, а постоянно и устойчиво проявляются в типичных обстоятельствах, значит, они характерологичны. Поэтому, зная характер, можно предвидеть поведение человека в определенной ситуации. Мировоззрение личности составляет стержень характера. Люди без твердых убеждений никогда не могут иметь твердого характера.

Характер тесно связан с темпераментом. Темперамент влияет на форму проявления характера. От темперамента зависят многие черты характера, такие, как уравновешенность поведения, общительность, легкость или трудность включения в новую деятельность, выражение чувств. Однако тип темперамента не определяет сущности характера: флегматик может быть деятельным и трудолюбивым, а сангвиник суетливым и бесплодным.

И. П. Павлов рассматривал характер как «сплав» врожденных и приобретенных форм поведения. При этом он подчеркивал решающее значение среды и воспитания в формировании характера.

2. Черты характера (Б. М. Теплов)

Характер человека определяется его отношением к: коллективу и отдельным людям; труду и достижению целей; самому себе; вещам и деньгам.

Отношение к коллективу и отдельным лицам (родным, друзьям, малознакомым) обнаруживается в коллективизме, гуманности, чуткости, доброте, отзывчивости, честности, скрытности и т. д. Характер может быть понят и раскрыт только в общении с другими людьми.

Отношение к труду находит выражение в таких чертах характера как трудолюбие, добросовестность, аккуратность, инициативность, инертность, небрежность, косность, лень. Отношение к препятствиям в трудовой деятельности проявляется в волевых чертах характера: целеустремленности, выдержке и самообладании, настойчивости и упорстве, смелости и решительности, инициативности и самостоятельности.

Отношение к самому себе находит выражение в таких чертах характера как скромность, самокритичность, застенчивость, робость, чувство достоинства, гордость, самомнение, честолюбие, уровень притязаний.

Отношение к вещам, деньгам раскрывается в таких чертах характера как аккуратность, неряшливость, расточительность, бережливость, жадность, организованность, честность и других.

Отрицательными чертами характера являются повышенное самомнение, высокомерие и хвастовство. Человек, обладающий этими чертами, обычно неуживчив в коллективе, невольно создает в нем конфликтные ситуации. Нежелательна и другая крайность в характере человека – недооценка своих достоинств, робость в высказывании своих позиций и отстаивании взглядов. Скромность и самокритичность должны сочетаться с чувством собственного достоинства, основанном на сознании действительной значимости своей личности.

3. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма

Позитивной реакцией на критику стали проводившиеся уже в начале XX в. исследования, сводящиеся к «чистому» психологическому описанию (или характеристике) свойств темперамента и характера, абстрагирующемуся от строения и функции организма. Одной из первых в этом ряду стала теория, принадлежащая голландским психологам Г. Хеймансу и Е. Вирсме (G. Heymans, E.D. Wiersma).

Стремясь избежать всяких ссылок на конституцию и упреков в отсутствии объективности, чем грешили почти все типологии, эти авторы разработали специальный опросник, содержащий 90 вопросов, и с его помощью обследовали 2500 лиц (взрослых и детей). На основании полученных данных они выделили три основные, биполярные характеристики темперамента (характера):

эмоциональность – отсутствие эмоциональности. Это свойство определяется измерением частоты и силы эмоциональных реакций по отношению к ситуациям, вызвавшим эти реакции;

активность – пассивность. Основанием для оценки данного свойства выступает активность в труде, в школе или дома, способ проведения досуга (активный – пассивный), отношение к обязанностям (выполняет задания немедленно – откладывает их в долгий ящик);

первичная функция – вторичная функция. Люди с развитой первичной функцией сильно и немедленно реагируют на стимулы окружающей среды, причем эффект этих реакций быстро угасает. Напротив, у индивидов, которым свойственна вторичная функция, первоначальная реакция на раздражитель слабая, затем она постепенно усиливается и сохраняется более длительное время; поэтому лиц такого типа часто называют персеверативными (от англ. perseverance – «стойкость, настойчивость, упорство»). Исследователи иногда обращают внимание на аналогию между первичной функцией и экстраверсией, вторичной функцией и интроверсией. Так, люди с преобладанием первичной функции (экстраверты, по терминологии Г. Айзенка) оцениваются как импульсивные, легко примиряющиеся, находящиеся в постоянном движении, шутливые, поверхностные, с легкостью устанавливающие контакт с окружением. Индивиды с преобладанием вторичной функции (интроверты) – люди серьезные, спокойные, выдержанные, замкнутые, педантичные, добросовестные, склонные к депрессии.

4. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ (Фанк))

Э. Фромм описал пять типов социального характера, разделив их на неплодотворные и плодотворные. К неплодотворным относятся рецептивная, эксплуататорская, стяжательская и рыночная ориентации, а плодотворная ориентация – к плодотворным. Однако эти типы не существуют в чистом виде, а сочетаются у людей в разных пропорциях.

Рецептивные типы убеждены в том, что источник всего хорошего в жизни находится вне их самих. Они открыто зависимы и пассивны, не способны делать что-либо без посторонней помощи и думают, что их основная задача в жизни – скорее быть любимыми, чем любить. Рецептивных

индивидуумов можно охарактеризовать как пассивных, доверчивых и сентиментальных. Если отбросить крайности, то люди с рецептивной ориентацией могут быть оптимистичными и идеалистичными.

Эксплуатирующие типы берут все, что им нужно или о чем они мечтают, силой или изобретательностью. Они тоже неспособны к творчеству, и поэтому а добиваются любви, обладания, идей и эмоций, заимствуя все это у других. Негативными чертами эксплуатирующего характера являются агрессивность, надменность и самонадеянность, эгоцентризм и склонность к соблазнению. К положительным качествам относятся уверенность в себе, чувство собственного достоинства и импульсивность.

Накапливающие типы пытаются обладать как можно большим количеством материальных благ, власти и любви; они стремятся избегать любых поползновений на свои накопления. В отличие от первых двух типов, «накопители» тяготеют к прошлому, их отпугивает все новое. Они напоминают анально-удерживающую личность по Фрейду: ригидные, подозрительные и упрямые. У них есть и некоторые положительные особенности – предусмотрительность, лояльность и сдержанность.

Рыночный тип исходит из убеждения, что личность, оценивается как товар, который можно продать или выгодно обменять. Эти люди заинтересованы в сохранении приятной внешности, знакомствах с нужными людьми и готовы продемонстрировать любую личностную черту, которая повысила бы их шансы на успех в деле продажи себя потенциальным заказчикам. Их отношения с окружающими поверхностны, их девиз – «Я такой, каким вы хотите меня видеть». Кроме предельной отстраненности, рыночная ориентация может быть описана с помощью следующих ключевых черт характера: оппортунистический, бесцельный, бестактный, неразборчивый в средствах и опустошенный. Их положительные качества – открытость, любознательность и щедрость.

В противоположность непродуктивной ориентации, продуктивный характер представляет собой, с точки зрения Фромма, конечную цель в развитии человека. Независимый, честный, спокойный, любящий, творческий и совершающий социально-полезные поступки. Из работ Фромма видно, что он рассматривал эту ориентацию как ответ на противоречия человеческого существования, присущие обществу. В ней проявляется способность человека к продуктивному логическому мышлению, любви и труду. Благодаря продуктивному мышлению люди узнают, кто они такие, и поэтому освобождаются от самообмана. Сила продуктивной любви дает возможность людям горячо любить все живое на Земле (биофилия). Фромм определял биофилию с помощью таких качеств, как забота, ответственность, уважение и знание. Наконец, продуктивный труд обеспечивает возможность производства

предметов, необходимых для жизни, благодаря творческому самовыражению. Результатом реализации всех вышеперечисленных сил, свойственных всем людям, является зрелая и целостная структура характера.

Продуктивная ориентация в гуманистической теории Фромма – идеальное состояние человека. Вряд ли кто-нибудь достигал всех характеристик продуктивной личности. В то же время Фромм был убежден, что в результате коренной социальной реформы продуктивная ориентация может стать доминирующим типом в любой культуре. Совершенное общество рисовалось Фромму таким, в котором находят удовлетворение базисные потребности человека. Он называл это общество гуманистическим общинным социализмом.

Новый предложенный Фанком и основанный на адаптации к постмодернистскому обществу тип социального характера назван им «Я-ориентация» («ориентация на себя») и является логическим продолжением фроммовской типологии социального характера.

«Ориентированная на себя личность страстно стремится к свободному самоопределению, спонтанности, автономности, к снятию каких-либо запретов или условий. Решающим мотивом для современной личности является желание создания собственной, специфической, сфабрикованной реальности, отличающейся от окружающего мира и носящей отпечаток личной индивидуальности согласно лозунгу: «Пока ты не сделал что-то из себя, ты – ничто!»».

Таким образом, основной чертой нового типа социального характера является стремление к созданию собственной, отличной от изначально данной действительности, поэтому в восприятии современной личности нет ничего постоянного и истинного, реально лишь то, что утверждает «Я».

В своем анализе современного социального характера Райнер Фанк последовательно придерживается синтетического подхода, сочетающего в себе социологическую и психоаналитическую перспективы. В основу своего социологического взгляда он положил представления о постмодернистском обществе двух немецких социологов – У. Бэка и его концепцию «общества риска» и Г. Шульце и его трактовку современного «общества благосостояния» и идею формирования единого стиля жизни.

Р. Фанк выделяет три ключевых социальных фактора формирования постмодернистского характера:

1. Потребительская ориентация рынка: формирование искусственных, ареальных потребностей у личности, виртуализация, продажа чувств и эмоций.

2. Технические инновации, цифровые технологии, расширяющие границы пространства и времени, делающие возможным продуцирование

новых реальностей, превосходящих по своей силе и интересу подлинную реальность.

3. Суггестивное влияние на человеческое поведение, чувства, восприятие, вкусы людей, манипулирование и внушение.

Психоаналитическая составляющая исследования Фанка основана, прежде всего, на традиции, заложенной Э. Фроммом, и предполагает исследование глубинных, неосознаваемых черт социального характера. Ориентированный на себя постмодернистский тип личности перенимает многие черты рыночной ориентации (гибкость, спонтанность, креативность), однако если цель рыночного типа – подходить под требования рынка и подстраиваться под его условия, то цель постмодернистской личности – фабрикация реальности для себя как самоцель (А.А. Араблинская).

5. Акцентуация характера. Типы акцентуаций характера (К. Леонгард и А.Е. Личко)

Акцентуация характера – это чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющая крайний вариант психической нормы. Акцентуации характера могут содействовать развитию психогенных расстройств, ситуативно обусловленных патологических нарушений поведения, неврозов, психозов. Однако следует отметить, что акцентуацию характера ни в коем случае нельзя отождествлять с понятием психической патологии. Жесткой границы между условно нормальными, «средними» людьми и акцентуированными личностями не существует.

Выявление акцентуированных личностей в коллективе необходимо для выработки индивидуального подхода к ним, для профессиональной ориентации, закрепления за ними определенного круга обязанностей, с которыми они способны справляться лучше других (в силу своей психологической предрасположенности)

Основные типы акцентуации характеров и их сочетаний (К. Леонгард):

Истероидный или демонстративный тип, его основные особенности — эгоцентризм, крайнее себялюбие, ненасытная жажда внимания, потребность в почитании, в одобрении и признании действий и личных способностей.

Гипертимный тип – высокая степень общительности, шумливость, подвижность, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству.

Астеноневротический – повышенная утомляемость при общении, раздражительность, склонность к тревожным опасениям за свою судьбу.

Психостенический – нерешительность, склонность к бесконечным рассуждениям, любовь к самоанализу, мнительность.

Шизоидный – замкнутость, скрытность, отстраненность от происходящего вокруг, неспособность устанавливать глубокие контакты с окружающими, необщительность.

Сенситивный – робость, стеснительность, обидчивость, чрезмерная чувствительность, впечатлительность, чувство собственной неполноценности.

Эпилептоидный (возбудимый) – склонность к повторяющимся периодам тоскливо-злобного настроения с накапливающимся раздражением и поиском объекта, на котором можно сорвать злость. Обстоятельность, низкая быстрота мышления, эмоциональная инертность, педантичность и скрупулезность в личной жизни, консервативность.

Эмоционально-лабильный – крайне изменчивое настроение, колеблющееся слишком резко и часто от ничтожных поводов.

Инфантильно-зависимый – люди, постоянно играющие роль «вечного ребенка», избегающие брать на себя ответственность за свои поступки и предпочитающие делегировать ее другим.

Неустойчивый тип – постоянная тяга к развлечениям, получению удовольствий, праздность, безделье, безволие в учебе, труде и выполнении своих обязанностей, слабость и трусливость.

Одна из классификаций характера принадлежит известному отечественному ученому А. Е. Личко. Она построена на основе наблюдений за подростками.

Акцентуация характера, по Личко, – это чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в психологии и поведении человека, граничащие с патологией. Такие акцентуации, как временные состояния психики, чаще всего наблюдаются в подростковом и раннем юношеском возрасте. При взрослении ребенка особенности его характера, проявляющиеся в детстве, остаются достаточно выраженными, теряют свою остроту, но с возрастом вновь могут проявиться отчетливо (особенно если возникнет заболевание).

Выраженность акцентуации может быть рахитичной: от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни – психопатии. Психопатия – болезненное уродство характера (при сохранении интеллекта человека), в результате чего резко нарушаются взаимоотношения с окружающими людьми. Но, в отличие от психопатии, акцентуации характера проявляются непостоянно, с годами могут совершенно сгладиться, приблизится к норме. Акцентуации характера чаще всего встречаются у подростков и юношей (50–80%), поскольку именно эти периоды жизни наиболее критические для формирования характера, проявления неповторимости, индивидуальности.

Затем акцентуации могут сглаживаться или, напротив, усиливаться, перерастая в неврозы или психопатию.



Рис. Схема акцентуации характера по Е. Филатовой и А.Е. Личко

6. Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков)

Клинические признаки психопатий (триада Ганнушкина – Кербикова):

1) выраженность патологических свойств личности до степени нарушения социальной адаптации;

2) их относительная стабильность, малая обратимость;

3) тотальность патологических черт личности, определяющих весь психический облик.

Психопатии – патология характера, при которой у субъекта наблюдается практически необратимая выраженность личностных свойств, препятствующих его адекватной адаптации в социальной среде.

Различают психопатии ядерные (врожденные или конституциональные) и приобретенные. Последние возникают как следствие травмы головного мозга, инфекции, интоксикации, психотравмы. Конституциональные психопатии обусловлены врожденной неполноценностью нервной системы, вызванной факторами наследственности, вредностями, воздействующими на плод, родовой травмой и т. п. Конституциональные психопатии проявляются уже в детском возрасте в виде нарушений эмоционально-волевой сферы, при этом интеллект может быть относительно сохранным.

Степень выраженности психопатии во взрослом возрасте зависит от условий воспитания и влияния окружающей среды. Проявления психопатии разнообразны.

Лекция 4–5. Способности

План

1. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности
2. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина
3. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень
4. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная)
5. Способности как свойства личности (В. Д. Шадриков)
6. Уровни развития способностей. Одаренность

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : АСТ, 2020. – 352 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности

По Б. М. Теплову, способности – это индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого и имеющие отношение к успешности выполнения деятельности. 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. Н. А. Менчинская полагает, 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.

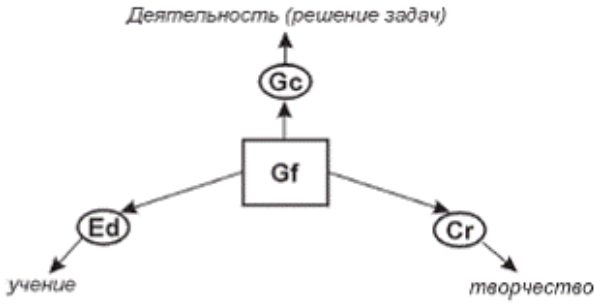
Основу способностей составляют задатки. Задатки – природные предпосылки, которые являются условием развития способностей не только в смысле того, что они придают своеобразие процессу их развития, но и в смысле того, что они в известных пределах могут определять содержательную сторону и влиять на уровень достижений. К задаткам относятся не только анатомо-морфологические и физиологические свойства мозга, но и психические свойства в той степени, в которой они прямо и непосредственно обусловлены наследственностью

2. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина

Общие способности – это благоприятные возможности развития таких особенностей психики человека, которые одинаково важны для многих видов деятельности. К их числу относятся: общий уровень интеллектуального развития, внимательность, память, волевые качества, грамотная речь, работоспособность и др.

Специальные, или профессиональные, способности – это возможности к развитию отдельных психических качеств для конкретного вида деятельности: музыкальные, математические, лингвистические, спортивные и т. д. Они предполагают для своего развития упорную и длительную тренировку.

Привлекательность диагностики общих, а не специальных способностей состоит в том, что есть возможность решить «одним махом» ряд проблем, поскольку общие способности необходимы для любой деятельности и, по мнению многих исследователей, вносят основной вклад в детерминацию успешности.



Типичной является теория «интеллектуального порога» Г. Перкинса, который на основании массы корреляционных исследований утверждает, что для овладения каждой деятельностью нужен необходимый и достаточный уровень интеллекта. Если интеллект у индивида ниже этого уровня, индивид не может работать, но превышение интеллекта над необходимым уровнем не дает прироста продуктивности. Различия продуктивности у лиц, чей интеллект превышает «пороговый» уровень будут определяться мотивацией, личностными чертами и т. д., но не различиями интеллекта. Главное: этот эффект относится к любой деятельности (трудовой, учебной и пр.).

Аналогична концепция креативности, авторами которой считаются Д. Гилфорд, Е. П. Торренс, Д. Б. Богоявленская. Они подчеркивают, что креативность является общей особенностью личности (способностью, диспозицией, чертой – в терминологии авторы расходятся) и влияет на творческую продуктивность независимо от сферы проявления личностной активности.

Наконец, при прогнозировании успешности школьного и вузовского обучения многие психологи приходили к выводу о существовании обучаемости как некоторой общей способности к обучению, независимой от интеллекта и креативности. Известно, что корреляции креативности и академической успеваемости очень малы, а личностные качества «идеального отличника» и «творческого человека», по данным эмпирических исследований, полярны. Корреляции между уровнем общего интеллекта и академической успешностью имеют большой разброс и зависят от методики диагностики интеллекта, особенностей выборки.

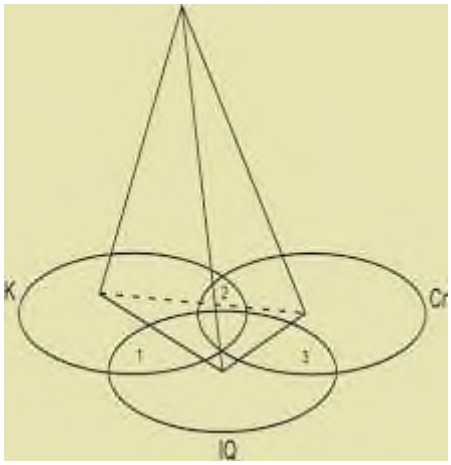
Д. Кеттелу не удалось выявить с помощью факторного анализа общую обучаемость как способность, аналогичную общему интеллекту. Он коррелировал величины прироста выполнения качественно различных навыков после тренировки. Однако отрицательный результат не помешал ему использовать в своей методике диагностики интеллекта индекс тренируемости наравне с коэффициентом общего интеллекта. Индекс тренируемости равен разности результатов выполнения первой и второй частей теста, которые аналогичны.

Включая в структуру общих способностей интеллект, креативность и обучаемость, утверждает Д. Н. Дружинин, мы основывались на трехкомпонентной модели когнитивного процесса.

3. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень

Модель общих способностей включает интеллект, креативность и компетентность. Каждая из них может быть выражена на имплицитном

(круги) и эксплицитном (треугольник) уровнях. Грани треугольника (1, 2, 3) допускают определенную интеграцию содержания понятий. В результате речь может идти о креативном интеллекте, интеллектуальной креативности, интеллектуальной и креативной компетентности.



Модель имеет двухуровневый характер: когнитивный и метакогнитивный, последний предполагает единый механизм функционирования общих способностей.

4. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная)

М. А. Холодная в книге «Психология интеллекта: парадоксы исследования» выделяет четыре основных аспекта функционирования интеллекта, характеризующие четыре типа интеллектуальных способностей: конвергентные способности, дивергентные способности (или креативность), обучаемость и познавательные стили (Холодная, 2002).

Кроме того, она выделяет шесть типов интеллектуально одаренных людей:

1) с показателем общего интеллекта более 135–140 единиц;

2) с высоким уровнем академической успешности;

3) с высоким уровнем развития творческих интеллектуальных способностей - показателей быстроты порождения идей и их оригинальности;

4) с высокой степенью успешности в выполнении тех или иных видов деятельности;

5) с экстраординарными интеллектуальными достижениями;

6) с экстраординарными интеллектуальными возможностями, связанными с анализом, оценкой и предсказанием событий обыденной жизни людей.

5. Способности как свойства личности (В. Д. Шадриков)

Понятие «способность» является психологической конкретизацией категории свойства – психической функциональной системы, процесс функционирования которой (психический процесс) обеспечивает достижение некоторого полезного человеку результата. Способности можно определить как свойства функциональных систем, реализующих отдельные психические функции, имеющих индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии освоения и реализации отдельных психических функций.

При определении индивидуальной меры выраженности способностей целесообразно придерживаться тех же параметров, что и при характеристике любой деятельности: производительности, качества и надежности (в отношении рассматриваемой функции). Поскольку психический процесс (в том числе – познавательный) является временной характеристикой функционирования соответствующей системы, то В. Д. Шадриков сводит способности к способностям мыслительным, способностям восприятия, памяти и так далее. Способности, понимаемые по В. Д. Шадрикову, являются общими в смысле отнесенности к конкретным видам деятельности: не существует, с этой точки зрения, «летных», «кулинарных», «музыкальных», «педагогических» и прочих способностей.

Правда, В. Д. Шадриков вводит понятие общей одаренности, определяя ее как пригодность к широкому кругу деятельностей или сочетание способностей, от которых зависит успешность разных деятельностей, но и в этом случае общее не предшествует частному, а наоборот есть результат «сборки» отдельных элементов.

Принцип «общее предшествует частному», который является результатом развития общего в процессе дифференцировки, является принципом систем, наиболее освоенных современной психологией (В. Н. Дружинин).

6. Уровни развития способностей. Одаренность

Общие способности нередко называют одаренностью. Одаренность может проявляться в различных видах жизнедеятельности: в интеллектуальной, академической (способность обучаться), творческой деятельности, в социальной сфере (лидерство, общение), духовной жизни, психомоторике (движение). Одаренных людей отличает внимательность, собранность, постоянная готовность к деятельности, им свойственна настойчивость в достижении цели, неуемная потребность трудиться, а также интеллект, превышающий средний уровень.

Одаренность – наличие у человека ярко выраженных задатков к развитию способностей. Одаренность не является единственным фактором, обеспечивающим выбор и успешность выполнения деятельности. Помимо одаренности человек должен обладать соответствующими навыками и умениями. Развитие способностей происходит в деятельности и проявляется как талант и гениальность.

Талант – высокий уровень развития способностей человека, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности. Отдельная изолированная способность, даже очень высокоразвитая, не может быть названа талантом. Например, наличие феноменальной памяти. Так, в медицинской практике описан случай с человеком, который ничего не мог забыть, он дословно мог передать содержание статьи, прочитанной несколько дней назад, и при этом не мог выразить ни одной собственной мысли. Талант – определенное сочетание способностей, их совокупность. При относительной слабости какой-либо способности она может быть компенсирована другой. По мнению Е. П. Ильина, компенсация может осуществляться через приобретаемые знания или умения, формирование типичного стиля деятельности либо благодаря другой более развитой способности.

Гениальность – высший уровень развития у человека каких-либо способностей, делающий его выдающейся личностью в соответствующей области или сфере деятельности. Редкое появление и неординарность гениального человека породили множество попыток объяснения этого феномена. Так, одни относят гениев к медиумам, с чьей помощью некое высшее существо сообщает человечеству результаты своих неповторимых размышлений. Другие считают, что проявление гениальности связано с определенными нарушениями психики. Например, лихорадочное состояние гениев во время творчества сходно с маниакальным возбуждением, а характерные признаки паранойи (эгоцентризм, повышенное чувство собственного достоинства, излишняя настойчивость в своих действиях, отсутствие угрызений совести, приверженность одной идее) – типичные характеристики гения. Некоторые психологи считают, что человеческий мозг несет в себе огромную, пока далеко не используемую избыточность природных возможностей и что гениальность – это не отклонение от нормы, а напротив, высшая полнота проявления природных возможностей.

Тема 2.2. Регулятивные процессы психики

Лекция 6. Мотивация

План

1. Потребности и мотивы.
2. Пирамида потребностей А. Маслоу.
3. Теория мотивации К. Альдерфера.
4. Когнитивные теории мотивации. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Раяна.
4. Мотивация как диспозиция и активация (Е.Д. Фергюсон). Теория фокуса регуляции Т. Хиггинса.
5. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов)

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Потребности и мотивы

Потребности – субъективные явления, побуждающие к деятельности и представляющие собой отражение нужды организма в чем-либо. Все многообразие потребностей может быть сведено к двум основным классам: биологические (витальные) и информационные (лежащие в основе социальных потребностей).

Биологические потребности являются легко и быстро насыщаемыми. Регулирующая функция биологических потребностей ограничена, так как они определяют поведение в сравнительно небольшие отрезки времени, в течение которых происходит удовлетворение потребностей. Если бы животное или человек действовали под влиянием только этих потребностей, то их активность была бы очень ограниченной.

Информационные потребности (к ним относятся и познавательные, и социальные) являются ненасыщаемыми или значительно менее насыщаемыми по сравнению с биологическими потребностями. Поэтому их регулирующая функция по отношению к поведению человека является неограниченной.

Биологические потребности имеют индивидуалистический, эгоцентрический характер, ставят особь в конкурентные, враждебные отношения с другими особями. Информационные потребности, как правило, не ведут к возникновению конкурентных отношений между людьми. Удовлетворение информационной потребности за счет какого-либо объекта никак не сказывается на самом объекте. Эта потребность имеет вторую сторону: поделиться информацией с другими людьми.

Мотивация – побуждения, вызывающие активность организма и определяющие ее направленность. Мотивацию принято понимать в широком и узком смысле слова. В широком смысле, мотивация – то, что связано с причинами и механизмами целенаправленного поведения человека. Можно также говорить о мотивировке как рациональном объяснении субъектом причин действия. Она выступает в качестве средства осознания истинных мотивов.

Мотив – это выбор направленности деятельности, определяемой актуальными потребностями, а также возможностями и ограничениями, заложенными в ситуации. Мотив – это побуждение к действию. Так, Ж. Годфруа определяет мотив как «соображения, по которым субъект должен действовать».

2. Пирамида потребностей А. Маслоу

А. Маслоу выстроил иерархию мотивов по степени их близости к удовлетворению витальных потребностей. В основе иерархии лежит необходимость поддерживать физиологический гомеостаз; выше – мотивы самосохранения; далее – уверенность, престижность, любовь. На вершине иерархии – познавательные и эстетические мотивы, ведущие к развитию способностей и самоактуализации личности.

Иерархия фундаментальных потребностей по А. Маслоу может быть представлена их следующей последовательностью:

- физиологические потребности (пища, вода, сон и т.п.);
- потребность в безопасности (стабильность, порядок);
- потребность в любви и принадлежности (семья, дружба);
- потребность в уважении (самоуважение, признание);
- потребность в самоактуализации (развитие способностей).

Ее явным недостатком является жесткость структуры, очевидным достоинством – то, что нисходящая линия мотивов представляет собой этапы деградации личности.

3. Теория мотивации К. Альдерфера

Теория мотивации психолога Йельского университета Клейтона Альдерфера касается психофизиологических процессов, которые побуждают человека к действию. По мнению Альдерфера, человеком движут три основных потребности: Потребность существовать – Existence. Потребность связи, общения с другими – Relatedness. Потребность роста, личного развития – Growth. Из-за первых букв названий каждой потребности на английском языке теорию мотивации Альдерфера ещё называют ERG-теорией (Источник: https://www.hr-director.ru/article/67732-teoriya-motivatsii-erg-alderfera-20-m7).

В пирамиде Альдерфера, так же как и у Маслоу, все потребности расположены иерархически – от низших к высшим. Но в отличие от Маслоу, Альдерфер считал, что человек двигается по пирамиде в любом направлении. Если не удалось удовлетворить высшие потребности (Рост), человек спускается на уровень ниже и удовлетворяет потребности Связи и Существовании. Возможно и обратное движение. Человек двигается вверх, если низшие потребности удовлетворены.

4. Когнитивные теории мотивации. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Раяна

Самостоятельная работа значительно ускоряет процессы социализации и профессионального становления, без самостоятельности нет творчества. В динамично меняющемся мире необходим специалист критически мыслящий, креативный и устремленный в будущее. Необходима здоровая, а не скованная оковами «здесь и сейчас» невротическая личность. Сворачивая программы внедрения инновационных технологий (в том числе СРС), мы неосознанно реализуем наше желание иметь в лице студента послушного ребенка того возраста, когда он еще не произнес свое сакральное «Я – сам».

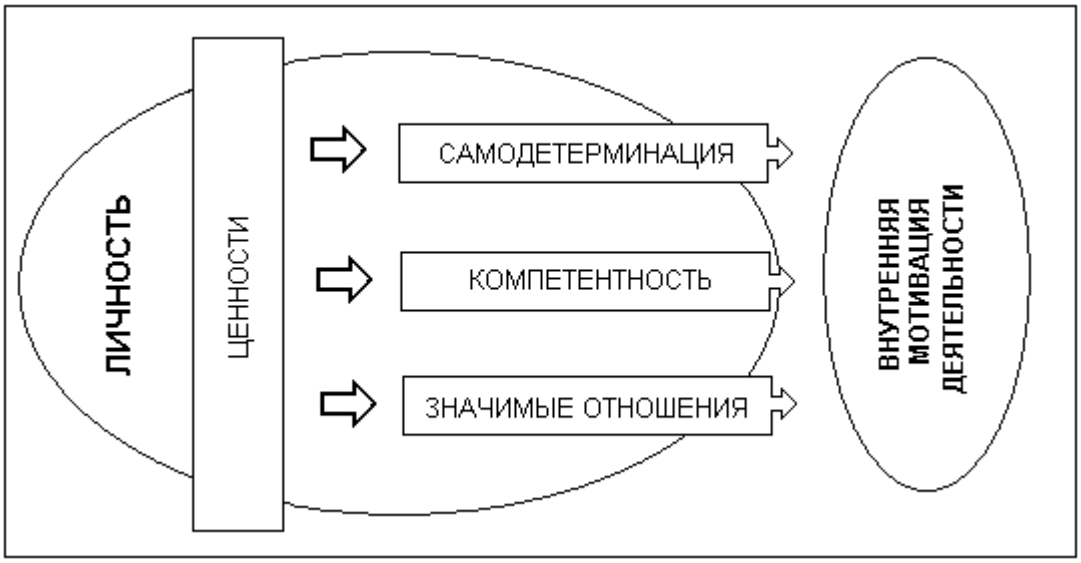


Рис. Механизм формирования внутренней мотивации

На наш взгляд, реализация моделей СРС может опираться на теорию базовых потребностей Э. Диси и Р. Раяна, которая включает потребность в самодетерминации как ощущение самого себя источником собственной активности; потребность в компетентности – ощущение себя компетентным, знающим и умеющим что-либо делать; потребность в значимых отношениях с другими людьми [27]. В. А. Климук конкретизирует механизм формирования внутренней мотивации как черты личности, исходя из типологии субъектов деятельности Р. де Чармса.

Человек, который является причиной собственной активности, противостоит тому, деятельность которого обусловлена активностью других людей. Самостоятельность начинается с прав на выбор индивидуального маршрута и темпа обучения. Выбор может быть реализован только в условиях инновационных технологий, детерминирующих профессиональную подготовку (усвоение знаний и формирование компетенций). При этом личностные и профессиональные достижения должны стать значимыми для всех субъектов образовательного процесса: студентов, преподавателей и работодателей.

4. Мотивация как диспозиция и активация (Е.Д. Фергюсон). Теория фокуса регуляции Т. Хиггинса

В соответствии с теорией фокуса регуляции Т. Хиггинса целенаправленное поведение регулируется двумя различными мотивационными системами (системами саморегуляции) – фокусом продвижения (promotion) и фокусом профилактики (prevention), которые

подразумевают качественно различные средства достижения желаемых состояний.

В настоящее время в зарубежных исследованиях все большую популярность набирает теория фокуса регуляции (regulatory focus), предложенная Т. Хиггинсом в 1997 г. (Higgins, 1997). Эта теория является развитием классической модели мотивации достижения.

Согласно теории мотивации достижения, новая задача, с которой сталкивается человек, вызывает чувства, связанные с выполнением предыдущих заданий. Например, для людей с субъективной историей успеха новая задача достижения вызывает чувство гордости. Это чувство провоцирует реакции предвосхищения будущей цели и направляет поведение на ее достижение (мотивация достижения успеха). С другой стороны, для людей с субъективной историей неудачи новая задача вызывает чувство стыда, и это чувство, в свою очередь, приводит к появлению стратегий, связанных с избеганием достижения цели (мотивация избегания неудачи). В развиваемой Т. Хиггинсом теории фокуса регуляции предполагается, что сами стратегии достижения цели также могут быть различными в зависимости от того, какова была история достижения успеха. Фактически теория фокуса регуляции – это теория о том, как люди достигают поставленных ими целей.

Основываясь на том, что люди в основном мотивированы либо на достижение удовольствия, либо, наоборот, на избегание неудовольствия, Т. Хиггинс предполагает, что сами эти цели могут быть репрезентированы совершенно по-разному в зависимости от того, какая система саморегуляции активирована у человека (В. А. Гершкович, Н. В. Морошкина, А. К. Кулиева, А. Д. Наследов, 2019).

5. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов)

В основе мотивационных оппозиций нередко лежат взаимоисключающие тенденции, вытекающие из биологической или социальной направленности различных видов мотивации, благодаря чему эта оппозиция чаще других оказывается причиной острых внутриличностных конфликтов. Оппозиция биологических и социальных видов мотивации распадается на четыре частных контрапункта, в каждом из которых пара видов мотивации совпадает по критериям системной формы и системного уровня мотивации, но различается ее биологической или социальной направленностью, в их числе следующие противопоставления:

1) витальная мотивация (мотивация развития индивида) – мотивация познания (мотивация развития личности);

2) репродуктивная мотивация (мотивация развития макробилогической системы вида) – мотивация самореализации (мотивация развития макросоциальной системы общества);

3) альтруистическая мотивация (мотивация сохранения макробилогической системы вида) – мотивация нравственности (мотивация сохранения макросоциальной системы общества);

4) мотивация самосохранения (мотивация сохранения индивида) — мотивация сохранения «Я» (мотивация сохранения личности).

Выделение трех системных видов мотивационной оппозиции (биологической и социальной, антропоцентрической и социоцентрической, развития и сохранения порядка) и соответствующих им контрапунктов конкретных видов мотивации представляет собой схему качественной интерпретации количественных данных, получаемых посредством методики определения мотивационного профиля личности (СПМ). Выявление с помощью методики СПМ доминирующих видов мотивации и образованной ими ведущей мотивационной оппозиции позволяет определить область возможных внутриличностных конфликтов и предложить пути их рационального преодоления.



Рыжов, Б. Н. Система мотивационных оппозиций как основа психологической индивидуальности // Системная психология и социология. 2020. № 4 (36). С. 5–21. DOI: 10.25688/2223- 6872.2020.36.4.1.

Лекция 7–9. Эмоции и чувства

План

1. Общая характеристика эмоций.
2. Базовые эмоции Томкинса – Изарда.
3. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо).
4. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов).
5. Единая теория сознания и эмоций Ю. И. Александрова.

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Общая характеристика эмоций

Эмоции – самая суть жизни; особенно это характерно для юности, времени, которое характеризуется неуверенностью, неустойчивым настроением, чувством беспокойства (Р. Кэртис).

Эмоции: 1) психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций;

2) отношение субъекта к объекту, включающее когнитивный (непосредственное отражение объектов) и субъективный (непосредственное отражение состояний собственного тела) компоненты (Л.М. Веккер).

И. В. Дубровина подчеркивает, что термин «эмоция» означает неравнодушное отношение к различным событиям и жизненным ситуациям.

При этом понятия «эмоция» и «чувство» нередко употребляются в качестве синонимов, хотя они отличаются. Эмоции – более простое, непосредственное переживание в данный момент. Принято говорить о разных эмоциональных состояниях в различных ситуациях. Чувство – более сложное, постоянное, устоявшееся эмоциональное отношение человека. Чувства выражаются в эмоциях, но они всегда предметны, мы всегда испытываем чувства к чему-то или кому-то, имеющему для нас постоянную мотивационную значимость. Чувства и эмоции – это переживаемые человеком отношения к миру и к самому себе.

Эмоциональные процессы имею свои функции: оценивающую (позитивное или негативное отношение к чему-либо и его оценка, например, как недовольство или стыд); побуждающую (подталкивание или препятствие действию); направленность внимания (то, что возбуждает наши чувства, мы воспринимаем более ясно и точно).

2. Базовые эмоции Томкинса – Изарда

Существует несколько классификаций эмоциональных процессов по разным критериям.

1. По знаку эмоции делятся на положительные, отрицательные и амбивалентные. Положительные эмоции (радость, удовольствие, восторг) связаны с удовлетворением потребностей личности, отрицательные (печаль, огорчение, гнев) – с неудовлетворением; амбивалентные эмоции (ревность как сочетание любви и ненависти или злорадство как сочетание ненависти и радости) отражают двойственное отношение к объектам удовлетворения потребности.

2. По модальности (качеству) эмоций выделяют основные виды своеобразных эмоциональных процессов и состояний, выполняющих различную роль в регулировании деятельности и общения человека. Классификация эмоций разработана К. Э. Изардом на основе теории Томкинса. Они выделили следующие эмоции, являющиеся «фундаментальными:

радость – положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью полного удовлетворения актуальной потребности;

удивление – эмоциональная реакция, не имеющая определенного положительного или отрицательного знака, на внезапно возникшие обстоятельства;

страдание – отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей;

гнев – отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной потребности;

отвращение – отрицательное эмоциональное состояние, вызванное объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т.д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с нравственными или эстетическими установками субъекта;

презрение – отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением другого, являющегося объектом данного чувства;

страх – отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности;

стыд – отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

3. По силе и устойчивости эмоции делятся на две группы: ситуативные и устойчивые, в каждой выделяются эмоциональные состояния разного уровня интенсивности (силы). Рассмотрим каждую группу по отдельности.

Ситуативные эмоции. Эмоциональный тон ощущений – простейшая форма эмоций, сопровождающих отдельные жизненно важные воздействия (например, вкусовые, температурные и т. д.), которые побуждают индивида к их сохранению или устранению. Эмоциональный тон ощущений как простейшее эмоциональное состояние не является самостоятельным психологическим процессом, а лишь служит своеобразной эмоциональной окраской простых ощущений. Эмоциональный тон ощущений сохраняется столько же, сколько длится само ощущение.

Эмоции, в собственном смысле этого слова, – эмоциональные реакции, отражающие значимость ситуаций, выступающие в форме непосредственных ситуативных переживаний удовлетворения потребностей. Важную роль среди этих эмоций играют переживания радости, огорчения, страха, гнева и другие эмоции, возникающие в связи с успехом или неуспехом избранного поведения, совершенных действий, поступков.

Аффект – сложное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для личности жизненных обстоятельств. Аффект обычно возникает в экстремальных условиях, когда человек не справляется с ситуацией. В основе аффекта лежит переживаемое человеком состояние внутреннего конфликта, порождаемое либо

противоречием между его влечениями, стремлениями, либо противоречиями между требованиями, которые предъявляют к человеку. Аффект приводит к дезорганизации сознания. Сознание сужается на объекте аффекта, резко снижается волевой контроль над действиями и поступками, нарушается работа кровеносной и эндокринной систем. Нарушения сознания в случае аффекта могут привести к неспособности впоследствии вспомнить отдельные эпизоды вызвавшего этот аффект события.

Устойчивые эмоции. Настроение – сравнительно продолжительное устойчивое эмоциональное состояние умеренной или слабой интенсивности, которое возникает на основе преобладающих в нем эмоций, придает определенную окраску всем другим эмоциональным переживаниям. Настроение – это не конкретная эмоция, чувство, а общий тон, эмоциональный фон, в котором протекают все эмоциональные переживания человека. Настроение может быть радостным, веселым, грустным, унылым. Часто настроение формируется под влиянием отдельных жизненных событий: встреч, удач, принятия решений. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов, настроение представляет собой эмоциональную реакцию не только на непосредственные последствия событий, но и на их значение в контексте общих жизненных планов, интересов и ожиданий человека, поэтому настроение носит не предметный, а личностный характер.

Чувства – высшая форма эмоциональных состояний, отражающая отношение человека к объекту его устойчивых потребностей, закрепленная в направленности личности. Чувства характеризуются длительностью и устойчивостью; имеют предметный характер: их вызывают факты, события, люди и обстоятельства, по отношению к которым у человека сформировались устойчивые мотивы.

Страсть – сильное, устойчивое, всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями и переживаниями, определяющее направленность мыслей и поступков человека. По интенсивности действия страсть приближается к аффекту. Но, в отличие от аффекта, страсть – очень стойкое и длительное переживание. Основным признаком страсти являются ее действенность, слияние волевых и эмоциональных процессов. Страсть заставляет личность сосредоточиться на объекте ее устремлений: упорно размышлять о предмете чувств, живо и ярко представлять удовлетворение потребности, лежащей в основе страсти. Близким по интенсивности к страсти чувством является увлечение. Однако оно, в отличие от страсти, непостоянно, кратковременно. Увлечениям, прежде всего, подвержены люди с высоким уровнем эмоциональности.

3. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо)

Теория эмоций Джеймса – Ланге основывается на том, что эмоции являются следствием осознания человеком рефлекторных физиологических изменений в организме. Теория была сформулирована в конце 19 века. Ее авторы - американский философ и психолог Вильям Джеймс и датский медик и анатом Карл Ланге не были знакомы друг с другом и пришли к одинаковым взглядам независимо друг от друга.

В 1884 г. в журнале Mind была опубликована статья Уильяма Джеймса «Что такое эмоция». В ней автор выдвинул неожиданную и парадоксальную гипотезу: если отсечь от эмоции ее внешнее проявление, то от нее вообще ничего не останется. Более того - наблюдаемые признаки есть не столько следствие эмоции, сколько ее причина. В ответ на изменение окружающих условий в организме безотчетно возникает рефлекторная физиологическая реакция - повышается секреция желез, сокращаются определенные группы мышц и т. п. Сигнал об этих изменениях в организме поступает в центральную нервную систему, тем самым порождая эмоциональное переживание. Мы плачем не потому, что опечалены, но впадаем в грусть, стоит лишь нам заплакать или даже нахмуриться.

Восприятие возбуждающего факта (печальное известие, опасность) непосредственно, рефлекторным путем вызывает телесные изменения (кровообращения, дыхания, мимики), а наше чувствование (ощущение) этих изменений есть эмоция. Вместо выдвигавшейся обычно последовательности: причина (стимул) – чувствование – внешнее выражение, эта теория указывает иную последовательность: причина (стимул) – телесное изменение – чувствование; то, что принимается за причину (чувствование), оказывается само следствием (результат телесных изменений). «Мы огорчены, потому что плачем; разгневаны, потому что наносим удары; испуганы, потому что дрожим» (Джеймс). Ланге особенно выдвигал роль сосудодвигательной системы в возникновении эмоций и приписывал ей первостепенное значение, без нее мы не знали бы «ни радости, ни гнева, ни забот, ни страха».

Сформулированная как закон Джеймса – Ланге, эта теория говорит о возможности управления внутренними чувствами и эмоциями: совершая действия, характерные для того или иного внутреннего чувства, мы обычно начинаем вызывать и само чувство.

Критика теории физиологами (Ч. С. Шеррингтон, У. Кеннон и др.) основана на данных, полученных в экспериментах с животными. Главные из них свидетельствуют о том, что одни и те же периферические изменения происходят при самых разных эмоциях, а также при состояниях, с эмоциями

не связанных. Л. С. Выготский подверг эту теорию критике за противопоставление «низших», элементарных эмоций, как обусловленных сдвигами в организме, «высшим», истинно человеческим переживаниям (эстетическим, интеллектуальным, нравственным и др.), будто бы не имеющим никаких материальных оснований.

4. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов)

Теория С. Шехтера. К тому, что было сказано об условиях и факторах возникновения эмоций и их динамики У. Джемсом, К. Ланге, У. Кенноном, П. Бардом, Д. Хеббом и Л. Фестингером, свою лепту внес С. Шехтер. Он и его соавторы предположили, что эмоции возникают на основе физиологического возбуждения и когнитивной оценки. Некоторое событие или ситуация вызывают физиологическое возбуждение, и у индивида возникает необходимость оценить содержание ситуации, которая это возбуждение вызвала. Тип или качество эмоции, испытываемой индивидом, зависит не от ощущения, возникающего при физиологическом возбуждении, а от того, как индивид оценивает ситуацию, в которой это происходит.

Оценка ситуации дает возможность индивиду назвать испытываемое ощущение возбуждения радостью или гневом, страхом или отвращением или любой другой подходящей к ситуации эмоцией. По Шехтеру, то же самое физиологическое возбуждение может испытываться, как радость или как гнев (или любая другая эмоция) в зависимости от трактовки ситуации. Он показал, что немалый вклад в эмоциональные процессы вносят память и мотивация человека. Концепция эмоций, предложенная С. Шехтером, получила название когнитивно-физиологической. В одном из экспериментов, направленном на доказательство высказанных положений когнитивной теории эмоций, людям давали в качестве «лекарства» физиологически нейтральный раствор в сопровождении различных инструкций. В одном случае им говорили о том, что оно должно будет вызвать у них состояние эйфории, в другом (состояние гнева. После принятия соответствующего «лекарства» испытуемых через некоторое время, когда оно по инструкции должно было начать действовать, спрашивали, что они ощущают. Оказалось, что те эмоциональные переживания, о которых они рассказывали, соответствовали ожидаемым по данной им инструкции. Было показано также, что характер и интенсивность эмоциональных переживаний человека в той или иной ситуации зависят от того, как их переживают другие, рядом находящиеся люди. Это значит, что эмоциональные состояния могут передаваться от человека к человеку, причем у человека в отличие от животных качество коммуницируемых переживаний зависит от его личного отношения к тому, кому он сопереживает.

Теория Л. Фестингера. У человека в динамике эмоциональных процессов и состояний не меньшую роль, чем органические и физические воздействия, играют когнитивно-психологические факторы (когнитивные означает относящиеся к знаниям). В связи с этим были предложены новые концепции, объясняющие эмоции у человека динамическими особенностями когнитивных процессов.

Одной из первых подобных теорий явилась теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера. Основные положения этой теории:

Возникновение диссонанса, порождающего психологический дискомфорт, будет мотивировать индивида к попытке уменьшить степень диссонанса и по возможности достичь консонанса.

В случае возникновения диссонанса, помимо стремления к его уменьшению, индивид будет активно избегать ситуаций и информации, которые могут вести к его возрастанию.

Выход из состояния когнитивного диссонанса может быть двояким: или изменить когнитивные ожидания и планы таким образом, чтобы они соответствовали реально полученному результату, или попытаться получить новый результат, который бы согласовывался с прежними ожиданиями. В современной психологии теория когнитивного диссонанса нередко используется для того, чтобы объяснить поступки человека, его действия в различных социальных ситуациях. Эмоции же рассматриваются в качестве основного мотива соответствующих действий и поступков. Лежащим в их основе когнитивным факторам придается в детерминации поведения человека гораздо большая роль, чем органическим изменениям. Доминирующая когнитивистская ориентация современных психологических исследований привела к тому, что в качестве эмоциогенных факторов стали рассматривать также и сознательные оценки, которые человек дает ситуации. Полагают, что такие оценки непосредственно влияют на характер эмоционального переживания.

Оригинальную гипотезу о причинах появления эмоций выдвинул П. В. Симонов. Он считает, что эмоции появляются вследствие недостатка или избытка сведений, необходимых для удовлетворения потребности. Степень эмоционального напряжения определяется силой потребности и величиной дефицита прагматической информации, необходимой для достижения цели. Это представлено им в виде «формулы эмоций»:

Э = П (Ин - Ис),

где Э – эмоция; П – потребность; Ин – информация, необходимая для удовлетворения потребности; Ис – информация, которой субъект располагает в момент возникновения потребности. Из этой формулы следует, что эмоция возникает только при наличии потребности. Нет потребности, нет и эмоции,

так как произведение Э = 0 (Ин - Ис) тоже становится равным нулю. Не будет эмоции и в том случае, если потребность есть, а (Ин - Ис) = 0, т. е. если человек обладает необходимой для удовлетворения потребности информацией (Ис = Ин). Важность разности (Ин - Ис) Симонов обосновывает тем, что на ее основании строится вероятностный прогноз удовлетворения потребности. Эта формула дала Симонову основание говорить о том, что «благодаря эмоциям обеспечивается парадоксальная на первый взгляд оценка меры незнания» (1970, с. 48). В нормальной ситуации человек ориентирует свое поведение на сигналы высоковероятных событий (на то, что в прошлом чаще встречалось). Благодаря этому его поведение в большинстве случаев бывает адекватным и ведет к достижению цели. В условиях полной определенности цель может быть достигнута и без помощи эмоций.

Однако в неясных ситуациях, когда человек не располагает точными сведениями для того, чтобы организовать свое поведение по удовлетворению потребности, нужна другая тактика реагирования на сигналы. Отрицательные эмоции возникают при недостатке сведений, необходимых для достижения цели, что в жизни бывает чаще всего. Например, эмоция страха и тревоги развиваются при недостатке сведений, необходимых для защиты, т. е. при низкой вероятности избегания нежелательного воздействия, а фрустрация – при низкой вероятности достижения желаемой цели.

Эмоции способствуют поиску новой информации за счет повышения чувствительности анализаторов (органов чувств), а это, в свою очередь, приводит к реагированию на расширенный диапазон внешних сигналов и улучшает извлечение информации из памяти. Вследствие этого при решении задачи могут быть использованы маловероятные или случайные ассоциации, которые в спокойном состоянии не рассматривались бы. Тем самым повышаются шансы достижения цели. Хотя реагирование на расширенный круг сигналов, полезность которых еще неизвестна, избыточно и незакономерно, оно предотвращает пропуск действительно важного сигнала, игнорирование которого может стоить жизни.

Все эти рассуждения П. В. Симонова вряд ли могут вызвать серьезные возражения. Дело, однако, в том, что он пытается все случаи возникновения эмоций «вогнать в прокрустово ложе» своей формулы и признает свою теорию единственно верной и всеобъемлющей.

Достоинством своей теории и основанной на ней «формулы эмоций» Симонов (1970) считает то, что она «категорически противоречит взгляду на положительные эмоции, как на удовлетворенную потребность», потому что в равенстве Э = - П (Ин - Ис) эмоция окажется равной нулю при исчезновении потребности. С его точки зрения, положительная эмоция возникнет только в том случае, если поступившая информация превысит имевшийся ранее

прогноз относительно вероятности достижения цели – удовлетворения потребности, т. е. когда Ис будет больше Ин. Тогда, например, спортсмен, при истинности этого постулата, в случае успеха, т. е. удовлетворения потребности стать победителем соревнований или побить рекорд, не должен испытывать никаких эмоций, если этот успех им ожидался. Радоваться он должен только успеху, т. е. когда прогноз был хуже, чем получилось. В противном случае у человека не будет ни радости, ни торжества, если он окажется у цели, достижение которой заведомо не вызывало сомнений. И действительно, чего, например, радоваться спортсмену – мастеру, победившему новичка?

Таким образом, П. В. Симонов пытается опровергнуть теорию «редукции драйва» западных психологов (Hull, 1951 и др.), согласно которой живые системы стремятся к уменьшению потребности, а устранение или уменьшение потребности приводит к появлению положительной эмоциональной реакции. Выступает он и против взглядов П. К. Анохина, который, по существу, придерживается теории «редукции» при изложении своей «биологической» теории эмоций.

5. Единая теория сознания и эмоций Ю. И. Александрова

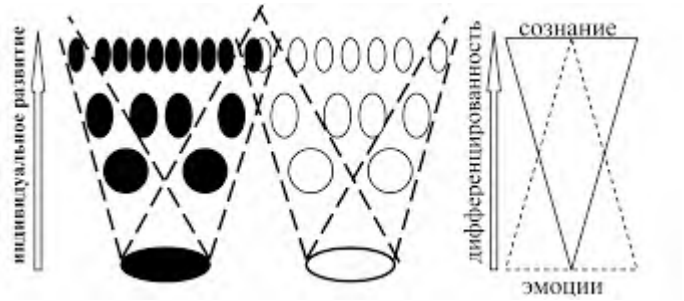
Юрий Иосифович Александров формулирует представление об эмоциях с точки зрения системной психофизиологии. Системный подход позволяет более глубоко определить место эмоций в организации мозговых процессов. Проводится разделение между поведением и эмоциями, причем последние определяются как феномен сенсорной сферы, эквивалент сознания. Такое понимание эмоций заставляет иначе расставить акценты в понимании самого сознания. Согласно изложенному материалу: «Эмоции характеризуют реализацию систем, формирующихся на самых ранних этапах онтогенеза и обеспечивающих минимальный уровень дифференциации („хорошо-плохо“). Сознание характеризует реализацию систем, формирование которых на более поздних этапах развития обусловливает прогрессивное увеличение дифференцированности в соотношении организма и среды и усложнение поведения. Все системы направлены на достижение положительных адаптивных результатов поведения».

Системы, формирующиеся на самых ранних стадиях индивидуального развития, обеспечивают минимальный уровень дифференциации: хорошо – плохо; приближение (approach) – избегание (withdrawal). Это разделение применимо ко всем живым существам. В единой концепции сознания и эмоций приведены аргументы (Александров, 2006) в пользу того, что эмоции преимущественно характеризуют активность систем, сформированных на самых ранних этапах развития («старых» систем), и соотносимы со сравнительно низкодифференцированными уровнями организации поведения.

Представления о том, что при переживании интенсивных эмоций происходит «возврат» к реализации преимущественно «простых» форм поведения, высказывались и ранее. Так, П. Жане указывал на то, что сильная эмоция является «реакцией отката назад или упрощения – знаменует возврат к элементарным и примитивным формам реагирования». (

Основное положение единой концепции сознания и эмоций состоит в том, что сознание и эмоции являются характеристиками разных, одновременно актуализируемых уровней системной организации поведения, представляющих собой трансформированные этапы развития и соответствующих различным уровням системной дифференциации (высокой и низкой). При этом сознание и эмоции рассматриваются континуально: они являются различными характеристиками единой системной организации поведения, а не отдельными (дизъюнктивными) психологическими процессами, которые обеспечиваются различными нейрофизиологическими механизмами. Континуальность в единой концепции сознания и эмоций означает, что в развитии нет критического момента появления сознания или исчезновения эмоций. На каждом этапе развития, на каждом уровне системной дифференциации поведение может быть описано с применением обеих характеристик. Однако на каждом уровне соотношение этих характеристик различно. Для каждого данного этапа развития такая характеристика, как эмоции, максимально выражена для наименее дифференцированных систем. Поскольку высокодифференцированные системы, формируясь, не заменяют низкодифференцированные, поведение любого индивида обладает обеими этими характеристиками, выраженность которых зависит от ряда факторов. Одним из этих факторов является относительный вклад в реализацию поведения систем низкой и высокой дифференциации.

Каждый акт поведения есть актуализация систем разного уровня дифференциации, однако соотношение активных высоко- и низкодифференцированных систем, необходимых для успешной реализации поведенческого акта, различается для разных актов. Из единой концепции сознания и эмоций следует, что чем выше доля нейронов низкодифференцированных систем, активных в реализующемся поведении, тем выше интенсивность эмоций. В связи с этим можно предположить, что подавление активности нейронов, принадлежащих к высоко дифференцированным системам, должно вести к относительному увеличению вклада систем низкой дифференциации и увеличению интенсивности эмоций как их характеристики.



Здесь изображены супердомены опыта, связанные с избеганием (отрицательные эмоции) и с приближением (положительные эмоции). В этих доменах все разное – дианмика формирования памяти, наборы вовлекающихся клеток. Имеются и некоторые перекрытия, как отражено на рисунке. Сознание и эмоции здесь характеризуют разные уровни дифференциации систем. Эти системы формируются на последовательных этапах развития, оно становится все более сложным и более дифференцированным. Для нас принципиально важно, эмоции преимущественно характеризуют актуализацию «старых» систем и соотносимы со сравнительно низко дифференцированными уровнями организации поведения

Лекция 10. Воля

План

1. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский).
2. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера.
3. Мотивационная теория воли (В. А. Иванников) и теория саморегуляции (Е. П. Ильин).
4. Психологическая структура волевого акта

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский)

Воля как психологическая категория имеет давнюю предысторию. Она представлена наряду с умом и чувством еще в триархической модели структуры психики Аристотеля. Известен также «Миф о вознице» Платона. Душа человека – это колесница, запряженная парой лошадей и управляемая возницей. Всадник символизирует разумное начало; белый конь – волевую часть души, а черный конь – страсти, желания и инстинкты.

Под волей принято понимать способность человека, проявляющуюся в самодетерминации и саморегуляции своей деятельности и психических процессов. Л. М. Веккер включает регулятивно-волевые процессы в психологическую триаду единой теории психических процессов. По его мнению, когнитивные и эмоциональные процессы образуют сознание, эмоциональные и регулятивно-волевые процессы – характер, а сознание и характер – личность.

В качестве основных функций воли выделяют следующие: выбор мотивов и целей деятельности, регуляцию побуждений к действиям при недостаточной или избыточной их мотивации, регуляцию других психических процессов, мобилизацию физических и психических возможностей в ситуациях, требующих преодоления определенных препятствий при достижении поставленных целей. Тем самым, воля является высшим уровнем регуляции психики по отношению к мотивации, эмоциям и вниманию.

Л. С. Выготский выделял две группы теорий воли: автономные – рассмотрение воли как самостоятельного психического феномена; гетерономные – воля связана с другими психическими проявлениями или представляет их частный случай.

2. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера

Начало исследований контроля за действием было положено в 70-х годах прошлого века, когда немецкий психолог Ю. Куль обнаружил и ввел различение ориентации на состояние (ОС) и ориентации на действие (ОД). Это различение впервые возникло в ходе анализа категорий рассказов испытуемых в немецкоязычном варианте ТАТ Х Хекхаузена по измерению мотивации достижения. Вопрос, который на который пытались ответить исследователи: почему у двух человек, имеющих одинаковые цели, знания, способности и в равной мере желающих что-то сделать хорошо, результаты получаются неодинаковые.

Оказалось, что категории, в которых, как предполагалось, должен проявляться страх перед неуспехом, не являются одномерными, а

распределяются на две группы. Первая группа категорий часто встречалась у испытуемых с доминированием надежды на успех. Эти испытуемые давали ориентированное на действие толкование содержаний предъявляемых картин с изображением ситуаций неудачи. В своих рассказах они, говоря о содержании картин, приписывали действующему лицу (герою рассказа) потребность в преодолении неудачи и давали ему возможность предпринять инструментальные действия по предотвращению неудачи, исправлению неудачи или уменьшению ее эмоциональных последствий. В качестве валидного симптома для диагностики страха перед неудачей и соответственно избегания неудачи пригодными оказались лишь те категории, в которых проявилась ориентация на состояние, то есть направленность сознания (внимания) испытуемых на неудачу и ее последствия.

Теория Куля выступила примером функционального подхода в объяснении личностной феноменологии, связанной с самоуправлением: содержание сознания, образ себя является производной от успешной / неуспешной деятельности, а не наоборот. Исходя из данного принципа, не низкая мотивация и негативные представления о себе приводят, например, к депрессии и беспомощности, а наоборот, являются следствие неудач. Это очень важное положение, ибо, согласно ему, для того чтобы у человека появились силы, способности действовать позитивным образом в согласии с самим собой, недостаточно только одной веры в эти силы и способности, необходимо в той или иной степени их объективно развивать.

В отличие от традиционного понимания воли, Ю. Куль опирается на современные представления о системном строении психики человека. Он исследует волевую сферу личности как систему, состоящую из совокупности подсистем. Реализация функций целостной системы контроля за действием возможна лишь при гибком и согласованном взаимодействии подсистем, обеспечивающих удержание намерений в активном состоянии в благоприятных ситуациях и прекращение целенаправленной активности в неблагоприятных ситуациях. «Понятие "воля" или «волевые процессы» описывает категорию взаимодействующих психических функций. При возникновении трудностей реализации действия эти функции опосредуют временную, пространственную, содержательную и стилевую координацию большого числа отдельных механизмов внутри и между разными подсистемами, такими как восприятие, внимание, память, эмоции, мотивация, система активации (темперамент) и моторика на основе единого принципа управления, который мы называем "намерение" или "цель"».

Ю. Куль выделяет следующие механизмы, которые способствуют реализации намерения вплоть до достижения цели и обеспечиваются разными подсистемами (психическими функциями). Эти механизмы реализуются чаше

всего на неосознаваемом уровне, однако могут принимать форму осознанных стратегий.

Мотивационный контроль. Речь идет о стратегии, которая усиливает мотивационную тенденцию, лежащую в основе намерения. Это происходит за счет возобновления мотивационного процесса, удерживающего в поле внимания субъекта позитивные ожидания и внешние стимулы, благоприятные для выполнения деятельности. Таким образом, система контроля за действием «поддерживает» мотивационную систему, усиливая актуальное намерение.

Контроль внимания обеспечивает его направленность на информацию, которая относится к реализации намерения. Это особенно важно в ситуации, когда, например, возникает опасность потерять из виду целевой объект.

Перцептивный контроль. Постулируется наличие своеобразного «интенционного» фильтра уже на ранних стадиях восприятия. При этом имеется в виду, что перцептивная система более чувствительна к характеристикам поступающей информации, связанным с намерением, и, наоборот, блокирует информации, нерелевантную намерению. Перцептивные категории, связанные с намерением, находятся в большей «готовности», требуют меньших затрат времени на обработку и раньше других получают доступ к системам регуляции действия.

Эмоциональный контроль. Субъект обладает «знаниями» об эмоциональных состояниях, которые способствуют или препятствуют реализации намерения. Если эмоциональный фон затрудняет достижение цели, то система контроля действия стремится изменить его.

Контроль неудач. Неудачи в ходе реализации намерения воспринимаются как эффективная обратная связь и приводят к мобилизации дополнительных усилий, либо, наоборот, к соответствующим эмоциональным последствиям (разочарованию и досаде) и снижению усилий вплоть до временного отказа от достижения цели ввиду неблагоприятных обстоятельств.

Контроль кодирования и оперативная память. Экспериментально показано, что информация, связанная с намерением, обрабатывается по экономной (с точки зрения усилий и затрат времени) стратегии. Тем самым открывается наиболее короткий путь к инициированию действия, связанного с намерением. Если действие по каким-то причинам задерживается, то информация о намерении хранится в оперативной памяти в особом, «активированном» состоянии. Даже будучи неосознаваемой, эта информация является легко доступной субъекту при возникновении ситуации, благоприятной для возобновления действия, связанного с намерением (вариант эффекта Б. В. Зейгарник).

Поведенческий контроль. Этот механизм заключается в предусмотрительности, охраняющей человека от соблазнов путем устранения

из поля деятельности и окружающей среды предметов, провоцирующих нежелательные действия. Например, при желании похудеть человек убирает из дома сладости.

Таким образом, современные представления о множественности процессов, опосредующих волевую регуляцию, побудили Ю. Куля и других психологов отказаться от понятия «воля» («Wille») в традиционном смысле и заменить его понятием «контроль за действием». Это понятие передается также термином «Volition». Контроль за действием является более широким понятием и описывает не только волевую регуляцию по типу подавления конкурирующих тенденций действия, но и всю совокупность процессов, опосредующих реализацию намерения.

В конце 1990-х годов, развивая свою теорию, Куль все в большей степени вводил термины, начинающиеся со слова «само-»: саморегуляция, самоконтроль. Понятие самоуправление Ю. Куль определяет как интеграцию всех функций, в результате которой обеспечивается такая координация психических процессов, при которой оптимизируется осуществление некоторого намерения и вытекающих из него конкретных целей. Одной из целей теории Куля является объяснение механизма, лежащего в основе способностей к самоуправлению. Этот механизм является универсальным, вне зависимости от содержания области, в которой человек действует. К причинам, вызывающим беспомощность и другие нарушения в самоуправлении, относятся проблемы в регуляции настроений (эмоциональный контроль), появление нежелательных мыслей (контроль внимания), неспособность к удержанию мотивации. Ситуация может еще осложняться зацикливанием на неудачах и внешнем давлении (ориентация на состояние), а также нарушением целостного самопредставления, то есть представлениями о собственных потребностях, ценностях, чувствах, возможных альтернативных вариантах поведения.

В 90-х годах 20 века в США появился новый подход к исследованию волевых процессов. Р. Баумейстер вместе с коллегами разработал оригинальную концепцию, которая была названа ресурсным подходом. В этой концепции выделяется практическая значимость исследования волевых процессов, так как многие люди испытывают трудности и проблемы в области контроля своего поведения в еде, страдают от игромании, алкогольной и наркотической зависимостей, не могут контролировать свои финансы.

В рамках ресурсного подхода воля приравнивалась к самоконтролю и саморегуляции. Воля рассматривалась в качестве особой способности контролировать и регулировать собственное поведение. Особенно выделялась адаптивная значимость самоконтроля, которая позволяла человеку выполнять сложные социальные задачи. Так как контроль и регуляция – сложные

процессы, их осуществление обусловлено тратами внутренних энергетических ресурсов. Субъектом волевого контроля выступает Я (Ego), именно оно обладает источником энергии. Тем не менее, количество энергии является ограниченным и после определенного времени использования самоконтроля и саморегуляции возникает истощение (ego depletion). После возникновения состояния истощения необходим некоторый период отдыха и восстановления.

В последующих исследованиях Р. Баумейстер и его коллеги предложили разграничивать понятия самоконтроля и саморегуляции по некоторому принципу. Он состоял в том, что самоконтроль предполагал способность к изменению собственного поведения в соответствии со стандартами, идеалами и правилами, а саморегуляция представляла собой гомеостатический процесс, например поддержание температуры тела.

Таким образом, воля – это способность регулировать и контролировать собственное поведения, присущая исключительно человеку, представляющая собой ограниченный ресурс, напоминающий энергетический резервуар. Затраченный на что-то волевой ресурс требует времени на свое восстановление, в противном случае способность к волевой регуляции будет снижена пропорционально прежним затратам. Вместе с тем, используя метафору «воли как мышцы», Р. Баумейстер и его коллеги видят возможность расширения этого резерва силы воли, за счет многократных упражнений (Baumeister, Tierney, 2011 и др.).

Представленная модель получила широкое распространение за счет попытки интегрировать различные аспекты и уровни саморегуляции, акцентируя внимание на индивидуальных особенностях и возможностях развития, но в какой-то степени упрощая общее понимание воли до аналогии с гидравлической моделью.

3. Мотивационная теория воли (В. А. Иванников) и теория саморегуляции (Е. П. Ильин)

Воля обладает определенными качествами: силой, устойчивостью и широтой. Сила воли – это степень возбуждения волевого усилия. Устойчивость воли – постоянство его проявления в однотипных ситуациях. Широта воли – количество видов деятельности (спорт, учеба, работа), в которых проявляются волевые усилия человека.

Воля неразрывно связана с личностью и проявляется в ее качествах. В. А. Иванников выделяет три блока волевых качеств личности: морально-волевые качества (ответственность, обязательность, энергичность, инициативность, самостоятельность, дисциплинированность); эмоционально-

волевые (целеустремленность, выдержка, терпение, спокойствие); собственно волевые (смелость, мужество, решительность, настойчивость).

Ответственность – внешний или внутренний контроль над деятельностью, отражающий социальное, морально-правовое отношение к обществу, выражающееся в выполнении принятых нравственных и правовых норм и правил, своего долга.

Обязательность (исполнительность) – качество воли, проявляющемся в точном, неукоснительном и систематическом исполнении принимаемых решений. Инициативность – способность предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей.

Самостоятельность – способность осознанно принимать решения и умение не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели, способность критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений и при этом вносить в свои действия коррективы, сформированные на основе полученных советов.

Дисциплинированность – сознательное подчинение своего поведения общественным нормам, установленному порядку. Целеустремленность – сознательная и активная направленность личности на достижение определенного результата деятельности. Выдержка (самообладание) – умение сдерживать свои чувства, когда это требуется, недопущение импульсивных и необдуманных действий, умение владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

Смелость – умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасности для личного благополучия. Мужество – высокая степень самообладания, которая ярко проявляется в сложных и опасных обстоятельствах, в борьбе с необычными трудностями. Мужество - сложное качество. Оно предполагает наличие смелости, выдержки и настойчивости.

Решительность – отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, своевременное и быстрое принятие решений. Примером противоположного качества нерешительности является ситуация «Буриданова осла», который, не решаясь съесть одну из равных охапок сена, так и умер с голоду. Настойчивость – умение человека мобилизовать свои возможности для длительной борьбы с трудностями. Нельзя путать с упрямством и негативизмом.

Негативизм – немотивированная, необоснованная склонность действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков. Упрямство – упрямый

человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия, руководство не доводами разума, а личными желаниями вопреки их несостоятельности.

Е. П. Ильин предлагает мотивационную теорию воли. Он полагает, что воля не столько объяснительное, сколько классификационное понятие (это целенаправленное осознанное действие).

4. Психологическая структура волевого акта

Исходя из определения воли как способности к самодетерминации и саморегуляции поведения человека, которые в определенной степени делают человека свободным от внешних обстоятельств, речь может идти о волевом акте. В отечественной психологии значительное внимание уделяется структуре волевого акта. Волевой акт может иметь разную структуру, в зависимости от количества компонентов, и длительность этапов его осуществления. Волевые действия бывают простые и сложные.

К простым волевым действиям относятся те, при осуществлении которых человек без колебаний идет к намеченной цели, то есть побуждение к действию непосредственно переходит в само действие.

В сложном волевом акте, вслед за С. Л. Рубинштейном, можно выделить, по крайней мере, четыре фазы: возникновения побуждения и предварительной постановки цели (стремление сделать что-то), обсуждения и борьбы мотивов, решения и выполнения.

Первая фаза характеризует начало волевого акта. Волевой акт начинается с возникновения побуждения, которое выражается в стремлении что-то сделать. По мере осознания цели это стремление переходит в желание, к которому добавляется установка на его реализацию. Если же установка на реализацию цели не сформировалась, то волевой акт может на этом завершиться, так и не начавшись. Таким образом, для возникновения волевого акта необходимо появление мотивов и их преобразование в цели.

Вторая фаза волевого акта характеризуется активным включением в него познавательных и мыслительных процессов. На этом этапе происходит оформление мотивационной части действия или поступка. Мотивы, появившиеся на первой стадии в виде желаний, могут противоречить друг другу. И личность вынуждена проанализировать эти мотивы, снять существующие между ними противоречия, осуществить выбор.

Третья фаза связана с принятием одной из возможностей в качестве решения. Однако не все люди принимают решения быстро, возможны продолжительные колебания с поиском дополнительных фактов, способствующих утверждению в своем решении.

Четвертая фаза – исполнение этого решения и достижение цели. Без исполнения решения волевой акт считается незавершенным. Исполнение решения предполагает преодоление внешних препятствий, объективных трудностей самого дела.

Структура волевого действия:

- мотивационно-побудительное звено (цель, мотивы);
- исполнительское звено (способы действий и поведения как внешние, предложенные кем-то, так и внутренние, выработанные самим);
- оценочно-результативное звено (результаты действий).

Лекция 11–12. Психические состояния

План

1. Понятие и типология психических состояний (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев).
2. Оперативные, текущие и длительные состояния (А. О. Прохоров).
3. Монотония, фрустрация, настроение. Стресс и общий адаптационный синдром (Г. Селье).
4. Усталость от сострадания (Ч. Фигли).
5. Страх упущенных возможностей и страх лучшего варианта

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и типология психических состояний (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев)

Психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, пока-зывающая своеобразие

протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состоя-ния и психических свойств личности (Левитов).

По его мнению, основными классами состояний являются следующие: 1) Состояния личностные и ситуативные (выражаются индивидуальные свойства человека и особенности ситуаций, которые часто вызывают у человека нехарактерные для него реакции. 2) Состояния более глубокие и более поверхностные, в зависимости от силы их влияния на переживания и поведение человека. 3) Состояния, положительно или отрицательно действующие на человека. 4) Состояния продолжительные и кратковременные. Настроения могут иметь разную продолжительность: от нескольких минут до суток и ряда дней. 5) Состояния более или менее осознанные. Рассеянность чаще бывает несознательным психическим состоянием, решительность всегда сознательна, утомление может иметь разный уровень осознанности. Психофизиологическое состояние – это целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата (Ильин).

По Е. П. Ильину, состояние может быть представлено характеристиками трех уровней реагирования: психического (переживаниями), физиологического (соматические структуры организма и механизмы вегетативной нервной системы) и поведенческого (мотивированное поведение). В любом психофизиологическом состоянии должны быть обязательно представлены все вышеперечисленные уровни, и только по совокупности показателей, отражающих каждый из этих уровней, можно сделать заключение о имеющемся у человека состоянии. В концепции Ильина целесообразно выделить несколько основных положений. Во-первых, состояние человека обусловлено воздействием факторов внешней среды и внутренних условий, к которым относятся структуры психического и физиологического уровня. Во-вторых, субъективная сторона состояний (переживания) играет одну из ведущих ролей в регуляции состояний.

Совсем иное толкование мы находим у В. Н. Мясищева. Под состоянием исследователь понимает общий функциональный уровень, на фоне которого развивается процесс. Наряду с этим В. Н. Мясищев показал тесную взаимосвязь психических состояний и отношений человека, подчеркивая, что вся психическая деятельность людей в значительной мере определяется отношением человека к объектам и процессам действительности, к другим людям, к самому себе (А. Н. Певнева).

Итак, психические состояния – это целостные, временные и динамичные характеристики психической деятельности. Психические состояния, закрепляясь, могут переходить в устойчивые черты личности. Влияние

внешних воздействий на поведение человека зависит от его психических состояний. К психическим состояниям относятся: подъем, воодушевление, бодрость, уверенность, решительность, тоска, печаль и др.

По своему динамическому характеру ПС занимает промежуточное положение между процессами и свойствами. «Между процессами и состояниями, с одной стороны, и между состояниями и свойствами личности, с другой, существуют сложные диалектические взаимосвязи. Известно, что психические процессы (например, внимание, эмоции и др.) в определенных условиях могут рассматриваться как состояния, а часто повторяющиеся состояния способствуют развитию соответствующих свойств личности».

2. Классификация психических состояний

В основу классификации психических состояний могут быть положены различные критерии. Наиболее распространены следующие классификационные признаки.

1. По тому, какие психические процессы преобладают, состояния делятся на гностические, эмоциональные и волевые. К гностическим психическим состояниям обычно относят любознательность, любопытство, удивление, изумление, недоумение, сомнение, озадаченность, мечтательность, заинтересованность, сосредоточенность. Эмоциональные психические состояния: радость, огорчение, грусть, возмущение, злость, обида, удовлетворенность и неудовлетворенность, бодрость, тоска, обреченность, угнетенность, подавленность, отчаяние, страх, робость, ужас, влечение, страсть, аффект. Волевые психические состояния: активность, пассивность, решительность и нерешительность, уверенность и неуверенность, сдержанность и несдержанность, рассеянность, спокойствие.

2. Согласно классификации состояний на основе системного подхода, психические состояния разделяются на волевые (разрешение – напряжение), аффективные (удовольствие – неудовольствие) и состояния сознания (сон – активация). Волевые состояния делятся на праксические и мотивационные; а аффективные – на гуморальные и эмоциональные.

3. Классификация по признаку отнесенности к личностным подструктурам – разделение состояний на состояния индивида, состояния субъекта деятельности, состояния личности и состояния индивидуальности.

4. По времени протекания выделяют кратковременные, затяжные, длительные состояния.

5. По характеру влияния на личность психические состояния могут быть стеническими (активизирующие жизнедеятельность) и астеническими (подавляющие жизнедеятельность), а также положительными и отрицательными.

6. По степени осознанности – состояния более осознанные и менее осознанные.

7. В зависимости от преобладающего воздействия личности или ситуации на возникновение психических состояний выделяют личностные и ситуативные состояния.

8. По степени глубины состояния могут быть глубокими, менее глубокими и поверхностными.

2. Оперативные, текущие и длительные состояния (А. О. Прохоров)

В основе классификации А. О. Прохорова лежит два направления: исследование состояния в процессе деятельности (Е. П. Ильин, А. Б. Леонова); личностно-деятельностный подход (Е. Ю. Сосновикова, В. А. Ганзен, В. Н. Юрченко).

Основания классификация психических состояний по А. О. Прохорову:

− деятельность: а) состояния, улучшающие выполнение деятельности; б) состояния, ухудшающие выполнение деятельности;

− взаимоотношения и общение: а) состояния, улучшающие общение и взаимоотношения; б) состояния, ухудшающие общение и взаимоотношения;

− личность (характер, система отношений к действительности): а) состояния, обусловленные положительным отношением к действительности; б) состояния, обусловленные отрицательным отношением к действительности;

− биологические структуры личности (характера): а) положительные психофизиологические состояния; б) отрицательные психофизиологические состояния;

− эмоциональные компоненты характера: а) положительные эмоциональные состояния; б) отрицательные эмоциональные состояния;

− волевые черты характера: а) положительные волевые состояния; б) отрицательные волевые состояния;

− интеллектуальные черты характер: а) положительные интеллектуальные состояния; б) отрицательные интеллектуальные состояния.

Однако существует целый ряд психологических явлений, которые выходят за пределы общепринятой нормы, и не могут быть отнесены к патологии. К данной группе явлений можно отнести невротические состояния. Данный класс состояний занимает промежуточное положение между здоровьем и болезнью. Главной особенностью пограничных психических состояний является не только то, что они располагаются между состоянием здоровья и болезни, но и то, что они непосредственно связаны с процессом адаптации (Певнева, А.Н. П23 Психические состояния личности: практическое руководство / А.

Н. Певнева; М-во образования РБ, Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ им. Ф.Скорины, 2011. – 48 с.).

3. Монотония, фрустрация, настроение. Стресс и общий адаптационный синдром (Г. Селье)

Монотония – состояние, развивающееся при длительных повторяющихся нагрузках средней и малой интенсивности (например, состояние водителя-дальнобойщика в конце долгого рейса). Оно вызывается однообразной, повторяющейся информацией. Преобладающие эмоции, которые сопровождают это состояние: скука, равнодушие, снижение показателей внимания, ухудшение восприятия поступающей информации.

Фрустрация (от лат. frustratio – обман, тщетное ожидание) – негативное психическое состояние, обусловленное невозможностью удовлетворения тех или иных потребностей. Это состояние проявляется в переживаниях разочарования, тревоги, раздражительности, наконец, отчаянии. Эффективность деятельности при этом существенно снижается.

Фрустрация имеет место только в случаях таких конфликтов, при которых борьба мотивов исключается из-за ее безнадежности, бесплодности. Барьером оказываются сами бесконечные колебания и сомнения

Настроение – относительно слабо выраженное, но длительное эмоциональное состояние человека, которое оказывает влияние на все его психические процессы, на всю деятельность. Настроение зависит от направленности, характера, темперамента, способностей, опыта личности. Причиной изменения настроения может быть какое-нибудь конкретное событие, приятное или неприятное известие, удача или неудача в работе, столкновение с окружающими людьми, болезнь.

Настроением называется относительно устойчивое, продолжительное, без определенной интенции эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания. Оно влияет в различной степени на все психические процессы, протекающие в данный отрезок жизни человека. В отличие от чувств, всегда направленных на тот или иной объект, настроение, будучи часто вызванным определенной причиной, конкретным поводом, проявляется в особенностях эмоционального отклика человека на воздействия любого характера. Оно характеризуется эмоциональным тоном положительным – веселое, жизнерадостное, повышенное или отрицательным – грустное, подавленное, пониженное, а также различной динамикой. Среди факторов, определяющих индивидуальные различия людей в отношении быстроты смены настроения, важное место занимают характеристики темперамента

Представление о стрессе (от англ. stress – напряжение) как об общем адаптационном синдроме (ОАС) впервые сформулировал видный канадский ученый Ганс Селье. Стресс – особое состояние организма, возникающее в ответ на действие любых раздражителей, угрожающих гомеостазу, и характеризующееся мобилизацией неспецифических приспособительных реакций для обеспечения адаптации к действующему фактору.

В качестве стрессора, то есть агента, вызывающего стресс, могут выступать любые внешние или внутренние раздражители, обычные или не обычные по своей природе, но предъявляющие к организму повышенные требования, реально нарушающие или потенциально угрожающие постоянству внутренней среды организма. Всякая неожиданность, которая нарушает привычное течение жизни, может быть причиной стресса.

При стрессе, наряду с элементами адаптации к сильным раздражителям, имеются элементы напряжения и даже повреждения. Именно универсальность сопровождающей стресс «триады изменений» – уменьшение тимуса, увеличение коры надпочечников и появление кровоизлияний и даже язв в слизистой желудочно-кишечного тракта – позволила Г. Селье высказать гипотезу об общем адаптационном синдроме (ОАС), получившим впоследствии название «стресс». Работа была опубликована в 1936 году в журнале «Nature». Многолетние исследования Г. Селье и его сотрудников подтверждают, что стресс является неспецифической основой многих заболеваний.

Селье выделил 3 стадии общего адаптационного синдрома: реакция тревоги (мобилизация адаптационных возможностей – возможности эти ограничены), стадия сопротивляемости, стадия истощения.

4. Усталость от сострадания (Ч. Фигли)

По модели Ч. Фигли (Приложение А) учитывается разная степень устойчивости к усталости от сострадания. Она отвечает системе взаимодействия «специалист – жертва», характерной для помогающих специальностей и подразумевающей прямой контакт с травмирующем опытом клиента. Именно такие профессии требуют полного понимания проблем пострадавшего человека.

Устойчивость к усталости от сострадания (Compassion Fatigue Resilience) – скорость, с которой специалист возвращается в исходное положение (свое привычное стабильное состояние), после столкновения с травмирующим опытом другого. Этот фактор требует дополнительных измерений и используется, когда разрабатывается программа самопомощи для повышения устойчивости к усталости от сострадания.

Ч. Фигли также утверждает, что оценить уровень устойчивости к усталости от сострадания можно за счет учета 10 ключевых, самостоятельных, взаимосвязанных факторов, обнаруженных в исследованиях вторичных травматических стрессовых реакций.

Воздействие на страдания клиента (Exposure to Client, ECS) – это количество часов в неделю (в среднем), во время которых специалист помогающих профессий регулярно сталкивается с травмирующим опытом жертвы. Из этого фактора можно вывести первую закономерность проявления усталости: чем сильнее подвержен клиент травмирующему опыту, тем больше эмпатических способностей затрачивает специалист. Таким образом, чем выше усталость от сострадания, тем ниже его устойчивость.

Потенциал эмпатии, потенциал сострадания (Empathic Ability, EA) – это степень вовлеченности специалиста в процесс, способность показать клиенту эмоции, отражающие эффективность услуги.

Забота о клиенте (Concern for Client, C4C) – уровень заинтересованности в благополучии жертвы. Этот фактор мотивирует работника искать лучший результат оказываемой им помощи.

Терапевтический ответ (Therapeutic Response, TP) – это профессиональный помогающий ответ, при котором специалист позволяет клиенту быть более готовым к изменениям, меньше бояться, оптимистично относиться к клиническим результатам и чувствовать поддержку. При наличии этого фактора работник переживает и переносит на себя травмирующий опыт жертвы, который оказывает на него давление и в результате которого у него зарождается остаточный стресс от сострадания.

Остаточный стресс от сострадания (Residual Compassion Stress, RCS) – стрессовая реакция на тяжелое состояние жертвы и внутреннее желание помочь уменьшить страдания клиента. На этот фактор прямо пропорционально влияют следующие компоненты: терапевтический ответ, саморегуляция и потенциал сострадания, а также удовлетворенность результатами своей профессиональной деятельности.

Саморегуляция (Self-Regulation, SR) – это степень эффективности управления собственными эмоциями, а также причинами и последствиями стресса; способность отделять работу от личной жизни, каждый день чувствовать себя обновленным.

Поддержка и удовлетворенность от сострадания (Compassion Satisfaction and Support, CSS) – состояние высокого уровня удовлетворения от работы с клиентами, а также чувство уважения со стороны коллег по работе.

Длительное взаимодействие с клиентами (Prolonged Exposure to the Clients, PEC) – объем работы специалиста (количество назначенных клиентов в течение дня, умноженное на количество месяцев, в течение которых эта

работа осуществляется). Этот фактор характеризуется следующей закономерностью: чем больше количество клиентов с травмирующем опытом, тем ниже устойчивость к состраданию у специалиста помогающей профессии.

Эффективное управление травматическими воспоминаниями (Traumatic Memories, EMTM) – внутреннее удовлетворение от управления объемом воспоминаний пережитого травмирующего опыта и их интенсивности. Другими словами, чем выше удовлетворение от управления воспоминаниями, тем выше устойчивость к усталости от сострадания. Это важно не только для прогнозирования усталости, но и понимания насколько у специалиста развиты навыка адаптации к пережитым травмам. Закономерность отражает не только внутреннее состояние работника, но и его профессиональную эффективность в качестве специалиста помогающей профессии.

Новые и хронические стрессоры (New Life Stressors) – факторы, добавленные к хроническим или острым стрессорам. Это могут быть как личные, так и профессиональные факторы стресса, которые приводят к новой установке в управлении работником стрессогенными ситуациями.

Таким образом, все десять переменных, прямо или косвенно влияющих на устойчивость к усталости от сострадания работника в ходе его профессиональной деятельности, которые он может описать с помощью шкалы жизненных трудностей (Д. А. Орлова).

5. Страх упущенных возможностей и страх лучшего варианта

Синдром упущенной выгоды, FoMO (Fear of Missing Out, или страх что-то упустить) – это знакомое каждому состояние, когда вам кажется, что ваша жизнь хуже, чем у других, а все самое интересное происходит где угодно, но не с вами. Связано оно с тем, что люди в соцсетях делятся преимущественно положительными сторонами своей жизни, поэтому и создается впечатление «идеальности», которое может потенциально вызвать зависть. Бич цифрового общества: нас всех поразил страх упущенных возможностей. Термин ввел в употребление американский венчурный капиталист Патрик Макгиннис в 2004 году. В 2013 году слово включено в Оксфордский словарь английского языка.

Четыре человека из десяти испытывали FoMO хотя бы иногда, причём мужчины чаще, чем женщины. По другим данным, боязнь пропустить что-то важное испытывают 56 % людей. Это явление характеризуется непреодолимым желанием постоянно оставаться в курсе дел друзей и знакомых. FoMO также часто называют чувством сожаления, которое может привести к боязни пропустить интересное событие, возможность пообщаться с друзьями или знакомыми, получить новый опыт или материальную выгоду.

Чем синдром отличается от зависти? По многим параметрам этот синдром похож на зависть – обычное чувство досады при виде чужих успехов,

но в этом случае добавляется еще и ощущение, что вы вечно что-то упускаете, а отсюда и необходимость постоянно проверять телефон.

По данным исследователей, чувство одиночества и досады сильнее увеличивается у пассивных пользователей, то есть тех, кто просто наблюдает за чужой жизнью, не принимая участия хотя бы на уровне обсуждения в комментариях. Еще одно отличие – синдром FoMO напрямую зависит от огромной свободы выбора. Сейчас каждый человек имеет почти неограниченные возможности, и такое пространство пугает и вызывает только чувство растерянности, а сделать выбор становится еще сложнее. К тому же зачастую выбор не оправдывает ожидания, что обесценивает любые последующие возможности и вызывает только сожаление.

Автор термина FOMO Макгиннис предлагает действенные практические стратегии, которые помогут держать страх упущенных возможностей в узде, сохранять осознанность и делать выбор решительно и разумно, не впадая в аналитический паралич.

FOBO (Fear of a Better Option), или страх лучшего варианта, – это опасение, что неожиданно появится что-то получше и уже имеющиеся варианты утратят всю привлекательность. Это «болезнь изобилия», которая заставляет постоянно искать идеальный вариант и хеджировать ставки

Мы делаем выбор каждый день. Что съесть на обед, в какой одежде выйти на улицу и с кем сходить на свидание. Однако для некоторых даже простой выбор превращается в мучение. Причиной может быть FoBO – fear of better options или страх лучшего варианта. Это боязнь выбрать что-то одно из огромного множества. Человек считает, что если выберет не лучшее, это «лучшее» ускользнёт от него навсегда. Когда каждый выбор превращается в ад. В целом, преодоление FOBO требует самопознания, решительности и умения ограничивать доступ к ненужной информации. Развивайте свои навыки саморефлексии, определите свои цели и приоритеты, и не бойтесь принимать решения, даже если они не идеальны. Ведь жизнь слишком коротка, чтобы ставить ее на паузу из-за страха перед лучшим вариантом

Итак, более 20 лет назад маркетолог Дэн Херман начал говорить о страхе упущенных возможностей – FOMO. С течением времени, Патрик Макгиннис, венчурный капиталист, определил состояние FOMO, а также добавил к нему FOBO – страх лучших вариантов. Оба страха являются результатом изобилия возможностей, которое современное общество предлагает, но оказывают разное воздействие на людей.

FOMO заставляет людей постоянно следить за жизнью окружающих, не давая им отключиться от информационного потока. Люди проводят много времени в интернете, сравнивая свою жизнь с жизнью других. Исследования показывают, что FOMO может приводить к тревожности, неуверенности в

себе, депрессии и снижению качества жизни. Более того, люди, страдающие от FOMO, часто жалуются на утомляемость, стресс, проблемы со сном и физические недомогания.

В то же время, FOBO – страх лучших вариантов – представляет собой другую проблему нового тысячелетия. В отличие от FOMO, FOBO заставляет людей постоянно анализировать все возможные варианты, не давая им сделать выбор и двигаться вперед. Это может приводить к прокрастинации, неэффективности и потере возможностей. Таким образом, для многих людей современного мира, страхи FOMO и FOBO могут стать серьезными препятствиями на пути к успеху и счастью.

Тема 2.3. Познавательные процессы

Лекция 13–14. Ощущения и восприятие

План

1. Понятие и виды ощущениях.
2. Классификации ощущений.
3. Психофизика и измерение ощущений. Взаимодействия ощущений.
4. Виды и свойства восприятия.
5. Теории восприятия

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды ощущениях

В структуре сенсорно-перцептивных процессов в настоящее время принято выделять сенсорные, перцептивные процессы и информационный поиск. В контексте сенсорно-перцептивных процессов можно также рассматривать экстрасенсорные феномены, телекинез и телепатию, процессы, которые относятся к предмету парапсихологии.

Сенсорные процессы (ощущения) – процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира и внутренних состояний организма при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Перцептивные процессы (восприятие) – процесс целостного отражения предметов и явлений окружающего мира и внутренних состояний организма при их непосредственном воздействии на органы чувств.

В современной психологии разграничение сенсорных и перцептивных процессов осуществляется по двум основным критериям: критерию целостности и предметности образа. Ощущения отражают частичное соотношение с объектом, восприятие – целостное отражение.

Информационный поиск – процессы, характеризующие скоростные, временные и пространственные параметры ощущения и восприятия. Термин информационный поиск находит широкое применение в теориях обнаружения и обработки сенсорно-перцептивных сигналов.

В психологической науке принято различать понятие физических, психофизиологических и психических ощущений.

2. Классификации ощущений

В психологии имеют место различные подходы к классификации ощущений. Традиционный подход предполагает выделение видов ощущений по числу органов чувств: зрительные, слуховые, вкусовые, осязательные и обонятельные ощущения. Однако эта классификация не является исчерпывающей. В настоящее время в основу классификации ощущений положены два основных принципа – систематический и генетический.

Систематическая классификация была предложена английским физиологом Ч. Шеррингтоном. Взяв за основу характер отражения и место расположения рецепторов, он разделил все ощущения на три группы: экстероцептивные, проприоцептивные и интероцептивные. Наиболее многочисленную группу составляют экстероцептивные ощущения, отражающие свойства предметов и явления окружающего мира и возникающие при воздействии раздражителя на рецепторы, расположенные на поверхности тела. Среди ощущений данной группы выделяют: контактные и дистантные. Для возникновения контактных ощущений необходимо непосредственное воздействие объекта на рецептор. Для дистантных ощущений не нужен непосредственный контакт с объектом, так как рецепторы

реагируют на раздражения, идущие от удаленных на некоторое расстояние предметов. Примерами такого рода ощущений являются зрительная и слуховая чувствительность.

Проприоцептивные (лат. proprius – собственный) ощущения – это ощущения, отражающие движения и расположение тела в пространстве, благодаря рецепторам, расположенным в мышцах, связках и вестибулярном аппарате. Проприоцептивные ощущения, в свою очередь, делятся на кинестетические (двигательные) и статические, или ощущения равновесия.

Интероцептивные (органические) ощущения – это ощущения, возникающие при воздействии раздражителя на рецепторы во внутренних органах и тканях, и отражающие внутренние состояния организма.

Возможен иной подход к классификации ощущений – по соответствующим им органам чувств (по модальности). В связи с этим можно привести высказывание французского философа Д. Дидро: «Наши чувства – клавиши, по которым ударяет окружающая нас природа».

Слуховые ощущения возникают под воздействием раздражителя – звуковой волны – на орган слуха. Физический раздражитель, воспринимаемый человеком как звук, состоит из изменений давления воздуха. Орган слуха выполняет функцию преобразования таких изменений давления воздуха в изменения электрической активности нейронов.

Зрительные ощущения возникают при воздействии электромагнитных волн на зрительный рецептор – сетчатку глаза. В центре сетчатки распложены особые нервные клетки – колбочки, обеспечивающие ощущение цвета. На периферических участках сетчатки находится иной вид нервных клеток – палочки, характеризующиеся высокой чувствительностью к переходам яркости. Колбочки представляют собой аппарат дневного зрения, палочки – ночного (сумеречного) зрения. Специфическими модальностями зрительного ощущения выступают светлота, цветовой тон и насыщенность. Зрительные ощущения оказывают существенное воздействие на все стороны жизнедеятельности человека.

Хеморецепция – сенсорный механизм отражения вкуса и запаха, которые способны функционировать как единая система обнаружения и отбора пищи. Вкус и обоняние выполняют разные, хотя и взаимосвязанные функции. Обонятельные ощущения все же относятся к разряду дистантных, и отражают отдельные свойства физических объектов, расположенных на расстоянии от человека. Вкусовые ощущения, напротив, являются контактными: они возникают, когда носитель вкуса (например, пища) уже находится в носу.

Обонятельные ощущения, как и вкусовые, возникают на основе химической стимуляции. Летучие химические вещества вызывают ощущения

запаха двумя способами: или вызывая реакцию отторжения, или в зависимости от физиологического состояния организма – приятное или неприятное ощущение. Различие кроется не в процессах обнаружения химических веществ, а в контексте этого обнаружения на дальнейших этапах переработки информации в нервной системе.

Кожные ощущения являются результатом воздействия раздражителя на рецепторы, расположенные на поверхности нашей кожи. Кожные рецепторы реагируют на стимуляцию трех видов: давление, или прикосновение, температуру и боль. В соответствии с этим к кожным ощущениям относят тактильные, температурные и болевые.

Тактильные ощущения – это ощущения прикосновения. Наибольшая острота тактильной чувствительности характерна для частей тела, активно осуществляющих двигательные функции. Это кончики пальцев рук и ног, кончик языка, гораздо менее чувствительны живот и спина.

Изменение ощущений, их взаимодействие и адаптация. Наши ощущения могут претерпевать изменения, как под воздействием окружающей среды, так и в результате изменения состояния организма.

3. Психофизика и измерение ощущений. Взаимодействия ощущений

Психофизика – наука об измерении ощущений, изучающая количественные отношения между интенсивностью раздражителя и силой ощущения.

Основной психофизический закон. Г. Фехнер предпринял попытку разработать точный количественный метод измерения ощущений (душевных явлений). То, что сильные раздражители вызывают сильные ощущения, а слабые раздражители – слабые ощущения, было известно давно. Задача состояла в том, чтобы определить величину ощущения для каждого предъявляемого раздражителя. Опираясь на закон Бугера-Вебера и на собственное допущение о том, что ощущение раздражителя представляет собой накопленную сумму равных приращений ощущения, Г. Фехнер получил следующее уравнение:

$$R = c \log \frac{I}{I_0},$$

где R – величина ощущения; с – константа, величина которой зависит от основания логарифма и от отношения Вебера; I – интенсивность раздражителя; I0 – абсолютный порог интенсивности.

Названное выше уравнение получило название основного психофизического закона, или закона Вебера-Фехнера, согласно которому ощущения описываются кривой уменьшающегося прироста (или логарифмической кривой).

Позже американский психофизик С. Стивенс установил степенной, а не логарифмический, характер зависимости между силой ощущения и интенсивностью раздражителя:

$$R = c(I - I_0)^n,$$

где R – сила ощущения; I – интенсивность раздражителя; I0 – величина абсолютного порога ощущения; c – константа; n – показатель степени, зависящей от модальности ощущений (значения приводятся в справочниках).

Обобщенный психофизический закон, предложенный Ю. Забродиным, учитывал тот факт, что характер зависимости между ощущениями и воздействующими раздражителями обусловлен осведомленностью человека о процессах ощущения. Исходя из этого, Ю. Забродин ввел в формулу закона С. Ственса показатель z, характеризующий степень осведомленности:

$$\frac{\Delta R}{R^z} = K\frac{\Delta I}{I}.$$

Из формулы видно, что при z = 0 формула обобщенного закона Ю. Забродина принимает вид закона Вебера-Фехнера, а при z = 1 – закона Стивенса.

Поставив задачу измерения ощущений, Г. Фехнер предполагал, что человек не способен непосредственно количественно оценить их величины. Поэтому он предложил косвенный способ измерения – в единицах физической величины стимула. Величина ощущения представлялась как сумма едва заметных его приращений над исходной точкой. Для ее обозначения Г. Фехнер ввел понятие порога ощущений, измеряемого в единицах стимула. Он различал абсолютный порог чувствительности и различительный (дифференциальный) порог.

4. Виды и свойства восприятия

В психологической науке чаще всего встречаются следующие классификации видов восприятия: в зависимости от объекта восприятия, по преобладающей роли того или иного анализатора, по формам существования материи, по продолжительности перцептивного процесса.

В зависимости от особенностей воспринимаемого объекта выделяют такие виды, как восприятие предметов, восприятие речи или музыки и восприятие человека человеком. Восприятие человека человеком носит специальное название «социальная перцепция» и является профессионально значимым качеством психолога.

В зависимости от ведущей роли определенного органа чувств (анализатора), или по модальности восприятия, различают зрительное, слуховое, осязательное, обонятельное и вкусовое восприятие.

По продолжительности перцептивного процесса восприятие подразделяют на симультанное, то есть одномоментное и сукцессивное, или развернутое во времени. По форме существования материи принято выделять восприятие пространства, движения, цвета, времени.

Восприятие пространства – это отражение формы, величины (протяженности), глубины и удаленности предметов.

Восприятие движения – это отражение изменения положения объекта в пространстве и во времени, то есть его направленности и скорости. Оно является результатом одновременного отражения и объекта, и события. В настоящее время в психологии наиболее признаны две гипотезы, объясняющие механизм восприятия движения.

1. Восприятие движения осуществляется благодаря перемещению образов предметов на сетчатке глаза. Эта гипотеза лучше объясняет так называемое «реальное (физическое) движение», механизм которого основан на стробоскопическом эффекте. Отображение предмета возникает на сетчатке как перцептивном поле статичного глаза. Затем по сетчатке перемещаются образы движущихся предметов в соответствии с эффектом мультипликации.

2. Восприятие движения является результатом движения глаз. Так, в эксперименте Мэтина испытуемым закапывали в глаза химическое вещество, временно вызывающее паралич глазных мышц. В результате при восприятии подвижных объектов ученый получал статичный глаз, а у испытуемых возникал эффект «прыгающего мира». Исходя из этой гипотезы, трудно объяснить спровоцированное (вызванное) движение, когда движущийся предмет вызывает движение другого неподвижного предмета. Например, иллюстрация теории относительности: движущийся поезд за окном и вы внутри неподвижного вагона.

Восприятие цвета. Мы не осознаем, что цвет – не объективная категория, а элемент наших ощущений, восприятия и переживаний. В настоящее время принято различать физику, физиологию и психологию цвета. С точки зрения физики, цвет – это длина волны. Волны разной длины вызывают ощущения определенного цвета. Согласно физиологии цвета, свет проходит через роговицу и хрусталик и попадает на сетчатку. Сетчатка состоит из фоторецепторов: палочек и колбочек. Колбочки концентрируются в желтом пятне, а палочки – по бокам от него. Цвет различают колбочки. Они избирательно чувствительны к синей, зеленой и желто-красной части спектра. Палочки почти не различают цвета, а реагируют на свет.

Различные виды восприятия имеют свои специфические свойства. Но кроме внутривидовых свойств восприятия существуют следующие общие свойства: предметность, избирательность, целостность, константность, структурность, осмысленность и обобщенность, апперцепция.

Предметность восприятия заключается в том, что психические образы предметов человек осознает не как образы, а как реальные предметы, объективируя их. Предметность восприятия означает адекватность, соответствие образов восприятия реальным предметам действительности.

Избирательность означает преимущественное выделение объекта из фона, при этом фон выполняет функцию системы отсчета, относительно которой оцениваются другие качества воспринимаемого предмета как фигуры.

Целостность восприятия – это отражение предмета в качестве устойчивой совокупности элементов, даже если отдельные ее части в данных условиях не наблюдаются.

Константность восприятия – это независимость отражения объективных качеств предметов (величины, формы, цвета) от измененных условий их восприятия – освещенности, расстояния, угла зрения.

5. Теории восприятия

Согласно классическим теориям восприятия, об объектах окружающей нас действительности мы узнаем не из зрительных и слуховых ощущений, а из сложных перцептивных образов, возникающих в результате научения.

Структурализм. В. Вундт, разрабатывая основы экспериментальной психологии, опирался на методологию естественных наук, известную как структурализм. Особое внимание это направление уделяло изучению базовых элементов материи, например атомов и молекул.

Программу исследования восприятия в рамках этого направления предложил американский психолог Э. Титченер. Его вариант структуралистского подхода предусматривал поиск «элементов» сознания путем аналитической интроспекции: наблюдатель-испытуемый описывал свои переживания при выполнении задачи разложения образа предъявленного объекта на максимально простые составляющие. Э. Титченер предполагал, что именно таким способом можно добраться до элементарных ощущений, атрибутами которых являются их качество, интенсивность, длительность, протяженность и ясность.

Функционализм. Этот подход рассматривает восприятие не с точки зрения результирующего образа и составляющих его компонентов, а со стороны самого перцептивного процесса. Другими словами, образ восприятия понимается как функция перцептивной системы.

Гештальттеория восприятия. Гештальтпсихология базируется на философии холизма, центральным положением которого является известное утверждение, что целое больше его частей. Такой подход можно проиллюстрировать так называемым «гештальтистским треугольником». Несмотря на то, что нарисованы только три точки, наше сознание непроизвольно достраивает изображение до целого – треугольника. С точки

зрения гештальпсихологов, структурализм, рассматривая восприятие как простую сумму ощущений, игнорирует такую категорию как связь между элементами воспринимаемого объекта.

Теория фиксированной установки грузинского психолога Д. Н. Узнадзе объясняет организующую роль предшествующего опыта в форме потребностных или предметных ожиданий, преднастроек, большей частью неосознанных по отношению к актуальным (ситуационным) сенсорным данным. Основой теории послужили эксперименты с фиксированной установкой, проводимые на материале восприятия веса, звуков, величины. Другими словами, Д.Н. Узнадзе рассматривает установку не как непосредственную субъективную обработку сенсорного воздействия, а как определенную интенциональную активность субъекта в определенной ситуации (Узнадзе, 1961; Нататдзе, 1960).

Теория перцептивной готовности американского психолога Дж. Брунера (1957) рассматривает восприятие как процесс категоризации. Поступивший сигнал сличается с соответствующим образом (лучше или хуже) «подготовленной» категорией, которая определяет условия, необходимые для подтверждения или опровержения перцептивной гипотезы. Стратегии процесса решения включают несколько стадий: первичную, грубой категоризации, поиска дополнительных признаков, промежуточной и окончательной проверки. На готовность категорий оказывает влияние контекст, степень знакомства с объектом и актуальные потребностные установки.

Предлагаются четыре механизма, обеспечивающие перцептивную готовность: группировка и интеграция; упорядочение альтернатив; установление соответствия и блокировка «входов». Психологи, которые объединились вокруг данного теоретического подхода, получившего название «Новый взгляд», внесли существенный вклад в экспериментальное исследование перцептивных процессов, а также влияния личностных особенностей на восприятие объектов окружающей действительности.

Теории активного восприятия. Моторная теория восприятия. Роль моторной активности в восприятии, особенно в зрении и гаптике (активном осязании), признавалась многими исследователями. Одна из крайних позиций, рассматривающая познокинестетические ощущения в качестве источника и основы пространственного и гностического чувственного образа, получила название моторной теории восприятия. Она базируется на изучении процессов ощупывания и рассматривания в целях опознания, когда пальцы следуют по граням предъявленного объекта, а глазные фиксации распределяются на углах и контурах фигур и на наиболее значимых и информативных зонах объекта. Так, Д. Нотон и Л. Старк (1974) установили, что при рассматривании

сюжетной картинки в целях запоминания, человек вновь и вновь перемещает взор по одному и тому же стабильному маршруту, но индивидуально обусловленному у разных людей. Схемы осмотра разных картинок одним и тем же наблюдателем так же не совпадали. Согласно выдвинутой авторами гипотезы, отдельные элементы внутреннего отображения объекта связаны между собой в последовательность («кольцо признаков») следами тех движений глаз, которые необходимы для перехода от одного элемента к другому при непосредственном восприятии.

В настоящее время моторная теория восприятия не имеет достаточно широкого экспериментального применения.

Праксеологический подход. Решение фундаментальных проблем восприятия может быть найдено при изучении процесса его развития в онтогенезе. Ж. Пиаже (1961) предложил рассматривать развитие восприятия как определенного рода деятельность, организующую и обогащающую взаимосвязи между элементами в сенсорном поле. Экспериментальные данные, полученные в рамках этого направления исследований на детях разного возраста, позволили выделить стадии и тенденции развития восприятия.

Развитие восприятия происходит на протяжении всего детского возраста, все больше обогащаясь опытом разнообразной перцептивной деятельности и преодолевая эффекты поля. Развитие осуществляется в направлении константного и категориального образа, который всегда сохраняет ситуативность по сравнению с научным понятием.

Открытому в исследованиях этого направления эффекту центрации (субъективной переоценки фиксируемого объекта или фрагмента) придается всеобщее значение. Он объясняет ошибки и иллюзии восприятия, открывает доступ к измерению адекватности восприятия по мере его децентрации.

Лекция 15. Внимание

План

1. Понятие и виды внимания.
1. Свойства внимания. Факторы привлечения внимания.
2. Классические теории внимания.
3. Внимание как контроль П. Я. Гальперина.
4. Когнитивные теории внимания.

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды внимания

Внимание – это направленность и сосредоточенность нашего сознания на определенном объекте или какой-либо деятельности. Такое определение скорее отражает эволюцию научных представлений о природе внимания и свидетельствует о его не строгом и незавершенном характере. Внимание определяется как свойство сознания, термин «познавательный процесс» при этом не употребляется.

Виды внимания. В психологической науке в разное время было предложено достаточное количество классификаций видов внимания. В качестве основания для таких классификаций выступали: характер происхождения, способ реализации, тип контакта с объектом, участие в регуляции эмоциональных и интеллектуальных процессов.

По критерию происхождения различают природное и социально обусловленное внимание. Природное (или генетически обусловленное) внимание дано человеку с самого его рождения в виде врожденной способности избирательно реагировать на внешние и внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны.

По способу реализации, в зависимости от выраженности целевой направленности и уровня необходимых волевых усилий принято различать непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Непроизвольное (непреднамеренное, пассивное) внимание возникает стихийно, без видимых волевых усилий, как бы автоматически, независимо от состояния человека. Произвольное (преднамеренное, активное) внимание – это целенаправленное сосредоточение состояния сознания, поддержание которого связано с наличием волевых усилий.

По мере развития операционально-технической стороны деятельности в связи с ее автоматизацией и переходом действий в операции, а также в результате изменений мотивации (например, сдвиг мотива на цель) возможно

появление послепроизвольного внимания. Как утверждает Н.Ф. Добрынин, в таком случае сохраняется соответствие направленности деятельности сознательно принятым целям, но ее выполнение уже не требует специальных умственных (волевых) усилий и ограничено во времени лишь истощением ресурсов организма.

По виду контакта с объектом внимание бывает непосредственное и опосредствованное. Опосредованное внимание возникает при помощи специальных приемов, средств и способов его привлечения, при отсутствии непосредственного контакта с объектом внимания (например, «узелки на память»). Непосредственное внимание возникает при контакте со стимулом, порождается и удерживается самим объектом.

Реже в современных работах по психологии можно встретить ссылки на чувственное и интеллектуальное внимание. Чувственное внимание связано с избирательной работой органов чувств и необходимостью сознательной регуляции эмоций. Интеллектуальное внимание – с активностью сознания, с его сосредоточенностью и направленностью на мыслительную деятельность

2. Свойства внимания. Факторы привлечения внимания

Различают пять свойств внимания: сосредоточенность, устойчивость, объем, распределение и переключение. Все перечисленные свойства могут проявляться во всех видах внимания – в непроизвольном, произвольном и послепроизвольном.

Сосредоточенность – это удержание внимания на одном объекте или одной деятельности при отвлечении от всего остального. Степень или сила сосредоточенности – это концентрация или интенсивность внимания. Концентрация – это поглощение внимания одним объектом или одной деятельностью. Показателем интенсивности является невозможность отвлечь внимание от предмета деятельности посторонними раздражителями. Устойчивость – это способность человека продолжительное время удерживать внимание на одном и том же объекте или какой-нибудь деятельности. Объем – это количество объектов, которые охватываются вниманием и одномоментно и одновременно находятся в фокусе нашего сознания. Объем внимания обычно колеблется у взрослых в пределах от 4 до 7 объектов, у школьников (в зависимости от возраста) от 2 до 5 объектов. Человек с большим объемом внимания может заметить больше предметов, явлений и событий. Распределение внимания – это умение выполнять две или более различные деятельности, удерживая на них свое сознание. Например, студент на лекции распределяет одновременно внимание между тем, что записывает, и тем, что слышит в данный момент. Умение распределять внимание у людей различно. Переключение – это сознательное и осмысленное перемещение

внимания с одного предмета (или действия) на другой. Переключение внимания можно назвать своеобразной его перестройкой в связи с изменением задачи познавательной деятельности.

2. Классические теории внимания

Представители функционализма и структурализма считали внимание центральной проблемой психологии. Функционалисты исходили из избирательного характера внимания как активной функции организма, основанной на его мотивационном состоянии. Структуралисты, напротив, рассматривали внимание как состояние сознания, которое заключается в повышении концентрации и ясности впечатлений.

Сторонники ассоциативной психологии, гештальтпсихологии, бихевиоризма и психоанализа были склонны вообще игнорировать внимание при построении научных теорий или в лучшем случае отводили ему незначительную роль.

Внимание как апперцепция в теории В. Вундта. Центральной проблемой исследований В. Вундта стало разграничение явлений внимания и сознания. Для этого он использовал метафору зрительного поля. Наиболее отчетливо воспринимаемое содержание лежит в точке фиксации зрительного поля (в фокусе), менее отчетливое содержание распределено в обычном поле зрения или на его периферии. Таким образом, по В. Вундту, внимание представляет собой одну из характеристик или свойств сознания.

Моторная (моторно-эмоциональная) теория внимания. Т. Рибо полагал, что непроизвольное и произвольное внимание непосредственно обусловлены интенсивностью и продолжительностью эмоциональных состояний, ассоциированных с объектом внимания. В частности, по его мнению, случаи глубокого и устойчивого непроизвольного внимания обнаруживают все признаки неутомимой страсти, постоянно возобновляющейся и постоянно жаждущей удовлетворения.

Т. Рибо определяет внимание как господство одной идеи в сознании, сопровождаемое естественным (при непроизвольном внимании) и искусственным (при произвольном внимании) приспособлением индивида. Внимание представляет собой определенное психофизиологическое сочетание, в котором и двигательные, и субъективные составляющие являются необходимыми элементами.

Комплексная или волевая теория внимания Н. Н. Ланге. Русский психолог определил внимание как «целесообразную реакцию организма, моментально улучшающую условия восприятия». Именно критерий моментальности позволяет отделить внимание от других приспособительных реакций организма. По его мнению, акт внимания имеет три фазы: первичное

внимание, реакцию, улучшающую восприятие, и собственно улучшенное восприятие.

Комплексный характер модели предает взаимосвязь внимания со следующими психическими процессами: с двигательным приспособлением, эмоциями, жизненным опытом.

Второе название теории – концепция волевого внимания – становится очевидным, если обратиться к предложенной Ланге классификации видов внимания. Так, рефлексивное внимание лишено эмоционального компонента и осуществляется автоматически (например, расширение зрачка в темном помещении). Инстинктивное внимание опосредуется эмоциональным состоянием организма (например, реакция удивления). Волевое внимание включает в себя сознательное предвосхищение того, что предстоит воспринимать в будущем. Оно тесно связано с процессом усиления интенсивности представления и памятью.

3. Внимание как контроль П. Я. Гальперина

Внимание как контроль. Концепцию внимания П. Я. Гальперина необходимо рассматривать в контексте теории планомерного (поэтапного) формирования умственных функций. Всякое действие, в том числе и умственное, состоит из ориентировочной (собственно психической) и исполнительской частей. Исходя из этого, внимание является результатом интериоризации, обобщения и сокращения действия контроля, существовавшего сначала во внешней форме.

Основные положения теории П. Я. Гальперина сводятся к следующему:

1. Внимание является одним из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности. Оно представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент времени в психике человека.

2. По своей функции внимание представляет собой контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительская и контрольная части, последняя – и является вниманием как таковым.

3. В отличие от других действий, внимание не имеет определенного, особенного продукта (результата).

4. Внимание как самостоятельный акт выделяется лишь тогда, когда действие становится не только умственным, но и сокращенным. Не всякий контроль следует рассматривать как внимание. Он сам требует внимания, сложившегося к этому времени. Контроль лишь оценивает деятельность или ее результаты, в то время как внимание их улучшает. Не всякий контроль есть внимание, но всякое внимание есть контроль.

5. Во внимании контроль осуществляется при помощи критерия меры, образца, что создает возможность сравнения результатов действия и его уточнения.

6. Произвольное внимание есть форма контроля, выполняемого по заранее составленному плану, образцу.

7. Чтобы сформировать новый прием произвольного внимания, мы должны наряду с основной деятельностью предложить человеку задание проверить ее ход и результаты, разработать и реализовать соответствующий план.

8. Все известные акты внимания, выполняющие функцию контроля, как произвольного, так и непроизвольного, являются результатом формирования новых умственных действий.

4. Когнитивные теории внимания

С конца 50-х гг. XX в. в психологии наиболее активно разрабатывается информационный подход. Избирательность внимания не вызывает сомнения. Причины его избирательности или в недостаточной пропускной способности канала, или в нашей неспособности обрабатывать все сенсорные признаки одновременно. Такое представление предполагает наличие отбора информации и «узкого места», где этот отбор осуществляется. В рамках информационного подхода было предложено несколько моделей, в которых определены функция и локализация этого узкого места: модель ранней фильтрации Д. Бродбента, модель делителя Э. Трейсман и модель поздней фильтрации Д. и Э. Дойчей и Д. Норманна.

Лекция 16–17. Память

План

1. Понятие и виды памяти.
2. Просессы памяти.
3. Классические теории памяти.
4. Теории памяти в когнитивной психологии.
5. Приемы рационального запоминания. Мнемоника

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ.

– Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды памяти

Память – это процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Процессы памяти принято называть мнемическими процессами (от греческого «мнеме» – память). Длительное время житейская практика и научная психология значительно упрощали наши представления о сущности памяти как когнитивного процесса. Господствовала метафора глины или восковых дощечек Платона, которые сохраняют след (отпечаток) воздействия раздражителя. Такой подход характерен для ассоциативной психологии и бихевиоризма.

Современная когнитивная психология исходит из принципа активности памяти. Память обеспечивает не только сохранение и воспроизведение информации, но и влияет на характер ее восприятия.

Виды памяти. В качестве оснований для классификации памяти по ее видам выступают: особенности материала запоминания и воспроизведения; характер деятельности, в ходе которой совершается процесс запоминания и воспроизведения (непроизвольная и произвольная память); способ запоминания (механическая и смысловая память); время сохранения образов (сенсорная, кратковременная и долговременная память); степень осознанности запоминаемой информации (имплицитная и эксплицитная память). Впрочем, как утверждает Ги Лефрансуа, существует всего два вида памяти: хорошая и плохая, и большинство обыкновенных людей владеют последней.

В отечественной психологии наиболее признана классификация видов памяти, предложенная П. П. Блонским. В зависимости от особенностей материала запоминания и его воспроизведения он выделяет моторную, или двигательную память; аффективную (эмоциональную) память; образную память и вербальную, или словесно-логическую память. Развитие памяти у отдельного индивида (в онтогенезе) повторяет ее развитие на разных ступенях

исторического развития человечества (в филогенезе), то есть в соответствии с принципом единства онтогенетического и филогенетического развития

2. Процессы памяти

Исторически в психологии принято выделять такие процессы памяти, как запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание. Современная когнитивная психология использует специальную терминологию: кодирование, хранение, извлечение и забывание.

Запоминание представляет собой обобщенное название мнемических процессов, обеспечивающих удержание информации или опыта в сознании человека. Принято выделять две (непроизвольная и произвольная) или три (запечатление, непроизвольная и произвольная) формы запоминания. Запечатление – это запоминание однократно предъявляемого в течение короткого времени материала. Непроизвольное запоминание – сохранение материала без наличия специальных волевых усилий и сознательного использования каких-либо мненимических приемов. Произвольное (преднамеренное) запоминание или заучивание – обусловленное наличием волевых усилий сохранение материала на максимально продолжительный срок с целью последующего извлечения. Другими словами, произвольное и непроизвольное запоминание определяется их местом и ролью в структуре психической деятельности.

Сохранение – мнемический процесс долговременного удержания в латентном (скрытом) состоянии воспринятой ранее информации. Воспроизведение – мнемический процесс воссоздания (восстановления и реконструкции) сохраненной раннее и актуализированной информации. Оно имеет три формы: узнавание; непроизвольное, или собственно воспроизведение; произвольное воспроизведение, или припоминание. Узнавание – кратковременное воспроизведение образа при повторном восприятии объекта. Непроизвольное воспроизведение – непосредственное воспоминание, обусловленное представлениями, мыслями или чувствами или деятельностью, выполняемой в данный момент (например, чтение книги). Произвольное воспроизведение – осмысленное воспоминание, требующее определенных волевых усилий. Оно связано с постановкой специальной репродуктивной задачи и использованием определенных приемов. Припоминание – наиболее активная форма воспроизведения, связанная с избирательностью и реконструкцией воспроизводимой информации.

Компьютерная метафора позволила представителям когнитивной психологии по-новому посмотреть на процессы памяти и механизмы их функционирования. Описание человеческой памяти во многом стало

идентично характеристике работы компьютера. Согласно когнитивистам, информация кодируется, хранится (архивируется) и извлекается.

Кодирование предполагает отбор релевантной (значимой) информации и ее преобразование в адекватную форму хранения. Определенную аналогию можно провести между кодированием и вводом данных в персональный компьютер. Принято считать, что кодирование осуществляется на уровне сенсорной, кратковременной и долговременной памяти.

Хранение – это накопление и удержание информации в сознании с целью ее дальнейшего использования. Канадский психолог Э. Тульвинг конкретизировал представления о способах хранения информации в эпизодической и семантической памяти как формах долговременной памяти. Эпизодическая или автобиографическая память – это память на субъективно переживаемые события, которые связаны с конкретным местом и временем. Семантическая память сохраняет наши знания о мире, обусловленные определенной культурой.

Принято выделять три формы организации памяти: пространственную, ассоциативную и иерархическую. Пространственная организация памяти лежит в основе построения когнитивных карт и позволяет соотносить наиболее значимые события или предметы («опорные точки»). Ассоциативная организация отражает способ группировки элементов в соответствии с общими признаками или со сходными функциями (например, музыкальные инструменты). Иерархическая организация семантической памяти позволяет расположить различные категории в зависимости от уровня их обобщенности и связей между ними. Извлечение – процесс актуализации и воспроизведения информации из долговременной памяти в кратковременную память (в сферу активного сознания). Различают два вида извлечения: узнавание и воспоминание.

3. Классические теории памяти

Теория памяти в ассоциативной психологии. Учение об ассоциациях принято считать первой теорией памяти. Ее истоки можно обнаружить в работах Платона и Аристотеля. Расцвет ассоционизма приходится на XVIII век (Д. Юм, Д. Гартли). В конце XIX начале XX в. ассоциативная теория стала ведущим направлением в психологии. Центральным понятием и одновременно объяснительным принципом в ассоциативной психологии выступает понятие ассоциации. Ассоциация означает связь, соединение. Ее принцип сводится к следующему: если определенные психические образования возникли в сознании одновременно или непосредственно друг за другом, то между ними возникает ассоциативная связь, и повторное появление

какого-либо из элементов этой связи с необходимостью вызывает в сознании представление всех остальных ее элементов.

Заслугой ассоциативной теории памяти можно считать первые экспериментальные исследования Г. Эббингауза и Г. Мюллера. Основоположником экспериментальных методов исследования памяти в ассоциативной психологии является немецкий психолог Герман Эббингауз. Остановимся на описании двух его экспериментов, в результате которых были открыты кривая забывания или «кривая Эббингауза» и «эффект края».

Память в бихевиоризме. Основатель бихевиоризма Джон Уотсон полагал, что память представляет собой сохранение в течение определенного времени видимых телесных навыков. Сам термин «память» он считал излишним. Поэтому феномены памяти бихевиористы изучали в контексте научения, под которым они понимали систематическое видоизменение поведения при повторении одинаковой ситуации. Бихевиористы накопили значительный фактический материал о влиянии повторения на успешность заучивания, о зависимости его от объема и характера материала, от положения элемента в ряду. Бихевиористы значительно упростили представление о памяти, сведя ее к навыку и предложили объективные методы изучения памяти.

Структурная теория памяти в гештальтпсихологии. Взгляды представителей гештальтпсихологии (В. Келер, К. Коффка, М. Вертгеймер) основаны на философии холизма. Они по-новому оценили принцип ассоциации – в основе образования ассоциаций лежит закон целостности. Закон организации запоминаемого материала является универсальным для восприятия и обучения. По В. Келеру, слова запоминаются лучше, чем бессмысленные слоги, в силу их организованности.

Социологическое направление в психологии памяти. Принципиальное значение в анализе мнемических процессов имело положение о социальной природе памяти человека и возможности социального управления ее процессами (П. Жане, Л. С. Выготский и А. Р. Лурия, А. Н. Леонтьев, Ф. Бартлетт). В основе этого направления лежит принцип первичности социального по отношению к индивидуальному. Впервые социальную природу человеческой памяти стала изучать французская социологическая школа.

По мнению представителей французской социологической школы, память представляет собой особое действие, изобретенное людьми в ходе исторического развития. Она возникла вместе с возникновением социального поведения. Точнее, можно выделить два вида памяти: натуральную память, присущую всем живым существам, и специфически человеческую память.

Дальнейшее развитие социологическое направление в психологии памяти нашло в работах Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева. Они по-другому интерпретировали роль средств в запоминании информации. Основным принципом организации памяти, по мнению Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева, является принцип использования внешних и внутренних средств запоминания и забывания. Согласно культурно-исторической теории Л. С. Выготского, каждая высшая психическая функция, в том числе и память, возникает дважды. Сначала как внешняя (натуральная) интерпсихическая функция, и лишь затем она интериоризируется, то есть переносится во внутренний план, и становится интрапсихической функцией.

При этом именно использование средств принимается в качестве критерия, на основе которого определяется граница между памятью как натуральной психической функцией и памятью как высшей психической функцией.

Деятельностная концепция памяти. Названной выше концепции характерна трактовка памяти как деятельности. Память означает использование и участие предыдущего опыта в настоящем поведении. По Л. С. Выготскому, память и в момент закрепления реакции, и в момент ее воспроизведения представляет собой деятельность в полном смысле этого слова.

4. Теории памяти в когнитивной психологии

Значительное влияние на развитие психологии памяти оказало положение У. Джеймса о первичной и вторичной памяти. Первичная память, или память-впечатление, образует область психологического настоящего и обеспечивает сохранение информации на уровне активного сознания. Вторичная память (память на постоянные знания) соответствует информации, которая отсутствует в активном сознании человека и является его психологическим прошлым.

Модальная модель памяти Аткинсона – Шиффрина. Современная когнитивная психология рассматривает процессы памяти с точки зрения поиска, сохранения и переработки информации по аналогии с компьютером. Целостный процесс усвоения информации условно делится на периоды, каждый из которых отличается определенной автономностью и особенностью. Когнитивисты различают три вида памяти по длительности сохранения и переработки информации: сенсорную (СП), непосредственную, ультракратковременную; кратковременную (КВП) и долговременную (ДВП) память.

Широкое распространение получила теория памяти, предложенная Р. Аткинсоном и Р. Шиффриным. Они разделяли концепцию двойственной

памяти Н. Во и Д. Нормана, но конкретизировали содержание КВП и ДВП. Исходя из представлений о фиксированной структуре и меняющихся процессах управления, ученые разграничили понятия «память» и «хранилище памяти».

Термином «память» они обозначили подлежащую сохранению информацию, а термином «хранилище» – структурный элемент, в котором эта информация хранится. Другими словами, они учитывали и время сохранения структурного элемента, и место его расположения в структуре памяти. Согласно модальной модели памяти, информация из внешнего мира поступает в сенсорную память, где не кодированный сенсорный сигнал определенной модальности сохраняется в течение ультракороткого времени. После того, как часть информации утрачивается, она поступает в кратковременную память. Если на уровне КВП информация подвергается повторению, то она поступает в следующий отдел хранения – долговременную память.

Теория оперативной (рабочей) памяти Бэддели – Хитча. Альтернативную теорию предложили А. Бэддели и Г. Хитч в 1974 г. Согласно этой теории, промежуточная память не ограничивается функцией пассивного повторения, она представляет собой динамичную и организованную систему. В связи с этим они ввели понятие рабочей памяти. Она включает следующие компоненты: центральный процессор, артикуляционную (фонологическую) петлю, визуально-пространственный блокнот и первичное акустическое хранилище.

Центральный процессор принимает участие в обработке стимулов всех модальностей и определяет целесообразность использования других подсистем, то есть помещать, извлекать или перемещать информацию в любую из них. Однако, он настолько мало изучен, что даже само его существование вызывает сомнение. Артикуляционная петля – это компонент рабочей памяти, который представляет собой вспомогательную систему для временного хранения доступной информации. Она обеспечивает обработку и сохранение вербальной (слуховой) информации. Мы прибегаем к ней по мере необходимости, когда повторяем информацию про себя, чтобы лучше ее запомнить. Артикуляционную петлю называют также «внутренним голосом» или субвокализацией.

Слова, выраженные в устной форме, напрямую поступают в артикуляционную петлю; слова, представленные в письменной форме, сначала преобразуются в фонологический код. Следы в слуховом хранилище очень быстро угасают, но могут быть восстановлены при помощи субвокализации или повторения.

Визуально-пространственный блокнот «работает» с визуальной и пространственной информацией, включая мнемонику, пространственное

мышление, планирование и ориентацию. Первичное акустическое хранилище, или «внутреннее ухо», как подсистема рабочей памяти составляет содержание феномена «Что вы сказали».

Попытку удержать информацию в оперативной памяти А. Бэддели сравнивал с цирковым номером, в котором артист поочередно раскручивает на палочках тарелочки. Он должен успеть придать каждой тарелочке новый импульс прежде, чем она замедлит кружение и упадет. С оперативной памятью дело обстоит так же. Попытка удержать в ней большое количество элементов требует возвращения к первому элементу, точнее, времени на то, чтобы его вспомнить и дополнительно повторить. А. Бэддели полагает, что имеет значение не только количество запоминаемых слов, но и их длина. Мы способны удерживать в оперативной памяти такое количество информации, которое в состоянии повторить в артикуляторной петле приблизительно за 1,5 – 2 с.

5. Приемы рационального запоминания. Мнемоника

Мнемоника – искусство запоминания, совокупность приемов и способов, имеющих целью облегчить запоминание возможно большего количества событий и фактов.

Изобретателем мнемоники (или мнемотехники) считается поэт Симонид Кеосский. Он присутствовал на пиру, устроенном одним из фессалийских аристократов, где исполнил свою лирическую поэму. Когда он вышел из зала, крыша здания обрушилась, и все участники пира погибли под ее обломками. Симонид помог родственникам опознать погибших, так как запомнил порядок расположения гостей за столом. Принцип упорядочивания информации с помощью метода мест лег в основу искусства («системы вспоможения») памяти.

Мнемоника представляет собой область прикладных аспектов психологии памяти, связующее звено между ее теорией и практикой. По мнению Р. Солсо, мнемонические приемы наиболее эффективны, во-первых, при хранении и кодировании; во-вторых, при воспроизведении информации.

Современный взгляд на память как когнитивный процесс отличается: во-первых, ее системным анализом, взаимопроникновением аттенционных, перцептивных и собственно мнемических процессов, а также единством мышления и сознания; во-вторых, осознанием того, что память принадлежит не только прошлому, но настоящему и будущему активной личности, субъекту познавательной деятельности.

Лекция 18–20. Мышление

План

1. Понятие и общая характеристика мышления. Виды мышления.
2. Классические теории мышления (Вюрцбургская школа и гештальтпсихология).
3. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже.
4. Теория интеллекта (мышления) Дж. Брунера. Профиль мышления.
5. Мышление как способ формирования понятий. Понятийное мышление (М. А. Холодная).
6. Мышление как способ решения задач. Стратегии мышления.
7. Дивергентное и конвергентное мышление (Дж. Гилфорд).
8. Логические (мыслительные) операции: деление и обобщение (генерализация).

Основная литература

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и общая характеристика мышления. Виды мышления

Мышление – это процесс обобщенного и опосредствованного познания (отражения), состоящий в открытии и преобразовании отношений между предметами и явлениями действительности. Из приведенного выше определения можно выделить три существенных признака мыслительного процесса:

- мышление – обобщенное познание (отражение) действительности;
- мышление – опосредствованное, выходящее за пределы непосредственного опыта, отражение действительности;
- мышление – отражение существенных связей и отношений между предметами и явлениями.

Мышление оперирует обобщенными категориями, конкретное, как правило, присутствует в мыслительных процессах не на правах фигуры, а на правах фона. Например, в природе нет «деревьев», есть «береза», «ель» или «лиственница». Ограниченные способности к обобщению в диагностике являются критериями определенной патологии мышления.

Современная когнитивная психология под мышлением понимает процесс формирования ментальных репрезентаций посредством преобразования воспринимаемой или извлеченной из прошлого опыта информации. Р. Майер приводит три основные характеристики мышления: во-первых, это внутренний познавательный процесс, оно когнитивно; во-вторых, процесс манипулирования ментальной информацией (знаниями); в-третьих, направленный (хотя и не всегда правильный) процесс (Солсо, 1996). Содержание понятия мышления можно конкретизировать через типологию его видов.

Виды мышления. Наиболее полно типология видов мышления в отечественной психологии представлена в работах Р. С. Немова, в зарубежной психологии – Дж. Брунера. Так, Р. С. Немов выделяет практическое и теоретическое мышление, каждое из которых соответственно подразделяется на два подвида: наглядно-действенное и наглядно-образное мышление и теоретическое образное и теоретическое понятийное мышление.

Когнитивный психолог Дж. Брунер по характеру воспринимаемой информации и соответствующему типу ее репрезентации выделяет в профиле мышления 4 базовых и 6 комбинированных видов. К базовым типам он относит предметное, образное, знаковое и символическое мышление.

Предметное мышление неразрывно связано с предметом в пространстве и во времени и осуществляется как преобразование информации с помощью предметных действий. Операции предметного мышления выполняются строго последовательно. Его результатом является мысль, воплощенная в новой когнитивной конструкции. Таким типом мышления обладают люди с практическим складом ума. Образное мышление осуществляется с помощью манипулирования образами предметов, когда его свойства воспринимаются отвлеченно от непосредственного носителя. Таким мышлением обладают люди с художественным складом ума.

Знаковое мышление оперирует информацией на уровне умозаключений. Знаки группируются в более крупные структуры, результатом является мысль в форме понятия или высказывания, фиксирующего существенные отношения между предметами и явлениями. Это тип мышления людей с гуманитарным складом ума.

Символическое мышление преобразует информацию с помощью логических операций, его результатом является мысль, выраженная в виде

структур или формул, фиксирующих существенные отношения между символами. Такое мышление характерно для людей с математическим складом ума.

На четырех базовых видах мышления, а следовательно, и способах репрезентации, основаны следующие комплексные типы: предметно-образное (практическое), предметно-знаковое (гуманитарное), предметно-символическое (операторное), образно-знаковое (художественное), образно-символическое (техническое) и знаково-символическое (теоретическое) мышление

2. **Классические теории мышления (Вюрцбургская школа и гештальтпсихология)**

Мышление изначально представляет собой междисциплинарный предмет исследования. Помимо психологии, мышление изучают логика и философия, в частности гносеология (теория познания). Поэтому все психологические теории мышления или базируются, или включают в себя непсихологические аспекты. Так, ассоциативная психология исходила из положений английской эмпирической философии, психология мышления вюрцбургской школы – из идеалистической философии гуссерлианства и холизма, бихевиоризм – из философии прагматизма, отечественная психология мышления – из диалектической логики.

Ассоциативная теория мышления. Согласно эмпирической философии, познавательные способности, дарованные человеку Богом или природой, противостоят свойствам объектов окружающего его мира. В качестве основных познавательных способностей философы рассматривают созерцание (способность сенсорной системы осуществлять в контакте с объектами их образно-чувственное отражение), мышление и рефлексию (способность субъекта оценивать свои врожденные формы психической активности и соотносить с ними факты перцепции и выводы мысли). В свою очередь, мышление – это способность к обобщению полученных чувственных данных путем абстрагирования от их несущественных особенностей с помощью логических (мысленных) операций.

Процессы мышления в ассоциативной психологии считались недоступными для экспериментального исследования, поэтому изучались продукты человеческой деятельности. Метод исследования определил название теории мышления в ассоциативной психологии – теория репродуктивного мышления.

В отечественной психологии Л. С. Выготский допускал, что принцип ассоциаций может быть применен к простым формам обобщения

(комплексам). На этом подходе выполнены работы Ю. А. Самарина и П. А. Шеварева.

Бихевиористы изучали мышление, исходя из общепринятой формулы «стимул – реакция». Так, по Дж. Уотсону, понятие мышления должно быть расширено за счет включения в него всех видов речевой деятельности, а также других замещающих ее деятельностей. Другими словами, Дж. Уотсон мышление человека отождествлял с внутренней речью и даже со средствами невербальной коммуникации. Они экспериментально доказывали существование когнитивных структур и их роль в поведении животных и человека, а также влияние внешних и внутренних (например, мотивации) факторов на их развитие.

Таким образом, первые экспериментальные подходы к изучению мышления в ассоциативной психологии и бихевиоризме послужили делу накопления психологических фактов о зависимости результатов мыслительной деятельности от характера стимулов, их пространственной и временной организации. Однако, никаких закономерностей мышления стимульно-ассоциативные методы не выявили (Гурова, 2005).

Первую теорию мышления, как принято считать, предложили представители гештальтпсихологии (М. Вертгеймер, В. Келер, К. Коффка, К. Дункер). Они опирались на философские концепции Э. Гуссерля и А. Бергсона, в частности на положение о непосредственном созерцании сущности вещей. Гештальтпсихология значительных успехов достигла в изучении восприятия, и затем многое перенесла на исследование мышления высших животных и человека. Мыслительные процессы она изучала методом решения задач: создания для испытуемых проблемных ситуаций, в ходе решения которых проявлялись личностные стереотипы (индивидуальные особенности), закономерности постижения нового знания. Другими словами, под мышлением они стали понимать процесс внезапного, неподготовленного предыдущей аналитической деятельностью понимания существенных отношений в проблемной ситуации.

В гештальтпсихологии мыслительный процесс есть последовательная смена разных типов целостного видения проблемной ситуации – смета гештальтов. В сою очередь, мышление – это процесс переструктурирования проблемной ситуации в сознании (феноменальном поле) субъекта, ведущие к непосредственному усмотрению (инсайту) искомого решения. Основной механизм мышления – установление новых отношений между данными, составляющими проблемную ситуацию, путем их переструктурирования (Маланов, 2005)

3. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже

Теория Ж. Пиаже оказала наиболее значительное влияние на развитие современной психологии в целом, а также таких отраслей, как общая и педагогическая психология и психология развития. По его мнению, когнитивное развитие является результатом адаптации индивидуума к изменениям окружающей среды. Ж. Пиаже выделяет два механизма приспособления: ассимиляцию и аккомодацию.

Человек по мере своего когнитивного развития закономерно проходит ряд стадий. Стадия сенсомоторного интеллекта. Стадия получила название по доминирующему способу реагирования ребенка на окружающий его мир: при помощи сенсорных и моторных схем поведения. В это время почти полностью отсутствует речь и внутренние репрезентации. Ребенок – эгоцентричен, у него сначала отсутствует всякое самосознание. Он живет «здесь и сейчас», в мире, где объекты существуют только тогда, когда ребенок непосредственно их воспринимает и манипулирует ими: «с глаз долой – из сердца вон».

Стадия дооперационального мышления. Названная стадия обычно делится на две подстадии: допонятийную и интуитивную. На допонятийной стадии ребенок приобретает способность к внутренней (психической) репрезентации объектов, но реагирует на все сходные объекты как идентичные. Другими словами, дети еще не способны понять свойства классов предметов: некоторое время все мужчины для них – «папа», все женщины – «мама». Характерной чертой их мышления остается трансдуктивная логика – рассуждение от частного к частному. К четырем годам (на интуитивной стадии) мышление становится более логичным, хотя и управляется по-прежнему восприятием. Такой характер мышления не позволяет детям решать задачи на сохранение.

Стадия конкретных операций. В возрасте 7–8 лет дети совершают переход от дооперациональной стадии к стадии конкретных операций, от дологического (эгоцентрического) мышления, основанного на непосредственно восприятии, к мышлению по правилам логики. Центральным понятием для характеристики данного периода является понятие операции. По Ж. Пиаже, операция – это действие, которое осуществляется в уме, и является результатом интериоризации физических схем сенсомоторного периода; действие комбинированное, упорядоченное и весьма общего характера; действие, которое осуществляется внутри упорядоченной системы операций (Доналдсон, 1986). Главной особенностью операционального мышления является обратимость, то есть способность системы вернуться к исходному.

Стадия формальных операций. На данной стадии когнитивного развития мышление подростков становится гипотетико-дедуктивным. Они способны

выдвигать гипотезы и решать абстрактные (отвлеченные) задачи, способны рассуждать дедуктивно (от общего к частному) без опоры на конкретику.

По Ж. Пиаже, развитие мышления осуществляется от эгоцентризма или центрации через последовательную смену ряда стадий и заканчивается к 14–15 годам децентрацией, как способностью принимать другую точку зрения

4. Теория интеллекта (мышления) Дж. Брунера. Профиль мышления

Когнитивные психологи рассматривают мышление в более широком контексте переработки информации. По их мнению, развитие мышления связано с возникновением символических функций, с усвоением и формированием понятий. При помощи внутренних когнитивных структур (образов и понятий) человек активно извлекает информацию из окружающей его среды, организует и интерпретирует ее, а также использует в последующей познавательной деятельности. Современный когнитивизм основан на теориях Ж. Пиаже, Л. С. Выготского и Дж. Брунера.

Теория мышления (научение путем открытий) Дж. Брунера. Эволюцию человеческого мозга и мышления человека Дж. Брунер считал результатом трех «волн открытий» (научных революций). Первая волна открытий связана с изобретением механических машин и приспособлений, которые значительно расширили моторные способности человека. Вторая волна открытий (изобретение радио и телевидения) увеличила сенсорные возможности человека: способность лучше видеть и слышать, чувствовать и ощущать на расстоянии без непосредственного контакта с миром предметов. Создание языков программирования и компьютерных систем ознаменовало третью волну научных открытий, которая повлияла на интеллектуальные способности человека.

Дж. Брунер провел прямую параллель между историей научных открытий и системами репрезентаций, которые используют дети по мере их умственного развития.

Развитие мышления и интеллекта осуществляется как последовательная смена систем репрезентаций: от инактивной (двигательной) репрезентации через иконическую (образную) репрезентацию к символической репрезентации (Лефрансуа, 2003а). Согласно Дж. Брунеру, познание, последовательное и умственное развитие ребенка начинается с сенсомоторного отображения действительности. По его мнению, ничто не может быть включено в нашу мысль, если сначала не прошло через наши чувства (сенсорику) и двигательную активность (моторику). Ребенок вступает в непосредственный контакт с окружающими его предметами. Он не доверяет глазам, он должен все потрогать своими руками, по возможности узнать, что

находится внутри предметов. При этом вещи не отчуждаются от его ощущений, а являются их продолжением (Годфруа, 1996). В результате они приобретают «репрезентацию в мышцах» (Лефрансуа, 2003), формируется определенный навык и возникает инактивная (двигательная) репрезентация.

По мере умственного развития происходит замещение непосредственного манипулирования предметами на манипулирование их образами в сознании ребенка. Ребенок интериоризирует («переносит внутрь») и запечатлевает (как бы фотографирует) в памяти воспринятые ранее предметы. Такая внутренняя репрезентация получила название иконическое отображение. Термин «икона» буквально означает «образ». Это период преимущественного развития памяти и наглядно-образного мышления.

Две названные выше стадии развития мышления основаны на научении и восприятии как взаимосвязанных процессах обработки информации. По Дж. Брунеру, они отражают нашу потребность в упрощении и осмыслении окружающей среды. В результате этого упрощения и осмысления, концептуализации и классификации формируются понятия или категории (группы родственных объектов или событий). В этом смысле категория является и понятием (концептом), и объектом восприятия (перцептом), и правилом для отнесения объектов в один класс (Лефрансуа, 2003).

Другими словами, постепенно мир предметов и образов уступает место понятиям как символическому отображению действительности. При этом, опираясь на раннюю теорию Л. С. Выготского, Дж. Брунер главное значение в формировании понятий отводит слову. По Дж. Брунеру, назвать предмет – значит иметь о нем представление (понятие). Так в подростковом и юношеском возрасте осуществляется формирование символических репрезентаций и становление стадии символического отображения действительности.

Таким образом, когнитивная теория мышления Дж. Брунера представляет собой спиралевидную модель познания. С возрастом умственное развитие личности ускоряется и осуществляется как смена трех стадий, каждая из которых основана на определенной системе репрезентаций: двигательной (инактивной), иконической и символической. Идеи Дж. Брунера нашли широкое применение в педагогической психологии. Особого внимания заслуживает его положение о том, что ребенка можно научить всему, чему угодно, но только… на языке ребенка (Bruner, 1986).

5. Мышление как способ формирования понятий. Понятийное мышление (М. А. Холодная)

Выготский выделяет три стадии развития понятий: 1. Синкретические группы-образы, выделенные на основе субъективно устанавливаемых

ребёнком отношений между вещами; 2. Понятия-комплексы, выделенные уже на основе объективных связей между предметами, на основании их наглядного сходства и различия, которые можно также генетически (в развитии от предшествующей к последующей стадии) поделить следующим образом: ассоциативный комплекс с ядром (объёмом одного знака является множество предметов, сходных по различным независимым основаниям с каким-то предметом, который вследствие субъективной значимости для ребёнка является ядром комплекса); комплекс-коллекция (объёмом одного знака является множество вещей представляющих по какому-то признаку (цвет, форма) весь спектр возможных вариантов); цепной комплекс (ассоциативный комплекс со стихийно меняющимся ядром); диффузный комплекс (объёмом одного знака является множество вещей, схожих по одному признаку, но граница дифференциации по нему со временем размывается, и в итоге у включённых в конце предметов может быть мало общего с теми, которые были включены вначале); комплексы-псевдопонятия (объёмом одного знака является множество вещей, эквивалентное объёму соответствующего подлинного понятия; но псевдопонятие отличается от истинного понятия структурой и способом формирования: у псевдопонятия нет содержания, каждый предмет включается в его объем на основании наглядного сходства, в нём не выделяется, не абстрагируется система общих признаков; ребёнок не может сказать, относится ли вещь к тому или иному понятию-комплексу, не сравнив её наглядно-образно с другими); 3. Подлинные понятия, с абстрагированной от класса вещей (хоть и не всегда осознаваемо) системой признаков. Понятийное мышление – ведущий вид мышления, характеризуется использованием понятий, логических конструкций, которые существуют на базе языка и языковых средств. Понятийное мышление – осознанное вербальное мышление. Формируется в 6–7 лет. Предполагает использование: индукции, дедукции. Характеризуется: высокой критичностью; повышением понимания скрытого смысла и подтекста; различие иерархии признаков (центральные, существенные, случайные, периферические).

Понятийные психические структуры – это интегральные когнитивные структуры, особенности устройства которых характеризуются включенностью разных способов кодирования информации, представленностью визуальных схем разной степени обобщенности и иерархическим характером организации семантических признаков.

Многие исследователи признавали особую роль понятийного мышления в структуре интеллекта, рассматривая способность к понятийному отражению как высшую стадию интеллектуального развития (приурочивая ее, как правило, к подростковому возрасту), а понятийную мысль – как один из наиболее эффективных познавательных инструментов.

Процесс понятийного обобщения порождает особый тип понимания действительности, основанный на радикальной перестройке наличных семантических структур. Во-первых, знание об объекте на понятийном уровне – это всегда знание некоторого множества разнокачественных признаков соответствующего объекта (деталей, актуальных и потенциальных свойств, закономерностей возникновения, связей с другими объектами). Возможность выделения, перечисления этих признаков и объяснение на их основе других признаков приводят к тому, что имеющиеся у человека сведения об объекте превращаются в целостное и в то же время дифференцированное знание, элементы которого отвечают требованию полноты, расчлененности и взаимосвязанности.

Во-вторых, понятийное обобщение не сводится к отбрасыванию тех или иных конкретных, индивидуально-специфичных признаков объектов и выделению только лишь общего им признака. При образовании понятия имеет место особого рода синтез признаков разной степени обобщенности в итоговом обобщающем понятии, в котором они сохраняются уже в измененном, «снятом» виде. Следовательно, понятийное обобщение выступает как особая форма семантического синтеза, благодаря которому любой объект одновременно осмысливается в единстве его конкретноситуативных, предметно-структурных, функциональных, генетических, видовых и категориальнородовых признаков.

В-третьих, отличительной чертой понятийного обобщения является упорядочение всех наличных признаков объекта по степени их обобщенности. В частности, среди множества одновременно мыслимых признаков того или иного объекта человек оказывается в состоянии отделить его ситуативные признаки от инвариантных, оценить эти признаки как много- или маловероятные, рассмотреть их как специфические или универсальные и т. д. Иными словами, в психическом пространстве понятийной мысли каждый признак приобретает качество «уровневости» (и соответственно значение слова оказывается представленным в индивидуальном опыте в виде своего рода иерархической семантической матрицы). Характерно, что собственно понятийное познание организуется именно вокруг обобщенных признаков объекта, которые позволяют включать его в какие-либо категории. По словам Р. Глезера, эти обобщающие принципы не заданы в самой проблемной ситуации, они «выводятся из знаний субъекта» (Glaser, 1984).

В-четвертых, специфическим для понятийного обобщения является воспроизведение в понятийном образе объективно значимых аспектов действительности. Какие психологические механизмы понятийного отражения позволяют мысли субъекта разграничивать существенные и несущественные признаки события? Особое значение в этом случае, как

отмечает Л.М. Веккер, имеет иерархическая организация понятийной структуры, поскольку информация одновременно перерабатывается в системе разных уровней обобщения. Тем самым создаются условия для выделения семантических инвариантов, в результате чего понятийная мысль освобождается от влияния эгоцентрической познавательной позиции, а понятийное знание приобретает уникальное свойство интра- и интерсубъективной стабильности.

Итак, рассмотренные выше особенности психической организации понятийной структуры (разнообразие когнитивного состава, взаимообратимый перевод словесно -речевых и образных компонентов опыта, разноуровневость семантических признаков) позволяют рассматривать ее в качестве интегрального когнитивного образования, в формировании которого участвуют все «нижележащие» базовые когнитивные механизмы переработки информации (способы кодирования информации, когнитивные схемы, семантические структуры и, возможно, архетипические структуры индивидуального опыта).

Будучи интегральными когнитивными образованиями, понятийные структуры, по-видимому, принимают самое активное участие в организации всех других форм ментального опыта. Соответственно чем выше уровень сформированности понятийных структур, тем большее влияние понятийное мышление оказывает на устройство и функционирование индивидуального интеллекта.

6. Мышление как способ решения задач. Стратегии мышления

Определение мышления как процесса решения задач используется в экспериментальных исследованиях конкретных механизмов познания, при диагностике мышления. Любая задача имеет объективную (предметную) и субъективную (психологическую) структуру. Объективно задача вкл. в себя: набор определенных условий; требование, которое нужно достичь. С психологической точки зрения требованию задачи соответствует субъективно поставленная цель, а условиям – средства ее достижения. Движущей силой процесса мышления являются возникающие противоречия в субъективной структуре – между целью и средствами.

Следовательно, решение задачи – процесс достижения поставленной цели и поиск необходимых для этого средств в данных условиях. Выделяют три типа мыслительных действий, характерных для процесса решения задач: ориентировочные действия, исполнительные действия и нахождение ответа.

Ориентировочные действия начинаются с анализа условий. Главное в мыслительном поиске - возникновение гипотезы. Она возникает на основе полученной информации, анализа условий и способствует дальнейшему

поиску, направляет движение мысли, в итоге переходит в план решения. В возникновении гипотезы обычно проявляются творческие возможности личности. Исполнительные действия сводятся в основном к выбору приемов решения задачи.

Нахождение ответа состоит в сверке решения с исходными условиями задачи. Если в рез-те сличения рез-т согласуется с исход. условиями, процесс прекращается. Если нет – процесс решения продолжается и протекает до тех пор, пока решение не будет окончательно согласовано с условиями задачи. Для псих-го. анализа процесса решения задачи важно знание о наличии или отсутствии в прошлом опыте субъекта готовых ср-в достижения цели. Если такие ср-ва есть, то ситуация не будет для субъекта проблемной и ее решение фактически сведется к использованию сформированного мыслит. действия, к воспроизводству готового знания – репродуктивное мышление. Только при отсутствии готовых средств достижения цели возникает необходимость их поиска, создания.

Решение задачи, особенно в условиях дефицита времени, обусловлено определенными правилами или способами, которые принято называть стратегиями. Стратегии мышления изучали Дж. Брунер и К. Левин (Годфруа, 1996). Они обосновали три тактических подхода: случайный, рациональный и системный перебор. Случайный перебор предполагает последовательное выдвижение и проверку гипотез, выбор которых осознается после определенного действия. Проверка осуществляется наугад и до верного решения. Считается, что в результате этой стратегии была открыта Америка. Однако, использование случайного перебора, как правило, не эффективно и не всегда безопасно. Эта стратегия вряд ли целесообразна при проверке наличия электричества в розетке или классификации грибов на ядовитые и съедобные.

Рациональный перебор основан на предварительном анализе ситуации и использовании определенного промежуточного или наименее рискованного решения (допущения). Так работает компьютер. Системный перебор предполагает одновременное выдвижение и проверку нескольких гипотез. Это самая строгая, но и самая скучная, стратегия. Системный перебор редко используется в житейской практике. При решении одной и той же проблемной задачи могут быть использованы разные стратегии.

7. Дивергентное и конвергентное мышление (Дж. Гилфорд)

Джой Гилфорд издал книгу: Природа человеческого интеллекта / The Nature of Human Intelligence, где ввёл условные понятия конвергентного и дивергентного мышления. Под конвергентным («сходящимся») мышлением понимается поиск единственного решения. «Если говорить коротко, под конвергентным мышлением понимается линейное, логическое (дискурсивное)

мышление, предполагающее одно-единственное правильное решение проблемы. Именно этот тип мышления ассоциируется с ай-кью и классическим методом преподавания» (Г. Алдер, 2004).

Под дивергентным («расходящимся») мышлением понимается «веерообразный» поиск по всем направлениям, часто приводящий к оригинальным решениям. Дж. Гилфорд писал: «Под креативностью следует понимать способность отказываться от стереотипных способов мышления. Основой креативности является дивергентное мышление…». «Дивергентное мышление против всякой однозначности, «чёрно-белых» истин. Ему чужды мертвящие, абстрактные схемы. «Дивергентный» ум нацелен на поиск инновационных путей, нетрадиционный идей. В литературе, адресованной массовому читателю, ближайшей параллелью дивергентному мышление является понятие горизонтального мышления». Понятие дивергентного мышления использовалось Дж Гилфордом для создания тестов творческих способностей, где учитывались как число сформулированных испытуемым идей, так и степень их редкости по сравнению с ответами других испытуемых.

8. Логические (мыслительные) операции: деление и обобщение (генерализация)

В психологической науке традиционно различают три формы мышления: понятие, суждение и умозаключение. Понятие – это отражение в сознании человека общих и существенных свойств предметов и явлений. Оно представляет собой основное содержание мышления, одну из форм его существования и одновременно способ действия с определенной реальностью.

Суждение – это форма мышления, в процессе которой отражаются или утверждаются связи между предметами и явлениями или их свойствами и признаками. Суждения образуются непосредственно, когда они выражают то, что воспринимается в данный момент, и опосредствованно, при помощи умозаключения или рассуждения. Суждения бывают истинными, или объективно верными, и ложными, несоответствующими объективной реальности.

Умозаключение – это выведение из одного или ряда суждений нового суждения, то есть «суждение о суждении». Различают индуктивное и дедуктивное умозаключение и умозаключение по аналогии. Индуктивное и дедуктивное умозаключения различаются по направленности рассуждения: от единичных фактов к общему выводу (индуктивное) или от общих фактов к общему выводу (дедуктивное). Аналогия – это такое умозаключение, в котором вывод делается на основании частного сходства между предметами и явлениями.

Операции мышления. Психология, которая, как известно, вышла из философии, надолго сохранила представление о наличии чувственного и абстрактного уровней познания. До сих пор в психологической науке не утратило значения выделение предметно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического мышления. Словесно-логическое мышление человека основано на системе логических (мыслительных) операциях.

По крупному счету, их всего две: деление и обобщение (генерализация). Деление включает в себя анализ, классификацию и абстрагирование; обобщение – синтез, систематизацию и конкретизацию. При этом все названные операции образуют определенный континуум и рассматриваются попарно:

1. Анализ и синтез. Анализ – это мыслительная операция разделения предметов и явлений на составляющие части, а также выделение из целого его отдельных сторон или отношений между его частями. Синтез – это мыслительная операция объединения элементов (частей или свойств предметов) в единое целое, построение целого из аналитически выделенных частей.
2. Классификация и систематизация. Классификация – мыслительная операция, результатом которой является совокупность понятий, классов объектов и явлений, сгруппированных по одному или более основаниям. Классификацией является известная периодическая система элементов Д. И. Менделеева. Напротив, систематизация – это мыслительная операция описания или осмысления чего-либо как системы, восхождение к системе как совокупности элементов и связей между ними, обладающих надсуммарной целостностью.
3. Абстрагирование и конкретизация. Абстрагирование – мыслительная операция отвлечения от каких-либо признаков предметов и явлений и выделение при этом их существенных свойств и отношений между ними. Конкретизация – мыслительная операция уточнения свойств и отношений между предметами и явлениями.

На первый взгляд, особняком расположена логическая (мыслительная) операция сравнения, то есть сопоставление предметов и явлений, нахождение сходств и различий между ними. На самом деле, мы подвергаем сравнению (сопоставлению) то, что остается после деления или обобщения.

Лекция 21. Воображение

План

1. Понятие и виды воображения. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения.

2. Функции воображения. Воображение и творчество.
3. Способы создания образов воображения.
4. Свойства образов воображения

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.

2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.

1. Понятие и виды воображения. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения

В современной психологической науке нет общепринятого понимания сущности воображения как познавательного процесса. Продолжается спор о правомерности его выделения в самостоятельную научную категорию. Известно, что еще в 1913 году Д. Уотсон исключил феномен фантазии из числа объектов психологической науки. Определение воображения и сегодня отсутствует во многих современных психологических энциклопедиях.

Воображение – это образно-информационное моделирование действительности на основе рекомбинации образов памяти (Еникеев, 2000).

Виды воображения. В психологии принято выделять виды воображения по следующим основаниям: по степени активности, по виду деятельности и по его результату. Наиболее полную и целостную классификацию воображения предложила И. В. Дубровина (1999):

- Непроизвольное, или пассивное воображение – вид воображения, при котором новые образы возникают под воздействием мало осознаваемых или неосознаваемых потребностей, помимо воли человека. К таким видам воображения относятся сновидения, галлюцинации и грезы.
- Произвольное, или активное воображение – процесс целенаправленного, преднамеренного построения образов желаемого будущего. По степени оригинальности оно может быть репродуктивным (воссоздающим) и творческим.

2. Функции воображения. Воображение и творчество

Воображение изначально возникает и развивается как полифункциональное психическое образование, участвующее в разных сферах жизни и деятельности личности (Палагина, 1997). Чаще всего приводятся следующие функции воображения: эвристическая или инновационная; когнитивная (познавательно-коммуникативная); регулятивная; антиципации и прогнозирования; прагматическая и социальная; психотерапевтическая и психокоррекционная. Впрочем, отношение к функциям воображения во многом аналогично отношению к творчеству: воображение можно развивать или только создавать условия для его высвобождения.

Основные положения. В психологической науке отношение к воображению не раз кардинально менялось от признания за ним роли самостоятельного познавательного процесса до его «растворения» в других когнитивных процессах: в восприятии, памяти и мышлении. Воображение – это психический познавательный процесс создания новых образов на основе ранее воспринятых или образно-информационное моделирование действительности на основе рекомбинации образов памяти.

Виды воображения принято выделять по степени активности сознания, виду деятельности и его результату. Оно может быть непроизвольным и произвольным, активным и пассивным, воссоздающим и творческим в разных сферах человеческой деятельности.

Неоднозначность определения предмета воображения не мешает теоретическим исследованиям и практическим разработкам в области механизмов воображения или способов создания его образов. Среди них значительное место занимают агглютинация, акцентирование, гиперболизация, типизация и метод сдвига.

Воображение – полифункциональное психическое образование. Оно имеет эвристическую, когнитивную, регулятивную, прогностическую, прагматическую и психотерапевтическую функции. Воображение, как ни какой другой когнитивный процесс, выделяет человека из окружающего мира, составляет его сущность и характеризует его индивидуальность. В научной литературе оно, как правило, положительно эмоционально окрашено, в житейской практике – может настораживать своею виртуальностью и оторванностью от реальности, граничащей с обманом. При этом наиболее устойчив в сознании обывателей миф о том, что у детей воображение лучше развито, чем у взрослых.

3. Способы создания образов воображения

Создание или рекомбинация новых образов предполагает наличие психических механизмов, которые могут быть реализованы в конкретных способах или даже техниках. Они основаны на способности подмечать, выделять в предметах и явлениях их специфические или неявные признаки и свойства и переносить их на другие предметы. К таким механизмам воображения относят агглютинацию, акцентирование, гиперболизацию, типизацию и метод сдвига.

Агглютинация («склейка») – частный случай комбинирования, творческий синтез, соединение несоединимых в реальности объектов или их свойств в одном образе.

Акцентирование – заострение, подчеркивание каких-либо признаков и создание на этой основе нового образа. Этот способ лежит в основе создания карикатур и дружеских шаржей.

4. Свойства образов воображения

Образы воображения в отличие от образов восприятия могут быть нереалистичными, фантазийными. Восприятие и память являются основой для воображения. Оно же, в свою очередь, служит основой наглядно-образного мышления. Это позволяет человеку решать задачи в условиях невозможности или нецелесообразности предметных действий.

Образы воображения формируются в процессе мысленного конструирования таких объектов, прообразы которых не существуют в окружающей среде. Эти образы должны предвосхищать в известном смысле результаты деятельности или служить средством разрешения определенных умственных задач. Преобразование наличного наглядного материала, в результате чего возникает добавочная информация о нем, и составляет главный момент творческого воображения.

Сознание может конструировать новые идеальные объекты, которые еще не имеют своего конкретного прообраза в объективном мире. Без способности к созданию таких образов творческое мышление было бы невозможно.

Познавательные образы можно подразделить на: 1) чувственно-наглядные и 2) рациональные (понятийные) образы, в отвлеченной форме отражающие наиболее общие и существенные стороны, связи и отношения объективного мира, недоступные непосредственно органам чувств.

Вместе с тем не существует каких-либо чувственных элементов, совершенно лишенных рационального содержания. Любые сигналы, поступающие через органы чувств, становясь фактами сознания, подвергаются вместе с тем логической обработке, входят в упорядоченный

строй наших знаний. Чувственные образы включаются в комплексы суждений и умозаключений, вне которых они были бы лишены общего значения. Поэтому понятия «чувственное познание», «чувственный образ» – это научно-теоретические абстракции, в которых выделена только одна сторона сложного процесса переработки.

Лекция 22. Речь

План

1. Понятие и виды речи.
2. Речь как средство мышления и общения.
3. Теории речи.
4. Языковая личность. Языковые способности.
5. Психолингвистические характеристики текстов

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Психология : пособие / Е. В. Бондарчук, Т. Д. Грицевич, А. П. Лобанов. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 416 с.
2. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/46863. – Дата доступа: 07.05.2021.

Дополнительная литература

4. Годфруа, Ж. Что такое психология : в 2 т. / Ж. Годфруа ; пер. с фр.: Н. Н. Алимова [и др.] ; под ред. Г. Г. Аракелова. – 2-е изд., стер. – М. : Мир, 1999. – Т. 1. – 491 с.
5. Нуркова, В. В. Общая психология : учеб. для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд. – М. : Юрайт, 2017. – 524 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2019. – 720 с.

1. Понятие и виды речи

В настоящее время язык и речь рассматривают как две формы общения или коммуникации. При этом принято считать, что язык есть у животных и человека, речь – только у человека. Животные умеют или говорить (воспроизводить человеческие слова), или думать. Речевое мышление, способность думать и говорить одновременно, является исключительной привилегией человека.

Язык животных представляет собой систему сигналов, с помощью которой они осуществляют элементарную коммуникацию. Животные способны средствами языка предупреждать об опасности и привлекать внимание себе подобных. За каждым сигналом у животного или насекомого закреплено определенное значение. Этолог К. фон Фриш был удостоен нобелевской премии за открытие языка пчел. Он выяснил, как пчела с помощью особого «танца» сообщает другим пчелам направление и расстояние до источника нектара (Годфруа, 1996).

Изучению языка и речи способствовали «естественные» эксперименты с участием детей, которых воспитывали животные. Так, в 1920 г. в Индии в волчьем логове нашли двух девочек, младшая из которых вскоре умерла. Старшая девочка, которой дали имя Камала, только через два года научилась стоять, через шесть лет – ходить. За четыре года она выучила шесть слов, за семь лет – сорок пять. К семнадцати годам умственное развитие девушки соответствовало уровню четырехлетнего ребенка (Платонов, 1997). Считается, что дети-маугли могут адаптироваться к социуму, если они вернулись к людям не позднее 12-13 лет. Возраст с 6 до 13 лет в психолингвистике рассматривается как критический для усвоения ими родного языка.

Психологи и лингвисты также неоднократно предпринимали попытки научить животных языку человека. Например, американские зоологи Кэти и Кейт Найес взяли в семью на воспитание самку-шимпанзе. Они полагали, что животное будет усваивать речь одновременно с их сыном. Результат обучения – четыре слова за три года. В 1966 г. Ален и Беатрис Гарднер учили детеныша шимпанзе модифицированному языку глухонемых. Через четыре года их подопечная Вашо усвоила 130 жестов. Горилла Коко под руководством Ф. Рэттерсона научилась использовать 375 жестов и даже продуцировать метафоры (белый-тигр, то есть зебра).

Кроме того, заслуживает внимания так называемый «каспергаузеровский» метод, который позволяет изучить влияние общения с себе подобными на развитие психики и языковое развитие в частности. В 1825 г. в Германии был обнаружении замурованный в погребе ребенок (Каспер Гаузер). Он долгое время провел в этом погребе, и в результате отставал в развитии от нормально развивающихся детей (Платонов, 1997). Дети-маугли, животные и люди, воспитывающиеся в условиях отсутствия общения с особями своего вида, подтверждают значение коммуникации для развития языка и речи, подчеркивают принципиальное различие в природе языка животных и человека.

Язык и речь – понятия не синонимичные. Язык – это система условных символов. Речь – форма и процесс общения, опосредствованного языком. Как утверждает В.М. Козубовский, понятие речи в психологии имеет широкое и

узкое значение. В широком смысле речь представляет собой процесс общения посредством вербальных и невербальных средств коммуникации. В узком смысле – процесс общения с помощью естественного языка, исторически сложившегося в результате взаимодействия людей (Козубовский, 2004).

Язык – устойчивая во времени и социально обусловленная структура. Речь – динамическое и индивидуальное образование. Язык выражает психологию (ментальность) этноса, для которого он является родным. Речь – психологию отдельно взятого человека или определенной группы. Язык – первичен, речь – вторична. Язык может существовать вне зависимости от его носителя, его психологии и поведения.

Связующим звеном между языком и речью выступает значение слова, которое выражается как в единицах языка, так и в единицах речи. Речь несет в себе определенный смысл. Этот смысл субъективно обусловлен, в то время как значения одних и тех же слов для разных людей могут быть одинаковы (Немов, 1994).

С точки зрения психологии, речь является полифункциональным и, в силу этого, полиструктурным когнитивным феноменом. По способу своего возникновения и обслуживания социальных процессов принято выделять внешнюю, эгоцентрическую и внутреннюю речь (Рис. 1).

Внешняя речь – процесс общения между людьми при помощи обмена вербальными высказываниями или различных технических устройств. Внешняя речь имеет социализированный характер и, как правило, направлена на других.

Эгоцентрическая речь – речь, обращенная к самому себе, регулирующая и контролирующая практическую деятельность ребенка. Генетически она восходит к внешней (коммуникативной) речи и является продуктом ее частичной интериоризации, промежуточным звеном между внешней и внутренней речью.

Внутренняя речь – особый вид беззвучной речевой деятельности человека, использования языковых значений вне процесса реальной коммуникации.

Рис. 1. Виды речи

Особенность внешней речи заключается в ее целостности: даже первое слово в устах ребенка звучит как целое предложение. Смысловая сторона внешней речи разворачивается от целого к части; ее физическая сторона (звучание), напротив, от части к целому. Грамматика в структуре внешней речи опережает логику. Особенность внутренней речи состоит в ее свернутости, сокращенности, фрагментарности и преобладании смысла над значением.

По форме высказывания и количеству коммуникаторов как внешняя, так и внутренняя речь может быть диалогической и монологической. Монолог обслуживает процесс одностороннего, а диалог – двустороннего обмена информацией. Исторически диалог – первичен. Монологическая речь требует более тщательной подготовки, она развернута во времени и более структурирована.

.

2. Речь как средство мышления и общения

По способу фиксации информации выделяют устную и письменную речь. Устная речь – это процесс вербального общения при помощи воспринимаемых на слух языковых средств. Она конкретна и ситуативна, отличатся ограниченным количеством используемых слов и грамматических конструкций. Письменная речь – вербальное общение при помощи письменных текстов. Она предъявляет повышенные требования к мыслительной деятельности, логична, структурирована и почти не использует внеязыковых средств коммуникации.

По М.В. Гамезо и И.А. Домашенко, речь выступает как средство общения и мышления. В общении реализуются две функции речи: коммуникация и экспрессия, которые обеспечивают обмен когнициями и эмоциями, передачу мыслей и чувств при помощи вербальных и невербальных воздействий. В мышлении – функции сигнификации и обобщения. Эти функции обеспечивают обозначение и генерализацию воспринимаемой в процессе речевой деятельности информации.

Расширенную классификацию функции речи предложил В.Н. Панферов. Он выделяет номинативную (назывательную), экспрессивную, дискурсивную, коммуникативную регулятивную функции и функцию творчества. Развернутую характеристику экспрессивной функции речи приводит И.М. Лущихина (Крылов, 1999). Она отмечает, что экспрессивная функция отражает отношение человека к событиям, их оценку и его эмоциональные состояния. Функция экспрессии – первая по времени возникновения в онтогенезе, самая устойчивая и самая поздняя: она исчезает только вместе с клинической смертью человека, когда все другие функции речи уже разрушены.

Дискурсивная функция по своему содержанию близка к принятой в отечественной психологии характеристике интеллектуальной функции речи. Благодаря этой функции, речь является средством мышления. По С.Л. Рубинштейну, речь коррелирует не только с мышлением, но и сознанием в целом. Кроме того, при помощи речи мы реализуем специальные вербальные способности, пишем стихи и сочиняем прозу, придумываем рекламные слоганы. Среди всего множества функций речи основной (интегрирующей)

остается коммуникативная функция. Именно когнитивная и коммуникативная природа вербальных сообщений привлекает внимание современных психологов и психолингвистов.

3. Теории речи

Эволюцию научных представлений о природе языка и речи необходимо рассматривать в контексте оппозиции психологии и лингвистики. Вплоть до начала XX века достижения в исследовании данной проблемной области в лингвистике значительно опережали достижения психологической науки. Понятия «психология языка» и «психология речи» употреблялись как синонимы. Именно лингвисты ввели категории «языковое сознание» (В. Гумбольдт) и «психологический компонент языка» (И.А. Бодуэн де Куртенэ). Х. Штейнталь даже относил языкознание к числу психологических наук на том основании, что речь – это духовная деятельность человека (Белянин, 2001).

Французский структурный лингвист Ф. де Соссюр теоретически обосновал различия между языком и речью. Язык стали понимать как устойчивую и социально обусловленную систему условных символов. Напротив, речь – это динамический и конкретный процесс оперирования этими символами (языком). Язык, по его мнению, усваивается теоретически как система правил, а речь – фактически, в процессе общения. В результате на долгие годы язык стал предметом лингвистики, речь – психологии.

Разрыв был преодолен, когда в середине 50-х гг. XX века возникла новая междисциплинарная область знаний – психолингвистика. По А. Блюменталю, междисциплинарные контакты психологии и лингвистики имели место, по крайней мере, дважды:

- сначала лингвисты обратились к психологии, чтобы понять, как люди используют язык, построить лингвистическую теорию, опираясь на психологическую терминологию (образ, репрезентация, память);
- затем психологи с целью обоснования психологии языка обратились к лингвистике (Красных, 2001).

Однако роман между названными выше науками, по образному выражению того же А. Блюменталя, оказался кратковременным и несчастным, хотя и способствовал развитию этих наук.

В зарубежной науке одну из наиболее признанных периодизаций развития психолингвистики предложил Дж. Кесс. Он выделил четыре основных периода: формирование психолингвистики под влиянием идей структурализма и бихевиоризма; лингвистический период (доминирование трансформационно-генеративной грамматики); когнитивный период (преодоление центрации на грамматических структурах и признание роли

когнитивных и поведенческих систем в усвоении и использовании языка) и когнитивно-междисциплинарный подход, основанный на структуре ментальных репрезентаций и знаний.

Периодизации психолингвистики в отечественной психологии разработаны А.А. Леонтьевым и Е.Ф. Тарасовым как смена «трех поколений» названной научной области.

Психолингвистика «первого поколения» или психолингвистика Ч. Осгуда возникла на основе теоретических положений бихевиоральной психологии языка и речи. Основы теории были заложены в работах Дж. Уотсона. Он исходил из того, что речь является результатом развития мышления. Ребенок научается говорить методом обусловливания, когда его лингвистические поведенческие реакции постепенно интериоризируются и формируют «внутренний диалог» (мышление). Развернутый вариант бихевиоральной теории речи представлен в книге Б. Скиннера «Вербальное поведение».

При объяснении вербального поведения он опирался на классическую схему оперантного обусловливания и подкрепления. Как утверждают Н.Д. Павлова и Т.Н. Ушакова, Б. Скиннером была сформулирована едва ли не самая простая теория речи (Современная психология, 1999). Речевое поведение человека – это результат индивидуального опыта подкрепления или не подкрепления словесных реакций, которые, в свою очередь, служат стимулом для последующих реакций. Например, мама просит ребенка сказать «мяч». Он произносит слово и получает вербальное («молодец») или материальное (конфета) подкрепление. Новое слово прочно входит в активный словарный запас ребенка и определяет его вербальное поведение.

Р. Браун полагает, что родители в процессе общения с ребенком, подкрепляют его фактическую, а не грамматически правильную речь. Он экспериментально показал, что матери делают в три раза больше грамматических ошибок, чем их малолетние дети.

Однако объяснительный потенциал бихевиоризма весьма ограничен. Супруги Кэллог провели следующий эксперимент. Они решили «очеловечить» детеныша шимпанзе, воспитывая его со своим сыном Дональдом. В результате не человек стал оказывать влияние на обезьяну, а обезьяна – на человека. Маленький Дональд кричал при виде пищи и даже грыз кору деревьев. Налицо была явная задержка когнитивного развития, и эксперимент пришлось прекратить.

Итак, вернемся к концепции речи в психолингвистике «первого поколения», задача которой заключалась в изучении отношений между структурой сообщений и качествами индивидов, продуцирующих и

воспринимающих эти сообщения. Содержание концепции Ч. Осгуда может быть представлено как ряд положений:

- речь – это система непосредственных или опосредствованных (задержанных) реакций человека на речевые и неречевые стимулы;
- речевые стимулы вызывают то же поведение, что и соответствующие неречевые стимулы, благодаря возникающим между ними ассоциациям;
- речевое поведение опосредствовано системой фильтров, которые преобразуют речевой стимул (на входе) и/или речевую реакцию (на выходе);
- речевое поведение человека является результатом перекодирования информации и выработки навыков (Рис. 3).

На уровне реценции речевые стимулы перекодируются в нервные импульсы. На уровне интеграции они образуют на основе прошлых восприятий вероятностное перцептивное единство (гештальт). На уровне репрезентации гештальт ассоциируется с неречевыми стимулами и образует определенное значение. Затем процессы интериоризации речевых и неречевых стимулов уступают место процессам экстериоризации (обращаются «наружу»). На основе поступающей с уровней интеграции и репрезентации информации человек делает выбор между имеющимися альтернативными моторными схемами на уровне самостимуляции. Такие интегрированные моторные схемы после кодирования и перекодирования закрепляются как формы речевого поведения (Красных, 2001).

Таким образом, психолингвистика «первого поколения» в целом укладывается в бихевиоральную схему «стимул – реакция». Речевое поведение человека имеет реактивный характер и адаптивную природу; усвоение языка сводится к овладению отдельными словами (атомизм) и последующей их генерализации. Человек как субъект речевого поведения вырван из социального контекста и реального общения. Речевое поведение представляет собой процесс индивидуальной передачи сообщения от говорящего к слушающему.

В психолингвистике «второго поколения» основное внимание уделяется преформизму или концепции трансформационно-генеративной грамматики Н. Хомского (Чомски). Прежде всего, Н. Хомский разграничил понятия «языковая компетенция» (linguistic competence) и «языковое исполнение» (linguistic performance). Языковая компетенция – это потенциальные знания, а языковое исполнение (по А. А. Леонтьеву – «языковая активность») – процессы непосредственного применения языковой компетенции в речевой деятельности. При этом языковая компетенция определяет языковое исполнение.

Н. Хомский исходил из того, что язык – это множество предложений, каждое из которых может быть построено в форме конкретной последовательности фонем (или букв). Построение предложений подчиняется определенной системе трансформаций (правил и операций). Человек сам строит речь по правилам комбинаторики глубинных (базовых, врожденных) и поверхностных (приобретенных) структур. Например, ребенок произносит фразу: «Я упал больно нога». С точки зрения глубинных структур (синтаксически) фраза – правильная. Однако она не соответствует нормам поверхностных языковых структур и семантической подструктуре речи (Флэйк-Хобсон, 1993). Совершенно очевидно, глубинная структура требует трансформации, чтобы соответствовать правилам разговорной речи. Наличие двух видов структур и характер взаимодействия между ними хорошо объясняет наши трудности в изучении иностранного языка.

Ребенок не может напрямую заимствовать грамматические структуры у взрослых, как и носитель родного языка структуры иноязычной речи, без их определенной трансформации (или «доводки»). Другими словами, по мнению преформистов, мозг человека как компьютер имеет специальное устройство для усвоения языка, которое переструктурирует глубинные (врожденные) структуры в поверхностные речевые структуры.

Преформизм хорошо объясняет нашу потенциальную способность к усвоению языка любого народа мира, наличие общих структур в языковых группах (проблема праязыка), а также идентичность критических периодов усвоения основ языка в возрасте от 1,5 до 3 лет во всех культурах (Годфруа, 1996).

Заслугой преформизма является преодоление атомистических представлений, усвоение языка стали рассматривать в единстве формы и содержания, звучания и смысла. Так, в эксперименте А. М. Шахнаровича детям предлагали определить, что больше «кот или кит» по восприятию звуков в структуре слов. Дети, которые не знали значения слова «кит», ориентировались на большое «о» и утверждали, что «кот» больше «кита» (Белянин, 2001).

Отношение к психолингвистике «второго поколения» неоднозначно. А. А. Леонтьев считает ее принципиально «антипсихологичной»: психологические процессы речи сводятся к реализации в ней языковых структур. Ж. Годфруа указывает на то, что преформизм диаметрально противоположен бихевиоральной теории речи. В.В. Красных подчеркивает, что идеи реактивности речевого поведения в концепциях психолингвистики «второго поколения» остались незыблемыми, индивидуализм даже усилился, и сохранилась недооценка социальной среды и общения.

Крайние представления о том, что структура языка определяет характер мышления и способ познания внешнего мира, представлены в теории лингвистической относительности (релятивизм) Л. Уорфа и Э. Сепира.

По их мнению, язык необходимо рассматривать в контексте определенной культуры. Окружающий нас мир представляет собой разрозненный поток впечатлений. Язык выполняет функцию упорядочения явлений объективной действительности, а его структуры служат матрицей для мышления представителей данной культуры. Другими словами, каков твой язык – таков и твой менталитет.

В настоящее время существует сильный и слабый (мягкий) варианты гипотезы Сепира-Уорфа. Сильный вариант предполагает жесткую детерминацию языковыми структурами мышления людей, их мировоззрения и поведения (Белянин, 2001). Так, наличие в языке эскимосов более 10 слов, обозначающих снег, позволяет их детям более дифференцированно различать виды конкретного снега и адаптироваться к окружающей их среде (Годфруа, 1996).

Сторонники мягкого варианта допускают коррекцию взаимопонимания за счет синонимов и уточнений. Например, в русском языке есть два глагола движения «идти» и «ехать», соответствующие глаголу «to go» в английском языке. Однако в речи англичане используют уточнения to go on foot (идти пешком) и to go by bus (ехать на автобусе), которые снимают противоречия (Белянин, 2001).

Теория лингвистической относительности имеет определенные аналогии с положением Л. С. Выготского о социальной природе языка и влиянии речи на когнитивное развитие ребенка. Кроме того, со временем даже тексты, написанные на родном языке, требуют комментария. Например, литературоведческий комментарий Ю. М. Лотмана к «Евгению Онегину» А.С. Пушкина по объему превышает оригинал. С другой стороны, может ли языковое заимствование из другого языка изменить образ жизни коренного населения? В Японии, например, были сторонники и противники введения нового иероглифа «поцелуй». Его противники полагали, что это может привести к растлению морали. Вопрос остается открытым: изменения в жизнедеятельности требуют введения новых слов, или новые слова способствуют реализации нововведений.

Психолингвистика «третьего поколения» сформировалась в середине 70-х гг. XX века. Для нее характерно повышенное внимание к семантике и личности авторов вербальных высказываний и текстов при отсутствии формализованных теорий. Данное направление отстаивает автономию психологических концепций речи от ее лингвистических моделей. Ж. Нуазе и

Ж. Мелер предпочитают термин «лингвистическая психология» и включают названную область знаний в когнитивную психологию.

Современная психолингвистика преодолела реактивность, атомизм и индивидуализм предшествующих направлений. По ее мнению, психолингвистические операции имеют двойную (коммуникативную и когнитивную) природу, реализуясь в общении, взаимодействии и речевом воздействии (Красных, 2001).

Н.Д. Павлова и Т.Н. Ушакова (1999) выделяют в структуре психолингвистике «третьего поколения» три относительно самостоятельные направления: коммуникативный, когнитивный и генетический подходы.

Коммуникативный подход возник на основе системной методологии и семантического анализа. Он связан с необходимостью 1) выхода психолингвистики за рамки анализа текста, 2) изучения речи конкретного собеседника в конкретной ситуации общения и 3) учета целей коммуникации. Такой «погруженный в коммуникацию» текст стали называть дискурсом. Дискурс – это различные виды разговорных практик (бытовой диалог, лекция) или даже совместная речевая деятельность (Харре, 1996).

Дискурс одновременно обращен и на ситуацию, и на собеседников. При всем различии направлений исследования в контексте коммуникативного подхода обращены на изучение теории и практики вербальных коммуникаций.

Когнитивный подход в психолингвистике, по А. А. Леонтьеву, изучает роль когнитивных процессов в структуре речевой деятельности. Речевые процессы являются составной частью когнитивной системы. Как утверждает А.А. Залевская, современная психолингвистика не может не изучать когнитивные аспекты овладения и пользования языком, она вообще становится когнитивной наукой (Красных, 2001).

Третий генетический подход в современной психолингвистике концентрирует внимание на проблемах возникновения речи и ее развитии в онтогенезе. Этот подход наиболее представлен в современных теориях психического развития и будет рассматриваться в психологии развития.

Психологии речи значительное внимание уделяется в современной образовательной технологии, которая получила название – критическая грамотность. Ее сторонники исходят из того, что любой случай использования языка предполагает наличие контекста и определенной (чаще всего политической) цели. Проникновение в смысл высказывания осуществляется через «критический фильтр»: умение понять подтекст и обнаружить достоверную информацию. Другими словами, критическая грамотность – это не только интерпретация и понимание текста, но и преодоление воздействий с целью манипулирования массовым сознанием

4. Языковая личность. Языковые способности

Современный этап развития психолингвистики рассматривает язык как феномен, опосредующий процессы познания и осмысления, в которых формируется языковое сознание. Языковое сознание находит отражение в языковой личности (Г. И. Богин, Й. Л. Вайсгерберг, В. В. Виноградов, Ю. Н. Караулов, Л. П. Клобукова). Целесообразным является изучение языковой личности в рамках теории Ю. Н. Караулова, который определяет ее как совокупность способностей и характеристик человека, обусловливающих создание и восприятие им речевых произведений (текстов).

С точки зрения лингвоперсонологии, языковую личность можно изучать посредством продуктов речемыслительной деятельности (В. П. Нерознак). Вопросы идентификации личности по речевым высказываниям изучают как отечественные (В. П. Белянин, О. В. Загорская, А. А. Леонтьев, Т. А. Литвинова, Т. Н. Ушакова, А. М. Шахнарович), так и зарубежные (Sh. Argamon, M. Koppel, J. W. Pennebaker, J. Schler) ученые. Процесс репрезентации знаний языковой личности позволяет провести анализ на основе созданных ею текстов как развернутых ментальных репрезентаций.

Таким образом, языковая личность – это комплексные психолингвистические характеристики личности, аккумулируемые ее когнитивным и личностным развитием, познаваемые посредством анализа вербальных текстов как ментальных репрезентаций индивидуума (И. С. Журавкина).

5. Психолингвистические характеристики текстов

Текст как сложное семантико-синтаксическое образование обладает рядом психолингвистических характеристик. К их числу относятся цельность (смысловая, структурная и композиционная целостность), смысловая и грамматическая связность речи.

Психолингвистический анализ текста предполагает выявление стоящих за вербальной формой текста психологических состояний и отношений, которые заложены в текст автором или группой авторов. В фокусе внимания оказывается языковая форма текста, которая зачастую связана со смыслом, выражаемым языком, опосредованно.

Процесс репрезентации знаний языковой личности позволяет провести анализ на основе созданных ею текстов как развернутых ментальных репрезентаций. Языковая личность студента включает комплексные психолингвистические характеристики личности, аккумулируемые ее когнитивным и личностным развитием, познаваемые посредством анализа вербальных текстов как ментальных репрезентаций индивидуума. В контексте образовательного подхода психолингвистические характеристики учебного

текста представляют собой характеристики текста, позволяющие определить его удобочитаемость по таким показателям, как коэффициенты словарного разнообразия и глагольности, средний размер предложения. Психолингвистические характеристики учебного текста оказывают влияние на процесс усвоения обучающимися учебной информации и на результат их академических достижений (И. С. Журавкина).

Для диагностики психолингвистических характеристик текста рекомендуется использовать методику «Письмо другу» В. К. Гайда, В. В. Лоскутова и И. М. Лущихиной. Она включает следующие показатели: коэффициент словарного разнообразия позволяет говорить о вербальном интеллекте студентов; коэффициент глагольности является показателем личностной активности / агрессивности, а коэффициент логической связности свидетельствует о резкой смене эмоционального состояния.

2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ ЭУМК

2.1 ПЛАН ПРАКТИЧЕСКИХ (СЕМИНАРСКИХ) ЗАНЯТИЙ

Семинар 1

Тема: Донаучная психология

Вопросы для обсуждения:

1. Исторические этапы смены предмета психологии.
2. Учение о «психе» в античной философии.
3. Дуализм и монизм (Демокрит, Платон, Аристотель).
4. Дуалистические воззрения Р. Декарта.
5. Б. Спиноза: целостность души и тела.
6. Ассоциативная психология.

Литература

1.Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336с.

2.Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии: учебник / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : ПИТЕР, 1999. – 712с.

3.Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология» / А. Н. Леонтьев; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 4-е изд., стер. – М. : Академия : Смысл, 2007. –511с.

4.Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М.: Апрельпресс; Эксмо-пресс, 2000. – 1006с.

Задание 1. Прокомментируйте следующие суждения о психологии. Выберите наиболее правильные и полные.

1. Психология – наука, занимающаяся изучением переживаний и психологических состояний, которые устанавливаются внечувственным путем, интроспективно.

2. Психология изучает процессы активного отражения человеком и животными объективной реальности в форме ощущений, восприятий, понятий, чувств и других явлений психики.

3. Психология – наука о закономерностях, механизмах и фактах психической жизни человека и животных.

4. Психология – отрасль биологической науки, занимающаяся функционированием нервных процессов мозга.

5. Психология – наука о феноменальных (бестелесных) сущностях, которые образуют содержание отдельного «Я» (т.е. сознание индивида).

Задание 2. Прокомментируйте следующие суждения. С какими из них можно согласиться, а с которыми нельзя и почему?

1. При изучении психических явлений всегда следует устанавливать материальные причины их возникновения.

2. Чужая душа – потемки.

3. У души нет тайн, которых не выдавало бы поведение.

4. Единственный источник познания психических процессов есть самонаблюдение.

5. О сознательности человека судят не по тому, что он о себе говорит или думает, а по тому, что и как он делает.

6. Психическая деятельность всегда получает свое объективное выражение в тех или других действиях, движениях, речевых реакциях, в изменениях работы внутренних органов и т.д.

Семинар 2
Тема: Психология как наука о сознании

Вопросы для обсуждения:

1. Возникновение научной психологии (Структурализм В. Вундта).
2. Теория актов сознания Ф. Брентано.
3. Функционализм У. Джеймса.
4. Описание и истолкование состояний сознания. Психические явления и условия.

Литература

1.Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология» / А. Н. Леонтьев; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 4-е изд., стер. – М. : Академия : Смысл, 2007. –511с.

2.Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М.: Апрельпресс; Эксмо-пресс, 2000. – 1006с.

Работа с группой.

Назовите критерии науки (предмет, методы, принципы, концепции). Что такое психика? Структура психики (психические процессы, психические состояния, психические свойства) – составление схемы. Запись в словарь терминов: психика, сознание (как высший уровень ее развития, присущий

только человеку), наука, психически процесс, психическое свойство, психическое состояние.

Работа в микрогруппах (5-6 человек)

Задание 1. Определите, к какой группе психических явлений – психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям – относятся каждое явление, описанное ниже.

А. 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.

Б. Ученик Вова Ч. испытывал всегда большое удовольствие, если его товарищи плохо отвечали по изучаемым предметам.

В. Таня К. всегда прямо осуждала товарищей за недобросовестное отношение к уборке класса.

Г. Витя Г. регулярно посещает кружок кораблестроения.

Д. Рассматривая картину Врубеля «Демон и Тамара», человек непроизвольно вспоминает образы лермонтовских героев.

Е. 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 2. Определите, к какой группе психических явлений - психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям - относятся 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 3. Вопрос: какое направление в психологии рассматривает «сознание» в качестве предмета? Почему?

Семинар 3
Тема: Бихевиоральная психология

Вопросы для обсуждения:

1. Психология как естественная наука. Объективный метода и факты поведения.
2. «Русский бихевиоризм». Концепция условных рефлексов И. П. Павлова.
3. Психологические концепции Э. Торндайка и Дж. Уотсона.

4. Необихевиоризм. Когнитивные карты Э. Толмена.
5. Теория оперантного научения Б. Скиннера.

Литература

1. Торндайк, Э. Бихевиоризм. Принципы обучения, основанные на психологии. Психология как наука о поведении / Э. Торндайк, Дж. Уотсон. – М. : АСТ-ЛТД. – 1998. – 704 с.

2 Гальперин, П.Я. История психологии XX век : Хрестоматия / П.Я. Гальперин, А.Н. Ждан. – М. : Екатеринбург : Акад. проект: Деловая кн., 2002. – 832 с. Ждан, А. Н. История психологии: от античности к современности / А.Н. Ждан. – М : МГУ, 1990 – 367 с.

3. Марцинковская, Т.Д. История психологии / Т. Д. Марцинковская. – М. : Академия, 2004 – 544 с.

4. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М. : ЧеРо : Омега-Л : Моск. психол.-соц. ин-т, 2005. – 332 с.

Практические задания:

Ответьте на вопросы:

1.Почему бихевиористы считали нужным исключить сознание из предмета психологии?

2.Каковы причины модификации классического бихевиоризма?

3. В чем различия между стимульным и оперантным бихевиоризмом?

Форма контроля: групповая дискуссия

Семинар 4
Тема: Гуманистическая и когнитивная психология

Вопросы для обсуждения:

1. Кризис школ. «Третья сила» в психологии.
2. Экзистенциальная психология К. Роджерса.
3. Теория самоактуализации А. Маслоу.
4. Когнитивная психология. Информационный подход и компьютерная метафора.
5. Модель познания в когнитивной психологии.

Литература

1. Хьелл, Л. Теории личности / Л. Хьелл. – Питер, 2014. – 608 с.

2. Зейгарник, Б. В. Теории личности в зарубежной психологии / Б.В. Зейгарник. – М., 1982. – 128 с.

3. Райгородский Д.Я. Психология личности / Д.Я. Райгородский. – Т.1. Хрестоматия. – изд. 2-е, доп. – Самара: БАХРАХ, 1999. – 448 с.

Рефераты по теме

1. Карл Роджерс, его биография и творчество
2. Абрахам Маслоу, его биография и творчество.

Практические задания

1. Чем отличается точка зрения Маслоу на природу человека от точки зрения Роджерса? Подтвердите ваш ответ иллюстрацией их позиции по основным положениям, касающимся природы человека.

Тест

1. Основателем гуманистической психологии является:

а) З.Фрейд

б) К.Г. Юнг

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

2. Термин гуманистическая означает:

а) поведенческая

б) зависимая

в) ориентированная на человека

г) внушающая

д) познавательная

3. Какие из ниже перечисленных принципов не относятся к гуманистической психологии:

а) доминирующая потребности носят физиологический характер

б) подчеркивание роли сознательного опыта

в) убеждение в целостном характере природы человека

г) акцент на свободе воле и творческой силе индивида

д) изучение всех факторов и обстоятельств жизни человека

4. Основателем гуманистического психоанализа является:

а) З.Фрейд

б) Э. Фромм

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

5. Какие две основные потребности обусловливают конфликтность личности, согласно гуманистическому психоанализу:

а) либидо и мортидо

б) любовь и ненависть

в) признание и отвержение

г) познание и игнорирование

д) свобода и безопасность

6 Какая из ниже перечисленных потребностей не является экзистенциальной:

а) потребность в установлении связи

б) потребность в преодолении себя

в) потребность в творчестве

г) потребность в преданности д) потребность в укорененности

7 Кто является основателем теории иерархии потребностей:

а) З.Фрейд

б) А. Маслоу

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

8 Какие из потребностей относится к высшим:

а) в самоактуализации

б) в доминировании

в) в превосходстве

г) в признании

д) в любви

9 Понятие клиента впервые вводится в психотерапии:

а) в психодинамическом направлении

б) в медицинской психотерапии

в) в поведенческой терапии

г) в когнитивной терапии

д) в гуманистической психотерапии

10 Основателем клиент-центрированной психотерапии является:

а) З.Фрейд

б) К.Г. Юнг

в) А. Адлер

г) Ф. Перлз

д) К. Роджерс

11 Взаимоотношения клиент-психотерапевт в гуманистическом направлении определяются как:

а) доминирование терапевта

б) доминирование пациента

в) взаимодействие учитель-ученик

г) взаимодействие равных сторон

д) взаимодействие проблема-терапевт

12 Групповая психотерапия К. Роджерса носит название:

а) тренинг общения

б) группа встреч

в) психоаналитическая группа

г) группа семейного консультирования

д) психодрама

Семинар 5

Тема: Отечественная психология. Задачи и принципы современной психологии

Вопросы для обсуждения:

1. Психология как наука о психике.
2. Психические явления и психологические факты.
3. Задачи современной психологии.
4. Научные принципы психологии.
5. Полипредметность современной психологии.

Литература

1. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания / Б.Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001.

2. Асмолов, А.Г. Психология личности: Учебник / А.Г. Асмолов. – М. : изд-во МГУ, 1990. – 367 с.

3. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М. : АСТ : АСТ МОСКВА ; : СПб. : Прайм-Еврознак., 2009. (и др. издания)

4. Марцинковская, Т.Д. 100 выдающихся психологов мира / Т.Д. Марцинковская, М.Г. Ярошевский. – М. – Воронеж, 1995.

5. Мироненко, И. А. Современные теории личности / И. А. Мироненко. – СПб. : изд-во Михайлова В.А., 2003. – 191 с.

6. Немов, Р.С. Психология : учебник для студ. пед. вузов : в 3 кн.; кн. 1 : Общие основы психологии / Р. С. Немов. – 5-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2013. – 687 с.

7. Саблин, В.С. Психология человека : учебник / В.С. Саблин, С.П. Слаква. – М. : Дашков и К, 2006. – 744 с.

Практические задания

1. Выписать основные подходы к изучению личности в отечественной психологической науке, оформить в виде таблицы (отразить название подхода, основные персоналии и главные идеи).

2. Прочитайте. Выделите особенности, которые отражают поведение индивида, и особенности, которые отражают поведение личности. Дайте обоснование своего выбора. Старательность, низкая адаптация к темноте, общительность, хорошая координация обеих рук, медленная скорость узнавания, большая эмоциональная возбудимость, трудолюбие, аккуратность, высокая чувствительность органов чувств, трудности в овладении новым двигательным навыком. (По В. С. Мерлину.).

3 Прочитайте. Выделите особенности, которые отражают поведение индивида, и особенности, которые отражают поведение личности. Дайте обоснование своего выбора.

Добросовестность, робость, высокая скорость двигательных реакций, высокая скорость усвоения навыка, скромность, правдивость, пластичность, упрямство, реактивность, малая чувствительность к общественной оценке, подвижность, быстрый темп деятельности (По В. С. Мерлину.).

4 Даны образцы проявления в поведении людей свойств индивида и свойств личности. Выберите те образцы поведения, которые характеризуют индивида, и те, которые характеризуют личность.

А. У девочки наблюдается медлительность в моторике, в речи, в мышлении в протекании других познавательных процессов, в возникновении чувств. Она медленно и с трудом переключается с одной деятельности на другую. (По Ильиной А. И. и Палею И. М.)

Б. Студент рассказал о том, как он распределяет время между учёбой, спортом и личной жизнью.

В. Гражданин М. вступил в политическую партию.

Г. Преподаватель Г. отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой.

Д. Учитель внёс предложения, осуществление которых значительно повысило успеваемость в школе.

Е. У инженера Ш. прекрасная дикция и приятный голос. (По В. С. Мерлину.)

5 Установите соответствие.

А. убеждения; Б. мотивы; В. уровень притязаний.

1.Никогда не меняю свои решения.

2.Не хочу учить психологию - лучше посплю.

3.Мне достаточно четырёх баллов.

4.Учусь, потому что нужен диплом.

5.Обманывать иногда можно, если это во благо другого человека.

6.Хочу первый взрослый разряд по баскетболу.

7.Учитель не должен оскорблять ребёнка.

8.Учусь потому, что хочу быть учителем.

9.Хочу, чтобы меня уважали учителя и одноклассники.

10.Человек в жизни должен попробовать всё.

Семинар 6
Тема: Методы психологии

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие методологии и метода в психологии.
2. Неэкспериментальные методы.
3. Психодиагностические методы (тесты).
4. Экспериментальные методы.
5. Артефакты и двойной слепой метод.

Литература

1. Гальперин, П. Я. Введение в психологию: Учеб. пособие для вузов / П. Я. Гальперин. – М. : Книжный дом «Университет», 2000. – 336 с.

2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.

3. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология : Учебник / М.И. Еникеев. - М.: Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 640 с.

4. Ерчак, Н. Т. Общая психология. Тестовые задания / Н. Т. Ерчак. – Мн. : Новое знание, 2005. – 272 с.

5. Ждан, А. Н. История психологии: от античности к современности: учебник / А. Н. Ждан. – 3-е изд. – М. : Педагогическое общество России, 2000. – 336 с.

6. Иванников, В. А. Общая психология : Учебник для академического бакалавриата / В. А. Иванников. – Люберцы : Юрайт, 2016. – 480 с.

7. Котова, И.Б. Общая психология: Учебное пособие / И. Б. Котова, О.С. Канаркевич. - М. : Дашков и К, Академцентр, 2013. - 480 с.

8. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. — Мн. : Соврем, шк., 2009. – 512 с.

9. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

Задание 1.

Какие методы психологических исследований использовались в следующих ситуациях

а) Психолог предлагает испытуемому повторить 10 слов, которые он только что прочитал.

б) Группе испытуемых необходимо письменно ответить на вопросы об их интересах.

в) Психолог предлагает детям нарисовать несуществующее животное.

г) На консультации у психолога посетитель рассказывает о беспокоящих его проблемах.

д) Психолог предъявляет испытуемому «страшные» картинки и регистрирует возникающие при этом изменения в сопротивлении кожи электрическому току.

е) Психолог, исследуя трудовую деятельность менеджера на предприятии, незаметно для него присутствует в помещении.

ж) С целью изучения влияния нового психотропного препарата на поведение человека ученые делают инъекции крысам и собакам.

з) Чтобы узнать особенности межличностных отношений, возникающих в группах туристов, следующих дальними маршрутами, психолог под видом обычного туриста вступает в одну из таких групп.

и) 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.

к) При отборе учеников в класс для одаренных детей психолог изучает их способности.

Семинар 7

Тема: Парадигмы психологии

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие парадигмы.
2. Естественнонаучная парадигма.
3. Гуманитарная парадигма.
4. Когнитивная парадигма.

Литература

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.

2. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология : Учебник / М.И. Еникеев. - М.: Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 640 с.

3. Котова, И.Б. Общая психология: учебное пособие / И. Б. Котова, О.С. Канаркевич. - М. : Дашков и К, Академцентр, 2013. – 480 с. 142

4. Общая психология : учебник / Л. А. Вайнштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. — Мн. : Соврем, шк., 2009. – 512 с.

5. Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – М. : ПЕРСЭ, 2003. – 863 с. 6. Нуркова, В. В. Общая психология : учебник / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – Люберцы : Юрайт, 2016. – 524 с.

Задание 1. Составьте таблицу из двух колонок. В каждой колонке распишите характеристику естественно-научной и гуманитарной парадигмы.

Задание 2. Запишите плюсы и минусы естественно-научной и гуманитарной парадигмы.

Семинар 8
Тема: «Адаптивная концепция возникновения психики»

Вопросы для обсуждения:

1. Врожденные формы поведения.
2. Импринтинг.
3. Приобретенные формы поведения.
4. Сравнение психики животных и психики человека

Литература

1. 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.

2. Общая психология [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1 -03 04 03 «Практическая психология» / Е. И. Комкова, О. К. Войтко // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/45459. – Дата доступа: 25.05.2021.

Практико-ориентированные задания:

1. Рефераты на темы:

1.Структура высших психических функций

2.Воспитание высших форм поведения

3.Проблема культурного возраста

4.Развитие личности и мировоззрения ребенка.

2. К какой форме поведения животных относится каждый из приводимых ниже примеров? Расположите эти примеры в порядке ступеней экологического развития.

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».)

Б. 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».)

В. 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 солевым 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».)

Г. 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 ухитрялись звонить в колокольчик, дёргая за шнурок во время изящного прыжка, и даже вытаскивали платки из карманов зрителей. («Практикум по психологии».)

Д. 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».).

Е. 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.)

Ж. По наблюдениям французского учёного Фабра, роющие осы-сфексы, протыкая жалом три ганглия у сверчков, парализуют их, а затем помещают в норку. Личинка секса 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.)

З. У гусей обнаруживается реакция на предмет, который вырисовывается на фоне неба, не производит крыльями хлопающих движений, движется медленно. Поэтому гуси обычно пугаются самолётов, пока не привыкнут к ним. Известный биолог Лоренц описывает гусыню Мартини, которая вывелась в инкубаторе и совершенно не реагировала на самолёты до определённого момента. Затем она сразу стала ужасно пугаться самолётов. Через некоторое время Мартини вновь успокоилась, привыкнув к виду самолётов. (По К. Лоренцу.)

И. 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.).

Семинар 9

Тема «Локализация психических функций»

Вопросы для обсуждения:

1. Эволюция мозга. Теория кортикальных полей (К. Бродман).
2. Теория триединого мозга (П. Маклин).
3. Теория системной динамической локализации ВПФ А. Р. Лурия.
4. Теория функциональных систем П. К. Анохина.

Литература

1.Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.

2.Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.

3.Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практико-ориентированные задания:

1. Разработать таблицу локализации психических функций;
2.Реферат на тему «Теория кортикальных полей по К. Бродману.

Семинар 10
Тема «Сознание и его функции»

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие сознания (Б. М. Величковский).
2. Свойства и функции сознания.
3. Теория сознания Э. Тульвинга.
4. Структурная модель сознания Г. Фартинга.
5. Трехаспектная теория сознания А. Н. Леонтьева.

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.

2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практико-ориентированные задания:
1. Рефераты на темы:
1.Сознание как проблема психологии поведения (Л.С. Выготский)
2.Экспериментальное исследование развития понятий
3.Мышление и его развитие в детском возрасте
4.Функция знаков в развитии высших психических процессов

Семинар 11
Тема: «Сознание и его функции»

Вопросы для обсуждения:

1. Сознание и самосознание.
2. Структура самосознания.
3. Самосознание как процесс познания себя.
4. Образ-Я и Я-концепция.
5. Самооценка и уровень притязаний личности.

Литература

1. 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.
2. Общая психология [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1 -03 04 03 «Практическая психология» / Е. И. Комкова, О. К. Войтко // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: http://elib.bspu.by/handle/doc/45459. – Дата доступа: 25.05.2021.

Практико-ориентированные задания:

1. Придумайте и опишите конкретные жизненные ситуации, в которых актуализируется самосознание.
2. Приведите примеры актуализации в сознании человека различных "образов Я" : "настоящее Я", "динамическое Я", "идеальное Я", "ретроспективное Я", "функционально-ролевое Я", "изображаемое Я", "социальное Я", "физическое Я", "духовное Я".

3. Опишите множество жизненных ситуаций, в которых происходит актуализация различных типов самооценки: адекватной, неадекватно завышенной и неадекватно заниженной.
4. Разработайте множество психологических рекомендаций по взаимодействию с людьми, имеющими разный тип самооценки.
5. Какие способы психологического воздействия способствуют повышению самооценки.

Семинар 12

Тема «Неосознаваемые процессы»

Вопросы для обсуждения:

1. Сознание и бессознательное
2. Неосознаваемые механизмы сознательных действий.
3. Неосознаваемые побудители сознательных действий.
4. Метод свободных ассоциаций и метод анализа сновидений
5. Надсознательные процессы.

Литература

1. Общая психология : практикум / Мозыр. гос. пед. ун-т ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2018. – 320 с.
2. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2010. – 76 с.
3. Общая психология : учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Минск : Тесей, 2005. – 368 с.

Упражнение 1:
1. Классический психоанализ З. Фрейда. «Топографическая» и «структурная» модели организации психики.
2. Психосексуальное развитие личности.
3. Аналитическая теория К.Г.Юнга. Трехуровневая модель психической жизни. Типы психологических функции личности
4. Индивидуальная теория А. Адлера. Стиль жизни. Фикционный финализм. Творческое «Я».

Упражнение 2:
Какое направление в психологии рассматривает «бессознательное» в качестве предмета? Почему представители психодинамического направления обратились к бессознательному?.

Семинар 13
Тема «Культурно-историческая теория Л. С. Выготского»

Вопросы для обсуждения:

1. Натуральные (НПФ) и высшие (ВПФ) психические функции.
2. Культура и знак. Знак и орудие. Знак и значение.
3. Уровень актуального развития и зона ближайшего развития (интериоризация и свертывание).
4. Социальность, опосредствованность и произвольность ВПФ.
5. Л. С. Выготский как протокогнитивист. Культурно-историческая психология (М. Коул).

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практические задания:

1. Познавательная и исполняющая составляющие индивидуального стиля деятельности.
2. Причины выбора стиля.
3. Формирование личности в деятельности.

Семинар 14
Тема «Теория деятельности»

Вопросы для обсуждения:

1. Субъектно-деятельностный подход (С. Л. Рубинштейн).
2. Человек как объект и субъект деятельности.
3. Общая теория деятельности А. Н. Леонтьева.
4. Виды деятельности.
5. Ориентировочная деятельность (П. Я. Гальперин)

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практические задания:

1. Из приведённых ниже признаков выберите те, которые характеризуют всякую деятельность; те, которые характеризуют только игру, только учение, только труд.

а) Условие развития психики; б) деятельность, направленная на усвоение способов выполнения действий; в) условие проявления всех психических реакций; г) деятельность, направленная на получение результата, удовлетворяющего материальные и духовные потребности людей; д) деятельность, направленная на усвоение и применение системы понятий; е) деятельность, удовлетворяющаяся самим процессом выполнения (По В.С. Мерлину.).

Семинар 15

Тема «Человек как организм, индивид, личность, индивидуальность»

Вопросы для обсуждения

1. Происхождение человека.
2. Системные представления о человеке.
3. Понятия организма и индивида.
4. Личность и индивидуальность.

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.
2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.
3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. :

Питер, 2014. – 583 с.

Задание 1. Проблема индивидуальности, индивидуальных различий является одной из важных проблем в понимании человека. В истории психологии проблема индивидуальности человека решалась с различных позиций: первоначально в рамках дифференциальной психологии, потом в психологии индивидуальности как интегрированного показателя системы психологических черт, в гуманистическом подходе и акмеологии. Выделите различия в понимании личности в данных подходах. Каким образом можно описать индивидуальные особенности человека? Возможно ли изучение индивидуальности человека либо ее невозможно описать?

Задание 2. В психологии существует несколько проекций понимания человека: индивид, субъект, личность, индивидуальность. Данные проекции возникали на определенном этапе познания человека, описания различных свойств. Как Вы считаете, для решения каких вопросов о человеке были выделены данные понятия? Как соотносятся выделенные проекции между собой (в развитии представлений о личности в психологии было предложено несколько вариантов соотнесения данных понятий)? Приведите примеры ситуаций, в которых человек представлен как физический объект, индивид, субъект, личность и индивидуальность (по три примера на каждую проекцию понимания человека).

Семинар 16
Тема «Теории личности»

Вопросы для обсуждения:

1. Типология теорий личности К. Левина. Принцип активности личности.
2. Когнитивный агент. Способы описания личности (типы, факторы, черты) С. Клонингер.
3. Модель Б. Г. Ананьева (индивид, личность, индивидуальность, субъект).
4. Теории личности К. К. Платонова и Э. А. Голубевой.
5. Профиль личности согласно «Большой пятерки».

Литература

1. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ние пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 6-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 1. – 152 с.

2. Конспект лекций по общей психологии : пособие для учащихся шк. отд-ния пед. колледжей : в 2 ч. / М. А. Дыгун [и др.] ; под ред. М. А. Дыгуна. – 5-е изд. – Мозырь : Содействие, 2017. – Ч. 2. – 100 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология : учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психол. дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2014. – 583 с.

Практико-ориентированные задания:

1. Приведите примеры поведения (своего или других людей), характеризующие основные понятия теории поля К.Левина.
2. Выписать основные подходы к изучению личности в отечественной психологической науке, оформить в виде таблицы (отразить название подхода, основные персоналии и главные идеи).
3. Опишите множество жизненных ситуаций (не менее 20), в которых происходит актуализация механизмов психологической защиты. Определите, какие механизмы психологической защиты в них проявляются.
4. Какие механизмы психологической защиты действуют в следующих ситуациях:

А) После развода у Маргариты возникли серьезные финансовые трудности. Она сменила дорогие наряды на одежду спортивного стиля, стала ходить на работу пешком (раньше ее подвозил муж или же она брала такси). Коллег и знакомых она уверяла, что такая одежда удобна, а благодаря пешим прогулкам она получает всю необходимую физическую нагрузку и совершенно не нуждается в диете.

б) Антон Сидоренко часто приходит домой навеселе. По этому поводу в семье нередки ссоры. Тем не менее, когда его жена ушла в магазин, забыв взять с собой кошелек, и была вынуждена вернуться, Антон заявил: «Пить надо меньше, тогда и забывать не будешь».

в) Сергей не закончил домашнюю работу по биологии. Чтобы не позориться перед классом, он притворился, что у него болит голова, и опустил ее на парту.

г) Саша отвык от сосания пальца в четыре года. В семь лет ему сообщили, что его родители разводятся, и он будет жить с мамой и «новым папой». Саша снова стал сосать палец.

д) Анна, звезда женского футбола, во время игры порвала связки на ноге. Когда врач сказал, что она никогда не сможет играть в футбол, она принялась старательно изучать методику работы футбольного тренера.

е) Маленькая Ирина очень расстроилась, что мама ее отшлепала. Она побежала в свой игрушечный уголок и побила куклу.

ж) Когда Светлана сердится, она садится за пианино. Она уже сочинила в такие минуты несколько прекрасных джазовых мелодий.

з) Ольга постоянно забывает поздравить отца, который ушел в другую семью, с днем рождения.

и) Иван не сдал экзамен по математике и объясняет это тем, что математика – очень сложный предмет.
к) Андрей последнее время пристрастился к выпивке, но не считает себя алкоголиком.

Семинар 17
Тема «Темперамент»

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход.
2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант).
3. Физиологический и конституциональный подход.
4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка).
5. Свойства темперамента (Я. Стреляу, В. М. Русалов).
6. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт).

Литература

1. Общая психология : практикум / Мозыр. гос. пед. ун-т ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2018. – 320 с.
2. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2010. – 76 с.
3. Общая психология : учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Минск : Тесей, 2005. – 368 с.

1. Прокомментируйте приведенные высказывания. Укажите наиболее верное, с вашей точки зрения.

1. Особенности темперамента зависят от химизма крови и гормонов.
2. В основе темперамента лежит тип нервной системы.
3. Недостатки темперамента могут компенсироваться за счет увлеченности, подготовки, волевых усилий.
4. Темперамент не существует до деятельности или вне деятельности в широком смысле этого слова.
5. Темперамент определяется количеством общей энергии в организме.
6. Темперамент определяется конституцией человека.

Задание 2. 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 3○. 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.

4. Основные свойства нервной системы - ...

а) чувствительность; б) ритмичность; в) импульсивность; г) периодичность; д) равномерность; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

4. Основные свойства нервной системы - ...

а) чувствительность; б) ритмичность; в) импульсивность; г) периодичность; д) равномерность; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

Семинар 18

Тема «Характер»

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера.

2. Черты характера (Б. М. Теплов).
3. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма.
4. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ).
5. Акцентуация характера. Типы акцентуаций характера (К. Леонгард и А.Е. Личко).
6. Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков).

Литература

1. Общая психология : практикум / Мозыр. гос. пед. ун-т ; под общ. ред. Е. А. Колесниченко. – 3-е изд. – Мозырь : Мозыр. гос. пед. ун-т, 2018. – 320 с.
2. Общая психология : практикум / Т. П. Березовская [и др.] ; под ред. Ю. А. Коломейцева, Л. С. Янчук ; Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2010. – 76 с.
3. Общая психология : учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Минск : Тесей, 2005. – 368 с.

Задание 1. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.
1. Э. Кречмер объяснял характер...

а) эндокринными факторами; б) социальными факторами; в) наследственно-приобретенными факторами; г) соматическим состоянием; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
2. 3. Фрейд полагал, что энергетическим источником характера являются...

а) динамические тенденции; б) чувствования; в) осознаваемые побуждения; г) сексуальные тенденции; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
3. Детерминанты свойств характера надо искать...

а) в особенностях генотипического фонда; б) в учете средовых влияний; в) во внутренних побуждениях личности; г) в суммировании генотипических и средовых влияний; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
4. Для истероидного акцентуанта труднее всего...

а) вступать в эмоциональные контакты с людьми; б) переносить невнимание к своей особе; в) быть на виду; г) ориентироваться в социальной обстановке; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
5. Характер считается патологическим, если он...

а) относительно стабилен во времени; б) имеет тотальное проявление; в) социально дезадаптирован; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.
6. В характере психастеников проявляются...

а) нерешительность; б) твердость; в) инициативность; г) жестокость; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
7. Признаки эпилептоидного характера...

а) раздражительность; б) приступы ярости и гнева; в) напряженное состояние инстинктивной сферы; г) моральные дефекты; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
8. Шизоидная личность...

а) эмоционально отзывчива; б) общительна; в) эмпатична; г) адаптивна; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
9. Для психастеников характерны следующие соматические расстройства...

а) головные боли; б) усиленное сердцебиение; в) тошнота; г) головокружения; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.
10. Э. Фромм определяет характер как форму, в которой канализируется энергия человека в процессах...

а) приобретения и потребления вещей; б) установления отношений с другими людьми; в) установления отношений с самим собой; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.
Задание 2. В каком из следующих отношений находятся пары понятий:
1. а) характер - б) темперамент;
2. а) личность - б) характер;
3. а) воля - б) характер;
4. а) акцентуация - б) психопатия;
5. а) психика - б) характер;
6. а) эпилептоидная акцентуация характера - б) эпилепсия;
7. а) воспитание - б) характер.

Задание 3. Прокомментируйте приведенные мнения. Определите современную научную позицию в отношении наследования и формирования свойств характера.
1. В нашем Советском Союзе люди не рождаются, рождаются организмы. Люди у нас делаются - трактористы, мотористы, академики, ученые и т.д. И это без всякой идеологической чертовщины - генетики, ее реакционной теории наследственности. (Из выступления Т. Д. Лысенко, 1935 г.)
2. Выдающийся психиатр О. В. Кербиков, обсуждая вопрос о формировании и наследовании особенностей характера, в работе "Клиническая динамика психопатий и неврозов" (1962) писал: "Ведь от рождения человек не тот, кем он становится в результате воспитания. Можно говорить о глыбе мрамора и резце скульптора. Конечно, для ваяния большую роль играет качество мрамора. Однако в основном изваяние формируется под действием резца скульптора. Этим скульптором и является окружающая среда".

Семинар 19
Тема: Способности

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности.
2. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина.
3. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень.
4. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная).
5. Способности как свойства личности (В. Д. Шадриков).
6. Уровни развития способностей. Одаренность.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.
3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.
4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.
5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Изучите литературу и ответьте на вопросы.

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?
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.

Задание 2. Ниже перечислены несколько видов деятельности и перечень способностей. Определите, какие из способностей потребуются в каждом виде деятельности. Установите соответствие.

Виды деятельности:

·математическая деятельность,
·деятельность музыканта,
·техническое творчество,
·изобретательская деятельность,
·чтение художественных текстов.

Способности:

1. Ладовое чувство (способность чувствовать музыкальную выразительность в движении музыкальных звуков).
2. Способность к комбинированию пространственных образов, пространственное воображение.
3. Хорошее запоминание общих схем рассуждений, доказательств, выводов, обобщённых способов решения вопросов.
4. Целостность восприятия, т.е. умение видеть отдельные части предмета в их соотношении с другими частями.
5. Полнота, яркость представления наглядных образов.
6. Способность к слуховому представлению сочетаний музыкальных звуков.
7. Умение находить рациональный подход к практическим задачам с учётом свойств и возможностей материалов.
8. Многообразный подход к решению вопроса.
9. Умение оценивать соотношение пропорций и размеров.
10. Лёгкая способность к воссозданию образов по словесному описанию.

Задание 3. Воспитанию каких способностей (мнемических, мыслительных, воображения) содействуют следующие учебные занятия?

1.Учащимся дважды прочитывали текст, затем предлагали по возможности вернее письменно изложить его содержание.
2.Указать сходство и различие климата Европы и Азии на тех же широтах.
3.Составить план только что прочитанного текста и письменно изложить его.
4.Пересказать сообщение учителя о сходстве и различии причастий и деепричастий.
5.Представить флору, фауну и вид городов в различных точках земного шара и описать представляемое.
6.Сравнить черты характера Онегина и Печорина.
7.По данному описанию представить картину природы.
8.Сравнить приёмы описания в произведениях А.П. Чехова и И.С. Тургенева.

Задание 4. Какими способностями должен обладать учитель по вашей специальности? По каким показателям можно оценить развитие этих способностей?

Задание 5. Изучите литературу и составьте эссе на тему «Развитие способностей у школьников».

Семинар 20
Тема: Мотивация

Вопросы для обсуждения:

1.Потребности и мотивы.
2. Пирамида потребностей А. Маслоу.
3. Теория мотивации К. Альдерфера.
4. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов).

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.
3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.
4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.
5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Охарактеризуйте изменение мотивационной структуры девушки по приведенному отрывку. Объясните смысл и значение такой перестройки.

Все существенно лишь постольку, поскольку имело отношение к тебе, все в моей жизни лишь в том случае приобретало смысл, если было связано с тобой. Ты изменил всю мою жизнь. До тех пор равнодушная и посредственная ученица, я неожиданно стала первой в классе; я читала сотни книг, читала до глубокой ночи, потому что знала, что ты любишь книги; к удивлению матери, я вдруг начала с неистовым усердием упражняться в игре на рояле, так как предполагала, что ты любишь музыку. Я чистила и чинила свои платья, чтобы не попасться тебе на глаза неряшливо одетой... А во время твоих отлучек... моя жизнь на долгие недели замирала и теряла всякий смысл. (*С. Цвейг*)

Задание 2. Ответьте на вопросы:

1). Что такое направленность личности? Почему её называют главной системообразующей силой в личности?

2). Как проявляется социальная значимость отношений личности? Приведите примеры высокой социальной значимости отношений.
3). Что такое "цельность личности"?
4). Что такое "мотивированное поведение"? Чем мотивация человека отличается от мотивации животных?
5). Какие виды потребностей существуют у человека? Как проявляются потребности различных групп?
6). Что такое "соподчинение мотивов"?

Семинар 21
Тема: Эмоции и чувства

Вопросы для обсуждения:
1. Общая характеристика эмоций.
2. Базовые эмоции Томкинса – Изарда.
3. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо).
4. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов).
5. Единая теория сознания и эмоций Ю. И. Александрова.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.
3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.
4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.
5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Выделите отрывки, в которых изображают преимущественно познавательные процессы, и отрывки, изображающие преимущественно эмоции и чувства. По каким признакам вы это определили?

А. Ученик 1 класса, рассказывая по картинке, перечисляет изображённые предметы: «Два мальчика…ведро…собачка…»

Б. Нет, ты только посмотри, Валя, что это за чудо! Прелесть! Точно изваяние,…а краски! Смотри, смотри, ведь она не белая, то есть она белая, но сколько оттенков – желтоватых, розоватых, каких-то небесных, а внутри, с этой влагой, она жемчужная, просто ослепительная…

Задание 2. Исправьте текст так, чтобы он был правильным с точки зрения психологии.

Я чувствовал холод могильной плиты, и в душе я ощутил ужас от всего происходящего.

Задание 3. Определите, к какой категории эмоциональных явлений (положительные и отрицательные эмоции, стенические и астенические эмоции, настроение, аффект, страсть, стресс) относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить?

А. Получив в свои ворота гол, игроки стали неузнаваемы - куда девались их задор и одержимость.

Б. Во время сдачи вступительного экзамена по математике сильный ученик, отличник, не может справиться с простенькой задачей. Говорит, что у него какое-то странное состояние: всё забыл.

В. Ученик 7 класса рассказывает, что когда он очень расстроен, то всегда всем начинает говорить грубости. Злоба так захватывает его, что он хочет её вылить на других. Из-за этого возникают ссоры, драки и прочие недоразумения. Позже он жалеет о случившемся и раскаивается.

Г. Добросовестная и прилежная ученица была спрошена учителем. В это время в класс вошёл директор школы. Девочка растерялась и сразу замолчала. На наводящие вопросы отвечала сбивчиво. Создалось впечатление, что она не знает урока. После того, как директор вышел из класса, девочка бойко и уверенно ответила по всему тому материалу, который безуспешно пыталась воспроизвести ранее.

Д. При обучении прыжкам с парашютом некоторые новички не находят в себе сил покинуть борт самолёта. Иных только повторным приказом удаётся заставить сделать шаг за борт самолёта. Страх и волнение не оставляют их и тогда, когда шёлковый купол парашюта раскрывается над ними, они теряют способность воспринимать происходящее и не могут сделать ни одного разумного действия. Иногда такое состояние не преодолевается и приходится расставаться с мыслью о прыжках.

Е. Графиня Ростова после получения известия о гибели сына Пети «лежала на кресле, странно-неловко выпячиваясь, и билась головой о стену…

- Наташу!- кричала она, отталкивая от себя окружающих.

- Подите прочь все, неправда! Убили! Ха-ха-ха-ха!…неправда!».

Ё. В условиях нерешённой задачи у испытуемого повысилась двигательная активность. В течение всего опыта он насвистывал, напевал, постукивал по столу пальцами, тёр руки и лицо. Движения, прежде осторожные и точные, стали сильными и размашистыми. Испытуемый стал необыкновенно говорлив: к звуковому сигналу на ошибку отнёсся резко отрицательно. Затруднения высказывал вслух. Работа прерывалась залпами озвученных вздохов: «Ух! Ой, ой, ой!» в конце опыта появилась одышка. Но сознательный контроль не был нарушен. Испытуемый использовал логические выкладки при определении допущенных ошибок.

Задание 4. Определите, к какой категории эмоциональных явлений (положительные и отрицательные эмоции, стенические и астенические

эмоции, настроение, аффект, страсть, стресс) относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить?

А. Спортсмен С. Перед стартом на ответственных соревнованиях сначала «метался из угла в угол», потирал ладони, громко смеялся, но затем вдруг как-то сник, замолк – впал в состояние стартовой апатии.

Б. Миша всерьёз увлёкся футболом. Целыми днями он пропадал на стадионе. Дома только и было разговоров: о голах, пасах, великих футболистах.

В. Играть с А. Беловым было одно удовольствие – сказка. Он никогда не выговаривал партнёру за неудачно посланный мяч. Любой пас в сторону Белова всегда доходил до цели.

Г. Не сумев организовать учащихся на урок, учитель вышел из класса, хлопнув дверью.

Д. Забив долгожданный гол, игроки команды устроили «кучу малу», а потом с удвоенной энергией провели остаток встречи, что было вознаграждено ещё одним голом.

Задание 5. Спортсмен проиграл в важной для него встрече. Какие эмоциональные состояния у него могут проявиться?

Задание 6. Определите виды чувств. Поясните свой ответ.

А. «Я таял и трепетал от невыразимого наслаждения, когда писал музыку к Онегину».

Б. После долгих усилий ученику удалось решить трудную задачу, что привело его в состояние восторга.

В. Мальчик-староста был совершенно подавлен тем, что ребята его назвали «предателем», так как он сообщил классному руководителю, кто разбил стекло.

Г. Ученица 11 класса пишет, что она в 15 лет прочла «Овод». Книга оказала на неё потрясающее воздействие, и девочка три дня ходила под сильным впечатлением.

Задание 7. Определите, о воспитании каких высших чувств говорит В.А. Сухомлинский. Выскажите своё мнение по этому поводу.

«Красота – средство воспитания чуткой совести. Уже в детстве – особенно в отрочестве – человек должен научиться индивидуально осваивать эстетические ценности. Важно, чтобы это освоение продолжалось всю жизнь».

Семинар 22
Тема: Воля

Вопросы для обсуждения*:*

1. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский).
2. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера.
3. Мотивационная теория воли (В. А. Иванников) и теория саморегуляции (Е. П. Ильин).
4. Психологическая структура волевого акта.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.

3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.

4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.

5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Укажите, какая функция воли (активизирующая или тормозящая) проявляется в каждой ситуации. Дайте обоснование своего ответа.

А. Человеку страшно хочется пить. Он подходит к водоёму, готов зачерпнуть воды и
выпить её. Но ему говорят: «В этом водоёме обнаружен холерный вибрион, имейте это
в виду». Человек выливает воду и идёт дальше. (По В. С. Мерлину.)

Б. Во время воздушного боя лётчик получил смертельную рану. В какое-то время он
понял, что если выпустит из рук штурвал самолёта, погибнут все, кто там находится. И
вот лётчик продолжает управлять самолётом, благополучно сажает его и тут же
бессильно падает на пол кабины. Из самолёта его выносят уже мёртвым.

В. В очень жаркий день подросток М. работал на пришкольном участке. Ребята позвали его купаться. Хотя М. выглядел очень усталым и изнурённым, он отказался,
объяснив, что решил доводить любое начатое дело до конца.

Задание 2. Прочитайте описание ситуации.

Тренер А. Гомельский рассказывал о следующем приёме тренировки баскетболистов.

Игрокам даётся задание пробежать 1500 метров по стадиону, передавая мяч в парах.

Заканчивая дистанцию, игроки настраиваются на обычный интервал - отдых, но в это
время звучит команда тренера: «Ещё один круг!(400метров)» Определите, какой психический процесс совершенствуется в этой ситуации. Какие
конкретно качества воспитываются таким способом?

Задание 3. Прочитайте описание ситуации.
Тренер А. Гомельский рассказывал о следующем приёме тренировки баскетболистов. Отрабатывается проход под щит и бросок по корзине. Три пары игроков становятся лицом друг к другу на расстоянии метра. В образовавшийся коридор устремляется нападающий с мячом. Ведя мяч, он должен преодолеть сопротивление защитников и забросить мяч в корзину. Защитникам разрешается ударять по рукам и туловищу (но не кулаком). (По Д. Я. Богдановой.)
Определите, какой психический процесс совершенствуется в этой ситуации. Какие конкретно качества воспитываются таким способом?
Задание 4. Наличием или отсутствием, какого качества воли объясняются особенности поведения на контрольном уроке каждого из учеников?
А. Была контрольная работа по алгебре. Дал себе слово: что будет, то будет, а должен решать сам, ни у кого смотреть не буду. Решение последнего примера долго не удавалось. Вот внутренний голос и говорит: «Слово дал, а двойку получишь». Стали брать сомнения.… А другой голос твердит: «Владеть собой надо и в трудные минуты делать всё самому, а то никогда ничего не выйдет». Против первого голоса доводы привёл… и помогло. Вместе со звонком сдал работу учителю.
Б. Запутался в контрольной по алгебре. Сижу, бумагу порчу, рву на мелкие части, всё из головы вылетело. Вижу: Оля списывает работу начисто, а в черновике весь ход решения виден. Сам не знаю, что меня толкнуло, но посмотрел я, как задача решается, и стал делать свою всё по порядку.

Задание 5. Биатлонист вышел на рубеж для стрельбы по мишеням после штрафного круга. Какое волевое качество будет влиять на успешность стрельбы в большей степени? Поясните своё мнение.
2. Сформулировать вопросы по теме «Воля» в количестве 15 штук, записать в тетрадь.
3. Составить глоссарий по теме, записать в тетрадь.

Семинар 23
Тема: Психические состояния

Вопросы для обсуждения:
1. Понятие и типология психических состояний.
2. Глубокие и поверхностные, кратковременные и длительные психические состояния.
3. Стенические и астенические, осознанные и неосознанные психические состояния.
4. Усталость от сострадания.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Одинцова, М.А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М.А. Одинцова, Н.Л. Захарова. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 299 с.

3. Водопьянова, Н.Е. Стресс-менеджмент: учебник для бакалавриата и магистратуры / Н.Е. Водопьянова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 283 с.

4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Познакомьтесь с приведенными примерами. Какое эмоциональное состояние в них описано? Чем, на ваш взгляд, отличается правонарушение, совершенное в этом состоянии, от "обычного" преступления?

1. ***Общая характеристика подследственного***. М., 31 год, в детстве часто болел, в школе учился плохо. Был в армии и на фронте, ранен. Всегда отличался впечатлительностью и раздражительностью, временами нападали тоска и разочарование в жизни, были мысли о самоубийстве. Находился под наблюдением районного психиатра с диагнозом "психопатия". Несколько раз лечился в санаториях. С женой часто ссорится, к ребенку привязан, уделяет ему много времени, заботится и нянчит его.

Обстоятельства правонарушения. Около полуночи соседи М., молодые супруги, "подняли возню в своей комнате", танцевали, бегали друг за другом и, наконец, "упали" к себе на кровать. Тонкая фанерная перегородка, отделявшая их комнату от комнаты М., при этом повалилась. От сильного шума падающей стены ребенок проснулся и начал "дико кричать". М., в это время закрывавший форточку с помощью палки, внезапно впал в резко возбужденное состояние, изменился в лице, что-то бессвязно закричал, оттолкнул от себя жену, бросился в коридор, накинулся на стоявшего здесь испуганного соседа и нанес ему несколько ударов палкой по голове. Затем с криком побежал к себе в комнату, бросился в постель и некоторое время лежал как бы в забытьи. Очнувшись и узнав о происшедшем, был очень удивлен, так как ничего не помнил, начиная с того момента, когда он отскочил от окна. С избитым у него до этого никаких столкновений не было.

Физическое состояние. Без отклонений от нормы. Со стороны нервной системы отмечается лишь повышенная общая возбудимость.

Психическое состояние. Ясное сознание, правильная ориентировка в месте, времени и обстановке; настроение подавленное; эмоционально неустойчив, раздражителен, капризен, обидчив, требует повышенного к себе внимания, несколько назойлив.

2. К. вместе с товарищами пил вино в ресторане. Что было потом - не помнит. Из уголовного дела видно, что он, будучи пьяным, зашел в незнакомый ему двор, по лестнице забрался на крышу дома, выломил слуховое окно и через чердак попал на кухню этого дома, перебил в окнах квартиры стекла, побил посуду, разрушил печь, начал душить перепуганную хозяйку

квартиры и затем тут же улегся спать. Отсюда он был доставлен в вытрезвитель.

3. Ш., 52 года, в прошлом болел брюшным и сыпным тифом. Работая машинистом железной дороги, несколько раз попадал в крушение поезда, получал ушибы головы. Злоупотреблял алкоголем. ... Работоспособность его снизилась, и он был переведен на инвалидность, хотя урывками продолжал работать.

После эпизодического заболевания он представил для оплаты больничный бюллетень. Кассир страховой кассы задержал бюллетень для уточнения вопроса, может ли Ш., как инвалид, получать по бюллетеню деньги. От кассира Ш. ушел с чувством обиды и оскорбления, считая, что его без основания заподозрили в противозаконном поступке. Через два дня Ш. снова явился за деньгами и отобранной пенсионной книжкой. Так как кассир заявил, что по его делу ничего еще пока не выяснено, Ш. впал в возбужденное состояние и нанес кассиру несколько ран перочинным ножом.

По описанию свидетелей, он в этот момент был "похож на сумасшедшего", "глаза были безумные", лицо бледное. Затем он упал и некоторое время был в бессознательном состоянии. Из происшедшего помнит лишь эпизоды, относящиеся к самому началу. Помнит, как он требовал у кассира вернуть пенсионную книжку, помнит, как тот отказал в его просьбе и затем подошел к шкафу, откуда взял что-то и положил в карман. Ему показалось, что это был револьвер. В глазах потемнело, сердце забилось. Что было дальше - не помнит. (*Я. М. Колошник*)

Задание 2. Дайте определение разным формам эмоциональных переживаний. Определите, о каких эмоциональных переживаниях идет речь в следующих фрагментах.

1. В древности китайские торговцы жемчугом следили за зрачками покупателей, рассматривающих выставленный товар. Если зрачок расширялся, торговец начинал настойчиво убеждать человека совершить покупку и часто с выгодой продавал свой товар.

2. Весь день они ссорились. Насколько мне известно, Нора собиралась положить конец их отношениям, и деловым, и личным. Она потребовала, чтобы он немедленно покинул дом. Но Риччио прекрасно чувствовал себя там и не собирался уходить. Риччио преследовал Нору по пути от ее комнаты до мастерской, стараясь убедить ее отказаться от своих намерений. Дэни сидела у себя и занималась, когда услышала крик Норы. Сбежав вниз, она увидела, что Риччио угрожает матери. Схватив со стола резец, она кинулась между ними и всадила орудие ему в живот. Когда Риччио, обливаясь кровью, рухнул на пол, девочка впала в истерику и стала рыдать. (*Г. Роббинс*)

3. Мы остановились перед светофором - с визгом; это было в духе отца - тормознуть так, чтобы мурашки по спине, чтобы ни сантиметра в запасе, - на волосок от вечности. Когда мы остановились, он сказал:

- Питер, ты как приехал сюда - все время киснешь. Неприятности?

...Что я мог ему ответить? И да, и нет... Тогда (чутье ему не изменило) он сказал:

- Я знаю. Знаю, Питер. В жалкое время живем. - Зажегся зеленый свет, и мы рванули с места. - Жалкое время. Пустое время. Серое время. В воздухе прямо пахнет гнилью. А главное - будет еще хуже. Это ты понимаешь? Почитай Карлейля. Почитай Гиббона. Возьми время вроде нашего, когда люди блудят с фальшивыми богами, когда второй от конца - это уже первач, когда кидаются на все, лишь бы было новым, гладким, забористым, - и к чему ты в конце концов приходишь? К моральной и духовной анархии, вот к чему. Потом - к политической анархии. А потом? К диктатуре! (*У. Стайрон*)

4. Первое, что он увидел дома, отперев дверь своим ключом, был отделанный золотом зонтик жены, лежавший на сундучке. Сбросив меховое пальто, Соме кинулся в гостиную. ...Он увидел Ирен на ее обычном месте в уголке дивана. Он тихо притворил дверь и подошел к ней. Она не шелохнулась и как будто не заметила его.

- Ты вернулась? - сказал Соме. - Почему же ты сидишь в темноте?

Тут он разглядел ее лицо - такое бледное и застывшее, словно кровь остановилась у нее в жилах; глаза, большие, испуганные, как глаза совы, казались огромными.

В серой меховой шубке, забившись в угол дивана, она напоминала чем-то сову, комком серых перьев прижавшуюся к прутьям клетки. Ее тело, словно надломленное, потеряло свою гибкость и стройность, как будто исчезло то, ради чего стоило быть прекрасной, гибкой, стройной...

Ирен не взглянула на него, не сказала ни слова; блики огня играли на ее неподвижной фигуре.

Вдруг она встрепенулась, но Соме не дал ей встать; и только в эту минуту он понял все.

Она вернулась, как возвращается к себе в логовище смертельно раненое животное, не понимая, что делает, не зная, куда деваться. Одного взгляда на ее закутанную в серый мех фигуру было достаточно Сомсу.

В эту минуту он понял, что Босини был ее любовником; понял, что она уже знает о его смерти, - может быть, так же, как и он, купила газету и прочла ее где-нибудь на углу, где гулял ветер...

Он снова взглянул на нее, сжавшуюся в комок, словно подстреленная, умирающая птица, которая ловит последние глотки воздуха, медленно поднимает мягкие невидящие глаза на того, кто убил ее, прощаясь со всем, что так прекрасно в этом мире: с солнцем, с воздухом, с другом.

Так они сидели у огня по обе стороны камина и молчали. (*Дж. Голсуорси*)

Задание 3. Определите эмоциональные состояния героев в приведенных отрывках из романов Ф. М. Достоевского и материалов двух уголовных дел.

1. Он расстегнул пальто и высвободил топор из петли, но еще не вынул совсем, а только придерживал правою рукой под одеждой. Руки его были ужасно слабы; самому ему слышалось, как они, с каждым мгновением, все

более немели и деревенели. Он боялся, что выпустит и уронит топор ... вдруг голова его как бы закружилась...

Ни одного мига нельзя было терять более. Он вынул топор совсем, взмахнул его обеими руками, едва себя чувствуя, и почти без усилия, почти машинально, опустил на голову [старухи] обухом. Силы его тут как бы не было. Но как только он раз опустил топор, тут и родилась в нем сила...

Старуха, как и всегда, была простоволосая. Светлые с проседью, жиденькие волосы ее, по обыкновению жирно смазанные маслом, были заплетены в крысиную косичку и подобраны под осколок роговой гребенки, торчавшей на ее затылке. Удар пришелся в самое темя... Она вскрикнула, но очень слабо, и вдруг вся осела к полу, хотя и успела еще поднять обе руки к голове... Тут он изо всей силы ударил раз и другой, все обухом и все по темени. Кровь хлынула, как из опрокинутого стакана, и тело повалилось навзничь. Он отступил, дал упасть и тотчас нагнулся к ее лицу; она была уже мертвая...

Он положил топор на пол, подле мертвой, и тотчас же полез ей в карман, стараясь не замараться текущею кровью, - в тот самый правый карман, из которого она в прошлый раз вынимала ключи. Он был в полном уме, затмений и головокружений уже не было, но руки все еще дрожали...

2. Федор Павлович отпер окно и высунул всю свою голову.

- Грушенька, ты? Ты, что ли? - проговорил он каким-то дрожащим полушепотом. - Где ты, маточка, ангелочек, где ты? - Он был в страшном волнении, он задыхался...

"Один!" - решил Митя...

Митя смотрел сбоку и не шевелился. Весь столь противный ему профиль старика, весь отвисший кадык его, нос крючком, улыбающийся в сладостном ожидании, губы его, все это ярко было освещено косым светом лампы слева из комнаты. Страшная, неистовая злоба закипела вдруг в сердце Мити: "Вот он, его соперник, его мучитель, мучитель его жизни!" Это был прилив той самой внезапной, мстительной и неистовой злобы, про которую, как бы предчувствуя ее, возвестил он Алеше в разговоре с ним в беседке четыре дня назад, когда он ответил на вопрос Алеши: "Как можешь ты говорить, что убьешь отца?"

"Я ведь не знаю, не знаю, - сказал он тогда, - может, не убью, а может, убью. Боюсь, что ненавистен он вдруг мне станет *своим лицом в ту самую минуту*. Ненавижу я его кадык, его нос, его глаза, его бесстыжую насмешку. Личное омерзение чувствую. Вот этого боюсь, вот и не удержусь..."

Личное омерзение нарастало нестерпимо. Митя уже не помнил себя и вдруг выхватил медный пестик из кармана...

3. Отец Алексеева страдал алкоголизмом. Его брат и сестра умерли в детстве. Алексеев рос физически слабым, часто болел. В отношениях со сверстниками стеснялся своей физической слабости, "драк избегал, но уж если дрался, то до конца... либо я его (обидчика), либо он меня... Чаще доставалось мне". Тяжело переживал обиды, в мечтах видел себя сильным, с 16 лет с этой целью начал заниматься спортом. Проявлял большое старание, выполнил норму кандидата в мастера спорта по гребле.

Отчим тоже пил, конфликтовал с Алексеевым и его матерью. Общение с отчимом воспитало у Алексеева острую неприязнь ко всему, связанному с пьянством.

После окончания школы и профтехучилища Алексеев начал работать на стройке каменщиком, но вскоре был призван в армию. После увольнения в запас вернулся на стройку. В работе отличался добросовестностью, ответственностью, с окружающими был доброжелателен, сдержан, несколько замкнут, молчалив. Отмечается высокое чувство собственного достоинства, болезненная реакция на обиды и оскорбления. В последнее время у Алексеева сложились неприязненные отношения с Кузнецовым, который часто оскорблял Алексеева, вел себя по отношению к нему развязно и цинично.

14.12.87 днем Алексеев находился в бытовке, куда Кузнецов и Захаров зашли с намерением распить бутылку вина. Кузнецов грубо потребовал от Алексеева найти кружку. Алексеев воспринял это требование как оскорбительное для себя и отказался его выполнять. Кузнецов набросился на него, повалил на пол и начал бить. Алексеев просил отпустить его, несколько раз спрашивал "за что?". "Я почувствовал себя страшно униженным - он меня бьет, а я должен просить его не бить меня, хотя никакой вины за мной нет".

Кузнецов, продолжая бить, повторял: "Будешь еще, чурбан?". Отпустив Алексеева, Кузнецов продолжал оскорблять его, угрожать ему. Алексеев поднялся с пола. "У меня была страшная злоба, но я все равно сдержался бы... я не хотел драться". В этот момент Кузнецов особенно цинично, нецензурно оскорбил Алексеева. О дальнейшем Алексеев помнит неотчетливо: "...меня просто взорвало... я вспомнил случай, когда меня били шесть человек за то, что я не поставил им бутылку вина... Не помню, какие мысли еще были..." Затрудняется сказать, какой рукой схватил нож, лежавший на столе ("Показалось, что это отвертка, я до этого клал на стол отвертку..."), и нанес Кузнецову удар в живот.

Кузнецов после нанесения удара вырвал у Алексеева нож и вместе с Захаровым вытолкал его из бытовки. Захаров показал: "Алексеев был в разъяренном состоянии... Я знаю Алексеева как спокойного парня, что с ним случилось, я и сам не знаю, но он был слишком обижен, как я считаю, из-за пустяка". Увидев, что Кузнецов корчится от боли, Алексеев громко разрыдался и потом долго не мог успокоиться, плакал, выражал сожаление в связи с происшедшим.

4. Гаврилов родился в рабочей семье, старший из двух сыновей. В семье чувствовал себя несколько отчужденно, так как все внимание родители уделяли младшему брату, который часто болел и "был любимым у них".

Развивался нормально, учился средне. С людьми сходился трудно, был застенчив, переживал "дефект" - шрам на подбородке и щеке от полученной в детстве травмы. Тянулся к товарищам, дорожил их отношением к себе, но всегда был крайне чувствительным к шуткам и насмешкам в свой адрес. После армии работал по своей специальности каменщика на стройке.

28.08.86 на рабочем объекте у Гаврилова возник конфликт с рабочими Сорокиным и Зайцевым из-за замечания, сделанного им Сорокину, с которым,

как он считал, у него были приятельские отношения. Неожиданно Сорокин и Зайцев стали оскорблять Гаврилова, цинично издеваться над ним. Они связали Гаврилова, толкали его, навалили на связанного груз и садились сверху на него. Гаврилов при этом плакал, просил прекратить издевательства.

После того как Сорокин и Зайцев, развязав его, ушли, почувствовал сильную боль в ногах. При этом испытывал крайнюю озлобленность, чувство глубокого стыда, унижение человеческого достоинства. Особое впечатление произвело на него "предательство" Сорокина. После ухода Зайцева и Сорокина прошло около 20 минут, стали возвращаться остальные рабочие, и Гаврилов приступил к работе. До того как вернулись Сорокин и Зайцев, он успел уложить 15 - 20 кирпичей. Увидев Сорокина, Гаврилов обменялся с ним взглядами, при этом Сорокин снова цинично выразился в адрес Гаврилова. Новое оскорбление вызвало сильное волнение у Гаврилова, он был не в состоянии работать, начал ходить по площадке. Появилось сильное стремление "проучить" обидчика, выбрав момент, когда он останется один. Когда Сорокин, получив распоряжение мастера, пошел в соседнюю комнату, Гаврилов сразу же направился за ним, предварительно убедившись, что никто не обращает на него внимания.

Забежав вслед за Сорокиным в комнату, Гаврилов, сильно волнуясь, схватил молоток и нанес три удара Сорокину по голове. При этом Гаврилов, по его показаниям, "убить Сорокина... не хотел, и поэтому удары наносил молотком не со всей силой". Когда прибежал Зайцев, Гаврилов бросил молоток и отошел в сторону. Сорокин от полученных ударов скончался.

Задание 4. Какие индивидуальные особенности чувств (сила, глубина, амбивалентность, устойчивость) проявляются в приведенных примерах? Какое влияние (регулирующее, стимулирующее, дезорганизующее) оказали здесь чувства на поведение и образ жизни?

1. Урок английского языка. Ученики принесли в класс ворону. Молодая преподавательница Н. забралась на подоконник, чтобы поймать птицу и выпустить ее. В это время в класс заглядывает ее коллега и любимый человек М. Он резко отчитывает Н. Смущенная, расстроенная, она выбегает в коридор, чтобы объяснить ему суть происходящего. Но тот холоден и строг. Н. возвращается в класс, хватает ворону, которую кто-то из учеников завернул в тряпку, выбрасывает беспомощную птицу в окно. Взволнованные и возмущенные ученики грубят учительнице. Одного за другим она выгонят их за дверь.
2. "Не знаю, - пишет юноша девушке, - люблю я тебя или ненавижу. Мне кажется, что эти чувства во мне странным образом перемешаны. Ставлю вопрос: почему я могу тебя любить? Не нахожу ответа. Но нет, кажется, оснований и для ненависти. Может быть, ты поможешь мне понять самого себя и чем вызвано мое такое нелепое состояние по отношению к тебе".
3. Сталевар 41 года переживает тяжелое состояние по поводу смерти единственной 18-летней дочери. Раньше он очень любил свою профессию, отличался сознательным и ответственным отношением к труду. Во время

войны работал по 2-3 смены, не выходя из цеха. Теперь работа ему в тягость, он жалуется на крайнюю усталость и апатию.

4. Анна Каренина накануне гибели размышляет о своем отношении к Вронскому: "Моя любовь все делается страстнее и себялюбивее... У меня все в нем одном, и я требую, чтобы он все больше и больше отдавался мне... Если бы я могла быть чем-нибудь, кроме любовницы, страстно любящей одни его ласки; но я не могу и не хочу быть ничем другим". (*Л. Н. Толстой*)

Задание 5. Определите в анализе приведенных фрагментов проявления нормального горя, острого горя и болезненного горя. Как должна строиться коррекционная работа в каждом из случаев?

1. Наблюдаются некоторые изменения сознания. Возникает легкое чувство нереальности, ощущение увеличения эмоциональной дистанции, отделяющей человека от других людей (иногда человек выглядит призрачно и кажется маленьким), сильная поглощенность образом умершего. Одному человеку казалось, что он видит свою погибшую дочь, которая зовет его из телефонной будки. Он был так захвачен этой сценой, в особенности тем, с какой ясностью и отчетливостью он услышал свое имя, что в этот момент перестал замечать окружающее.

2. В поведении человека проявляются черты умершего или манера его поведения в момент трагедии. Сын обнаруживает, что походка у него стала, как у умершего отца. Он смотрит в зеркало, и ему кажется, что он выглядит точно так же, как умерший.

3. Общим для большинства людей является следующий синдром: периодические приступы физического страдания, длящиеся от двадцати минут до одного часа, спазмы в горле, припадки удушья с учащенным дыханием, постоянная потребность вздохнуть, чувство пустоты в животе, потеря мышечной силы ("почти невозможно подняться по лестнице", "все, что я поднимаю, кажется таким тяжелым"); интенсивное субъективное страдание, переживаемое как напряжение или душевная боль.

4. Человека, недавно перенесшего тяжелую утрату, охватывает горе о людях, умерших много лет назад. Так, 38-летняя женщина, у которой только что умерла мать и которая очень болезненно отреагировала на эту утрату, как оказалось, была лишь в небольшой степени сосредоточена на смерти матери; она была поглощена мучительными фантазиями, связанными со смертью ее брата, погибшего двадцать лет назад.

5. Переживание горя имеет адаптивный характер, потому что действует как мотивация к обретению утраченного объекта вновь (Боулби). Ряд внешних проявлений горя могут выполнять коммуникативную функцию, вызывая сочувствие и помощь.

6. Человек испытывает повышенную активность без чувства утраты, а скорее с ощущением хорошего самочувствия и вкуса к жизни. Предпринимаемая в ситуации потери деятельность носит экспансивный и авантюрный характер, приближаясь по виду к занятиям, которым в свое время посвящал себя умерший.

7. У человека, потерявшего близкого, часто наблюдается утрата теплоты в отношениях с другими людьми, тенденция разговаривать с ними с раздражением и злостью, желание, чтобы его вообще не беспокоили, причем все это сохраняется, несмотря на усиленные старания друзей и родных поддержать с ним дружеские отношения.

Семинар 24
Тема: Ощущение и восприятия

Вопросы для обсуждения:
1. Понятие и виды ощущений.
2. Классификация ощущений.
3. Виды и свойства восприятия.
4. Теории восприятия.

Литература
1.Психология: учебное пособие /Л.В. Марищук,. С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей , 2013. – 771 с.
2. Донцов, Д. А. Психология познавательных процессов : учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / Д. А. Донцов, Е. А. Орлова, Л. В. Сенкевич ; под науч. ред. Д. А. Донцова, Е. А. Орловой. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 189 с.
3. Барабанщиков, В. А. Общая психология: психология восприятия : учеб. пособие для вузов / В. А. Барабанщиков. — 2-е изд. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 184 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Из предложенных слов выберите те, которые характеризуют природу ощущений человека.

Рефлекторность, материальность, объективность, вторичность, информативность, абстрактность, предметность, свойство мозга, идеальность, активность, деятельность, возбуждение, биотоки мозга, субъективность, первичность, отражение, чувственный образ, раздражимость, познавательный процесс, живое созерцание, избирательное отражение.

Задание 2. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения.

1. Основным источником наших знаний о внешнем мире являются ... .
2. Ощущение, как и всякое психическое явление, имеет ... характер.
3. Особенность ощущений в том, что в них ... ... предметов и явлений материального мира.
4. Генетически самое раннее чувственное психическое явление - ... .
5. Ощущение как ... ... развивается и перестраивается внутри процесса, который она осуществляет, в частности, процесса целенаправленного восприятия.

6. Действие внешних раздражителей на анализаторы человека подчиняется ... механизмам.
7. Повышение чувствительности в результате взаимодействия ... называется ... .
8. Психофизический закон Вебера - Фехнера формулируется так: ... ощущения пропорциональна логарифму силы раздражителя.
9. Минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающее едва заметное различение ощущений, называется ... ... (или ... ...).
10. При ... под воздействием раздражителя, специфичного для одного анализатора, возникает ... , характерное для другого анализатора.

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) сенсибилизация; 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) сенсибилизация; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. В структуру каждого ощущения входит...

а) обобщение; б) движение; в) анализ; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

8. Каждый анализатор имеет...

а) расположенный на периферии воспринимающий проводниковый аппарат; б) совокупность промежуточных (подкорковых) перерабатывающих центров; в) центральный (корковый) аппарат; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

9. Каждый анализатор имеет представительство в...

а) правом полушарии; б) обоих полушариях; в) левом полушарии; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

10. В психологии описаны механизмы функционирования органов чувств: а) механизмы сличения; б) механизмы потребностей; в) механизмы новизны; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

Задание 4. Проанализируйте отрывок и сделайте вывод о природе ощущений. Насколько человек властен над своими ощущениями - может ли он затормозить или усилить их?

Она почувствовала жар, прилив крови, головокружение.

Ну ясно, что у нее кружилась голова. Конечно, у нее был жар. Она же весь день сидела в пальто. Господи! Кинозал переполнен. Как селедок в бочке. Нечего удивляться, что она задыхается. Просто чудо, что она еще не упала в обморок. Джесс подалась вперед, потянула за рукава, стягивая с себя пальто, как будто оно загорелось.

- Ради Христа! - пожаловался кто-то рядом. - Не можете ли вы посидеть спокойно?

- Простите, - прошептала Джесс. Ей все еще было жарко, она все еще была взвинчена, кружилась голова. То, что она сняла пальто, ничего не дало. Она начала стягивать с себя свитер. Голубой, зеленый, сиреневый - какого бы цвета он ни был, в нем было слишком жарко. Она просто задыхалась, ей не хватало воздуха. Почему ей так трудно дышать? Джесс нервно обернулась, ища знак "выход", мотая головой то в левую, то в правую сторону, бегая глазами по всем направлениям. От черепашьего супа меня поташнивает, подумала она, стягивая через голову свитер с высоким воротником, воображая, что она находится в море, окруженная обезглавленными черепахами.

Неужели она заболевает? О, только не это! Только бы ее не вырвало!

...Джесс чувствовала, как к горлу подкатил комок. Она услышала запах черепашьего супа, смешанный с запахами жареной курятины и сыра "горгонзола". О, только бы не вырвало, молилась она, сжимая челюсти и скрежеща зубами.

Дыши глубоко, говорила она себе, вспоминая советы Дона. Дыши глубоко и подольше. От диафрагмы. Выдох. Вдох. Выдох. Вдох.

Не помогало. Ничего не помогало. Она почувствовала, как на лбу появилась испарина, как по щекам начали стекать капельки пота. Ей нехорошо. (Дж. Филдинг)

Задание 5. 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. Восприятие следует рассматривать как комплекс ассоциативно связанных ощущений.

5. Ощущение зависит не от качества раздражителя, а от специфической энергии органа чувств, на который воздействует этот раздражитель, поэтому, например, что бы ни действовало на глаз, ощущение всегда будет зрительной "вспышкой света".
6. В эволюции организмов возникли не специфические энергии органов чувств, а специфические органы, объективно приспособленные к отражению различных видов энергии.
7. Ощущения дают нам более или менее верные образы объективных свойств вещей, хотя различные ощущения обладают разной степенью адекватности воспроизведения этих свойств.
8. Орган чувств (рецептор) пассивно отвечает на воздействующие раздражители, и этим пассивным ответом и являются соответствующие ощущения.
9. Ощущение есть не только отражение объективного мира, но еще и деятельность или ее компонент.
10. Ощущение - активный процесс, осуществляемый как система сенсорных действий, направленных на селекцию и преобразование специфической энергии внешнего воздействия и обеспечивающих адекватное отражение окружающего мира.

Семинар 25
Тема: Внимание

Вопросы для обсуждения:
1. Понятие и виды внимания.
2. Свойства внимания.
3. Классические теории внимания.
4. Когнитивные теории внимания.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Диянова, З. В. Общая психология. Познавательные процессы : учеб. пособие для академического бакалавриата / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 4-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. – 149 с.
3. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

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. Ориентировочный рефлекс рассматривается как объективный, врожденный признак...

а) непроизвольного внимания; б) произвольного внимания; в) послепроизвольного внимания; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

8. 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.

9. Ограничение объема внимания определяет такая его характеристика, как...

а) устойчивость; б) концентрация; в) распределение; г) переключение; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

10. Концентрация внимания определяется...

а) повышением интенсивности сигнала при ограничении поля восприятия; б) центральной настройкой; в) функционированием доминанты; г) все ответы верны; д) 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?

6) ...чайник, которого вы ждете, никак не закипает?

Задание 4. Проанализируйте приведенные примеры. Какие феномены в них описаны? Что и как привлекает наше внимание? В каких случаях в основе избирательности внимания лежит периферическая или центральная настройка?

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. Какие особенности внимания иллюстрируют приведенные примеры из жизни выдающихся людей? От чего зависит их внимание?

1. А. Фурье до 30-летнего возраста отличался необузданно резвым характером и неспособностью к прилежанию, но, познакомившись с началами математики, стал другим человеком, а впоследствии - ученым.
2. Б. Малъбранш случайно и против своего желания начал читать трактат Декарта о человеке; но чтение это так возбуждающе подействовало на него, что "вызвало сильнейшее сердцебиение, благодаря которому ему

постоянно приходилось откладывать книгу в сторону, чтобы вздохнуть свободно"; он кончил тем, что сделался картезианцем.

3. Когда мысль Ньютона наталкивалась на какую-нибудь научную задачу, он находился во власти постоянного возбуждения, не дающего ему ни минуты покоя.

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. Обобщите смысл приведенных текстов. Дайте характеристику сущности и функциям внимания в наиболее емком и полном определении.

1. Внимание нельзя отнести к самостоятельным познавательным процессам, так как оно не имеет собственного содержания. Внимание не отражает ни свойств предметов, ни связей и отношений между ними... Во внимании проявляется активность личности по отношению к предмету деятельности, проявляется направленность человека, его интересы, желания. (*З. М. Панибратцева*)

2. Внимание - это выделение сознанием воспринимаемых или вспоминаемых объектов с одновременным отвлечением от других; это направленность сознания на определенный объект. Во внимании проявляется избирательность сознания... То, к чему привлечено наше внимание, становится для нас "фигурой", а все остальное - фоном. (*К. К. Платонов*)

3. Благодаря наличию произвольного внимания человек способен активно, избирательно "извлекать" из памяти нужные ему сведения, выделять главное, существенное, принимать правильные решения, осуществлять задачи, возникшие в деятельности. (*А. В. Петровский*)

Задание 9. Какие из приведенных высказываний ошибочны и почему?

1. Внимание - необходимое условие выполнения любой деятельности.
2. Внимание - врожденная, генетическая способность человека.
3. Внимание человека определяется структурой его деятельности, отражает ее протекание и служит механизмом ее контроля.
4. В акте сосредоточения сознания имеет место отражение действительности.
5. Внимание - это проявление внутренней воли, первичной духовной силы человека.
6. Произвольное внимание - это сознательно регулируемое сосредоточение на объекте, направляемое требованиями деятельности.

Задание 10. Проанализируйте приведенные фрагменты текста. Выделите факторы, которые обусловливают 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*)

Семинар 26
Тема: Память

Вопросы для обсуждения:

1. Процессы памяти и их характеристика.
2. Виды и типы памяти и их особенности.
3. Свойства памяти: точность, мобилизационная готовность, объем памяти, прочность.
4. Приемы рационального запоминания.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Боднар, А.М. Психология памяти : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / А. М. Боднар ; под науч. ред. А. П. Касатова. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 97 с.
3. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии. – СПб. : Питер, 2010. – 319 с.
4. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Какие из перечисленных явлений относятся к памяти, а какие - к представлениям?

Опыт, узнавание, мечта, забывание, припоминание, сохранение, цель, воспроизведение образа, следы воздействия раздражителя, предвидение, творчество, опережающее отражение, грезы, воссоздание образа, воспоминание, запечатление информации, обобщенный чувственный образ, запоминание, иллюзия, фантазия, модель будущего, рассказ о прошлом, рассказ о будущем, идеал, гипотеза, воображение, галлюцинация, реминисценция, словесный портрет.

Задание 2. 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. Эпизодическая память состоит из всех структур, свойственных той или иной культуре и позволяющих организовать познание мира.

8. В отличие от пространственной и последовательной организации памяти ассоциативная и иерархическая организация ее обусловлена "внешними" факторами.

9. Всегда легче вспомнить какой-либо элемент прошлого опыта, чем узнать его среди других предъявляемых предметов.

10. Кратковременная память существенно улучшается в возрасте от 5 до 11 лет.

11. Процессы памяти не связаны с процессами мышления.

12. В оперативной памяти информация сохраняется на более длительный срок, чем в кратковременной памяти.

Задание 3. В каких случаях перечисленные образы становятся образами памяти, а в каких - воображения?

Опосредованный образ, трансформированный образ, художественный образ, образ-представление, синтезированный образ, образы-копии, типичный образ, музыкальные образы-представления, акцентированный образ, фантастический образ, сознательно реконструированный образ, ассоциативный образ, последовательный образ, гиперболизированный образ, образы сновидений, галлюцинаторные образы.

Задание 4. 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) обобщение образов и

представлений; д) не связана с эмоциями; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

4. Принцип специфичности кодирования касается...

а) контекста, в котором осуществляется кодирование; б) мотивации субъекта; в) времени повторений одного и того же материала; г) времени, необходимого для того, чтобы интегрировать материал; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

5. 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.

6. Семантическая память - это такая память...

а) при которой информация обрабатывается в момент кодирования; б) которая состоит из структур, позволяющих организовать познание мира; в) в которой хранится информация, касающаяся жизненно важных событий; г) в которой хранится частная, "проходная" информация; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. 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.

8. Когда мы забываем о назначенном свидании, это обусловлено...

а) торможением; б) активным забыванием; в) мотивированным забыванием; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

9. 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.

10. Память обслуживает, по преимуществу...

а) настоящее; б) прошлое; в) будущее; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

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.

Сталевары помнят множество оттенков красного цвета; математик легко запомнит информацию, сжатую в формулы; продавец помнит цены и вид продукта определенного веса; студент на экзамене помнит, что нужный ему материал был напечатан на странице слева внизу; закройщик помнит лекала распространенных фасонов и легко опознает их по рассказу заказчика;

живописец помнит сочетания цветов заката в Гималаях, который он наблюдал в молодости; жители северных районов помнят разные "цвета белого снега"; музыкант по слуху может наиграть любую мелодию; пожилой учитель помнит в лицо учащихся многих своих выпусков; учитель-литератор знает на память огромное количество стихотворений; полиглот свободно владеет 12 языками; читатель, случайно захлопнувший книгу, легко находит место, на котором остановился; приехав вторично в малознакомый город, человек представляет себе дорогу к нужному месту.

Задание 6○. Определите, в каких из перечисленных обстоятельствах память работает лучше или хуже.

Когда мы стареем; когда мы хотим показать себя с лучшей стороны; когда мы поглощены интересной работой; когда нас торопят; когда на нас давят обстоятельства; когда возникают отвлекающие факторы; когда нас перебивают; когда нас переполняют чувства (возбуждение, восторг, гнев и т.д.); когда мы погружены в размышления; когда мы устали или хотим спать; когда мы находимся в привычной обстановке; когда мы действуем на "автопилоте"; когда мы не понимаем смысла воспринимаемой информации; когда мы действуем в направлении сознательно поставленной цели; когда мы находимся в стрессе; когда мы пребываем в депрессии; когда мы слишком тревожны; когда мы находимся в условиях дефицита времени.

Задание 7. Сравните приведенные точки зрения. Какой из них и почему вы отдали бы предпочтение?

1. Функция памяти не может направляться волей или деятельностью человека, она детерминирована либо организацией самого материала, либо внешними ассоциациями по смежности, сходству и контрасту.
2. Протекание процессов запоминания, сохранения и воспроизведения определяется тем, какое место занимает данный материал в деятельности субъекта... Наиболее продуктивно связи образуются и актуализируются в том случае, когда соответствующий материал выступает в качестве цели действия.

Семинар 27
Тема: Мышление (4 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие и общая характеристика мышления. Виды мышления.
2. Классификация теории мышления.
3. Операционная теория мышления.
4. Мышление как способ формирования понятий.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Спиридонов, В. Ф. Психология мышления. Решение задач и проблем : учеб. пособие для академического бакалавриата / В. Ф. Спиридонов. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. — 323 с.

3. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Допонятийное мышление в теории Ж. Пиаже характеризуется...

а) эгоцентризмом; б) нечувствительностью к противоречию; в) синкретизмом; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

2. Понятийное мышление проявляется в...

а) оперировании единичными случаями; б) несогласованности объема и содержания; в) отсутствии представлений о сохранении количества; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

3. По форме различают следующие виды мышления:

а) наглядно-действенное; б) теоретическое; в) интуитивное; г) дискурсивное; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

4. Наглядно-образное мышление связано с...

а) оперированием понятиями; б) рефлексией; в) оперированием суждениями; г) оперированием представлениями; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

5. Понятие - это важнейший элемент...

а) восприятия; б) мышления; в) памяти; г) речи; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

6. С развитием понятий идет и становление...

а) анализа; б) синтеза; в) сравнения; г) обобщения; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. В концепции Л. С. Выготского мышление и речь...

а) абсолютно тождественны; б) имеют разные генетические корни; в) являются независимыми друг от друга функциями; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

8. Интуиция - это...

а) скачок в познании; б) озарение; в) прогноз; г) антиципация; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

9. Чувственная ступень познания нуждается в дополнении рациональной, потому что...

а) сущность предметов и явлений не совпадает с их воспринимаемым обликом; б) сложные явления действительности недоступны восприятию; в) восприятие ограничено отражением предметов и явлений в момент их непосредственного воздействия на органы чувств; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

10. Движущей силой формирования понятийного мышления является...

а) игра; б) практическая деятельность; в) функционирование доминанты; г) обучение; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

Задание 2. Наиболее распространенное деление стилей мышления - деление на "теоретиков" (или, в близкой типологии В. Оствальда, "классиков") и "эмпириков" ("романтиков"). Ниже приведены характеристики тех и других. Определите, где речь идет о "теоретиках", а где - об "эмпириках".

1. Их отличают большая наблюдательность, любознательность, виртуозное использование сравнительного анализа.
2. Они считают, что открытия определяются яркими вспышками воображения.
3. С их точки зрения, то, что не наблюдаемо в опыте, нельзя использовать в научном рассуждении.
4. Ценность их в том, что сделанные ими открытия служат исходной информацией для научного прорыва, реализуемого другими.
5. Их сильная сторона - аналитичность, рациональность мышления, невысокая эмоциональность.
6. Они признают наукой только установление связей между непосредственно измеряемыми величинами.
7. Они устремляются в прорыв, обозначенный усилиями других, и делают результат доказательным и убедительным для других.
8. Когда в материале есть "белое пятно", они восполняют недостающие детали гипотезой, опирающейся на интуицию.
9. Слабость их - в излишней, часто необоснованной доверчивости к найденным закономерностям.
10. Они менее наблюдательны, чем другие, но и не столь доверчивы.

Задание 3. Какие из перечисленных слов характеризуют индивидуально-типологические особенности мышления?

Самостоятельность, критичность, умеренность, вязкость, дивергентность, подвижность, зрелость, эмоциональность, инертность, креативность, стереотипность, темпераментность, отчетливость, образность, практичность, интровертированность, глубина мысли, гибкость, пытливость ума, быстрота мысли, системность, операциональность, дополнительность, достоверность, логичность, интуитивность, инструментальность, обязательность, механистичность, уверенность, смелость, оригинальность.

Задание 4. 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 5. 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 созерцания и представлений в понятия.
5. Мышление - это процесс переработки информации.
6. Мысль - это биотоки мозга.
7. История мысли = история языка.

Задание 6. Проанализируйте приведенные высказывания. С какими из них вы согласны, с какими - нет и почему?

1. Мысль о вещи есть отражение вещи, но не просто отражение, а такое, которое, будучи обработано средствами абстрактного мышления, пройдя через чистилище опыта, вновь возвращается к этой вещи, но уже дает ее в расчлененном и обобщенном виде. (*А. Г. Спиркин*)
2. Мышление есть процесс чистой активности сознания.
3. Мышление есть проявление особой духовной способности человека.
4. Все мысли и действия нашей души вытекают из ее собственной сущности и не могут ей быть сообщены чувствами. (*Г. В. Лейбниц*)
5. Разум и постигаемое разумом - одно и то же. (*Гегель*)
6. С помощью мышления мы познаем то общее в предметах и явлениях, те закономерные, существенные связи между ними, которые недоступны непосредственно ощущению и восприятию и которые составляют сущность, закономерность объективной действительности. (*В. С. Кузин*)
7. Мышление есть поведение, двигательная активность, совершенно такая же, как игра в теннис, гольф или другая форма мускульного усилия.

Задание 8. Одинаковы ли по значению и употреблению перечисленные ниже термины?

Интеллект, мышление, разум, рассудок, менталитет, знание, ум, мудрость, образованность, информация, интеллигентность, понимание, осведомленность, эрудиция.

Задание 9. Обобщите приведенные высказывания. Выделите на их основе сущностные характеристики мышления.

1. Мышление и сознание... суть продукты человеческого мозга... функция мозга, отражение внешнего мира. (*В. И. Ленин*)
2. Мышление - это такая ступень сознания, которая заключается в целенаправленном, опосредствованном и обобщенном отражении человеком существенных свойств и отношений вещей, в творческом созидании новых идей, в постановке проблем и их решении. (*А. Г. Спиркин*)

3. Мышление не существует вне общества, вне накопленных им знаний и выработанных логических способов умственной деятельности. Человек не рождается, а становится субъектом мышления, овладевая языком, понятиями, логикой, представляющими собой продукт всей всемирной истории. (*А. Г. Спиркин*)

4. Существеннейшей и ближайшей основой человеческого мышления является... *изменение природы человеком*, а не природа как таковая, и разум человека развивался соответственно тому, как человек научался изменять природу. (*Ф. Энгельс*)

Задание 10. Сравните приведенные точки зрения. Какие стороны мышления они характеризуют?

1. Мыслить - значит изобретать, конструировать "в уме" идеализированный (соответствующий цели деятельности, ее идее) проект того реального предмета, который должен явиться результатом предполагаемого трудового процесса. (*А. А. Арсеньев, В. С. Библер, Б. М. Кедров*)

2. Мышление - это "комбинирование, воспроизведение, репродуцирование, "перебирание" и сочетание в разных пропорциях одних и тех же готовых "атомов" (представлений), чисто внешне связанных друг с другом". (*А. В. Брушлинский*)

3. Шаблонно мыслящие люди избирают с их точки зрения самую разумную позицию, а затем, развивая ее логически, пытаются разрешить проблему. Что же касается тех, кто мыслит нешаблонно, то они предпочитают по-новому взглянуть на проблему и исследовать ее с разных точек зрения, вместо того чтобы придерживаться раз избранной позиции...

Шаблонное мышление оперирует высокими вероятностями; без этого повседневная жизнь была бы невозможной... Нешаблонное мышление оперирует малыми вероятностями... Когда маловероятностное направление мысли приводит к новой, более действенной идее, наступает эвристический момент, в результате которого маловероятностный подход к решению задачи мгновенно приобретает наивысшую вероятность... При шаблонном мышлении логика управляет разумом, тогда как при нешаблонном она его обслуживает. (*Э. де Бона*).

Семинар 28
Тема: Воображение

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие и виды воображения. Сновидения, галлюцинации и грезы как виды воображения.
2. Функции воображения. Воображение и творчество.
3. Способы создания образов воображения.
4. Свойства образов воображения.

Литература

1. Психология: учебное пособие / *Л.В. Марищук*, С.Г. Ивашко, Т.*В*. Кузнецова; под науч. *ред*. *Л.В*. *Марищук*. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.

2. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учеб. пособие для академического бакалавриата / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с.

3. Кавун, Л.В. Психология личности. Теории зарубежных психологов : учеб. пособие для вузов / Л.В.Кавун. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 109 с.

4. Морозюк, С.Н. Психология личности. Психология характера : учеб. пособие для академического бакалавриата / С.Н. Морозюк. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 217 с.

5. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

Задание 1. Проанализируйте свое воссоздающее воображение. Для этого решите 4 следующие задачи (чертежи при решении делать нельзя.).

1. Представьте себе равносторонний треугольник, каждая сторона которого равна 6 см. Продолжите мысленно основание треугольника влево на 6 см и параллельно ему через вершину треугольника проведите влево такой же отрезок. Соедините концы параллельных линий прямой. Какая фигура получилась?

2. Представьте себе, что от точки А вы прошли на юг 10 шагов, затем повернули на восток и также сделали 10 шагов, после опять сделали 10 шагов на юг, а затем повернули на запад, прошли столько же и, наконец, сделали 10 шагов на север. Какая фигура получилась из указанных отрезков?

3. Представьте себе окружность: Поставьте в центре окружности точку, на равном расстоянии от нее (внутри окружности) проведите две параллельные линии, а затем к этим прямым на таком же расстоянии от центра проведите две перпендикулярные линии. Какая фигура получилась внутри окружности?

4. Представьте себе квадрат. Проведите в нем диагонали. Затем двумя горизонтальными линиями разделите квадрат на равные части. Сколько получилось фигур и какие?

Проверка. Проверьте правильность решения каждой задачи с помощью чертежа. Затем подсчитайте количество полученных баллов: условно решение первой задачи оценивается 4 баллами, второй —5 баллами, третьей —6 баллами, четвертой —15 баллами.

Подсчитайте, сколько всего вы получили баллов и сколько времени ушло на решение задач.

Задание 2. Установите уровень развития у себя творческого мышления. Для этого решите следующие задачи:

Мысленно представьте себе, что у вас есть деревянный шарик диаметром 30 мм. Придумайте и укажите на бумаге (словами или рисунком) как можно больше предметов, которые можно сделать, используя этот предмет. Работайте 5 мин.

Сравните свой вариант решения с вариантами своих товарищей. Каждый предложенный вариант оценивается в 2 балла. За однотипные варианты начисляйте по 1 баллу, за остроумные и оригинальные — по 4 балла.
В течение 5 мин придумайте (и запишите) как можно больше вариантов использования обыкновенного карандаша. Имейте в виду, что можно придумывать самые нелепые — с точки зрения здравого смысла — вещи, непременное условие — чтобы карандаш действительно можно было в принципе применять в этом качестве (например, вместо скалки при раскатывании теста и др.).
Замечание: различными считаются только те варианты, которые существенно отличаются друг от друга. Например, ответы «Для рисования на бумаге» и «Для рисования на стене» однотипные. Учтите, что некоторые творческие люди могут за один присест без ограничения времени найти около 50 вариантов применения карандаша.

Задание 3. Обойдите комнату, постепенно прикасаясь ко всем вещам (стол, стул, тетрадь, книга, шкаф...).
И за всеми вещами постарайтесь представить себе людей, которые их делали. Перечислите профессии этих людей.
Это упражнение с разными предметами полезно повторять почаще, оно что-то вроде духовной гимнастики, поможет вам никогда и ни на что не смотреть безразлично, научит видеть за всем труд человека. Кроме того, это упражнение хорошо развивает воображение.

Задание 4. Определите живость, яркость своего воображения. Для этого проделайте ряд упражнений на разные виды представлений. Зачитывая слово — раздражитель, старайтесь, как можно более ярко представить себе соответствующий образ. Оценку за степень яркости образа проставьте себе сами, исходя из следующих критериев:
0—представление полностью отсутствует;
1—представление слабое;
2 — живое;
3 — очень яркое.
1. Зрительные представления.
Ромашка. Лицо матери. Холодильник. Огурец. Автобус. Абрикос. Алые розы. Собака. Бедный человек
2. Слуховые представления.
Бой барабана. Свист милиционера. Собачий лай. Звук горна. Голос классного руководителя.
3. Осязательные представления.

Бархатная ткань. Прикосновение ко льду. Укол иглы. Мел в руках. Ползущая по руке оса.
4. Обонятельные представления.
Запах: земляники, лука, черемухи, бензина, мяты.

5. Двигательные представления.
Аврал. Азарт. Плавание. Качание на качелях. Молчание.
Итоговые вопросы
1. Подсчитайте отдельно по каждому виду представлений количество баллов.
2. По результатам практических работ дайте оценку уровню развития своего воссоздающего воображения, творческого воображения.
3. Приведите примеры профессий, которые предъявляют повышенные требования:
а) к воссоздающему воображению;
б) к творческому.

Семинар 29
Тема: Речь

Вопросы для обсуждения:

1. Общая характеристика и соотношение понятий: язык и речь.
2. Теории речи.
3. Восприятие и понимание речи, ее свойства.
4. Психолингвистические характеристики текстов.

Литература

1. Психология: учебное пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л.В. Марищук. – Минск : Тесей, 2013. – 771 с.
2. Выготский, Л.М. Мышление и речь : Психика, сознание, бессознательное / Л.С. Выготский. – Москва : Лабиринт, 2001. – 366 с.
3. Сапогова Е. Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов / Е. Е. Сапогова. — М. : Аспект Пресс, 2001.— 447 с.

Практические задания и упражнения

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) текст; е) все ответы верны; ж) 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. Какие из указанных ниже факторов являются собственно речевыми?

Общительность; раздражительность; красноречие; грамматически бессвязная речь; заикание; речь с отсутствием коммуникативных средств (жестов, мимики, телодвижений); контекстуальная речь; замкнутость; темп речи; грамматически "правильная", "полная" речь; непроизвольные высказывания; ораторское искусство; болтливость.

Задание 4. Сравните приведенные цитаты. В чем они совпадают и в чем различаются? Какая из них ближе к современному пониманию связи языка (речи) и сознания и почему?

1. Соотношение сознания и речи не простое сосуществование и взаимовлияние, а единство, в котором определяющей стороной является сознание: будучи отражением действительности, оно "лепит" формы и диктует законы своего речевого бытия... О контроле сознания над речью говорят, например, часто наблюдаемые отрицательные оценки собственной речи типа: "Я не то хотел сказать"; "Я неудачно выразился"...

2. Истекает много времени, пока мы приходим к пугающему нас заключению, что когда мы говорим, то выступаем просто исполнителями или актерами, текст же составляется кем-то другим (подсознанием).

3. Язык так же древен, как и сознание; язык есть практическое, существующее и для других людей и лишь тем самым существующее также и для меня самого действительное сознание, и, подобно сознанию, язык возникает лишь из потребности, из настоятельной необходимости общения с другими людьми... Язык есть непосредственная действительность мысли.

4. Сознание неотделимо... от языка. Язык выступает не только как средство общения людей, он выступает и как средство, как форма

человеческого сознания и мышления... Сознание есть отражение действительности, как бы преломленное через призму общественно выработанных языковых значений, понятий.

5. Существует точка зрения, что люди, говорящие на разных языках, воспринимают вещи по-разному... При этом от языка зависит не только содержание, но и структура мысли: различные народы анализируют мир различным способом... Сознание определяется не объектом, а тем, как он представлен в языке.

6. Человек *лингвизирует* свой мир, и *лингвизация* в этом смысле есть творческий процесс. Человек живет в мире, пересотворяемом непрерывно с помощью его собственного языка.

Задание 5. Ответьте на следующие "простые" вопросы о языке и речи.

1. Какая разница между языком, "литературным языком", диалектом и жаргоном?

2. Почему не могло быть "безъязычного" человека?

3. Вы поперхнулись, разговаривая во время еды. Какой орган речи "повинен" в этом?

4. Существуют ли слова без значения? Значения без слов?

5. Речь отдельного человека подвержена патологическим нарушениям. Можно ли сказать то же самое о языке?

6. Почему язык не может быть продуктом отдельного человека?

Задание 6. Раскройте единство и различие речи и языка. Почему содержание речи не сводится к сумме значений использованных в ней слов?

1. Речь и язык неразрывно связаны между собой. Но речь - это сам процесс обмена мыслями, который осуществляется с помощью языка... Речь у каждого своя... Язык же - явление общественное. В противоположность речи, он не зависит от конкретного индивида... Индивидуальные особенности, отклонения и ошибки, возможные в речи, не затрагивают общей основы языка. (*А. С. Никифоров*)

2. Речью называется "процесс пользования языком в различных видах общения и деятельности человека". Пользование языком - индивидуально-психологическое явление; это означает, что речь связана со всей биографией человека, с содержанием его личности. (*Б. А. Бенедиктов, С. Б. Бенедиктов*)

ПРИМЕННЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ
ПО ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
для специальности «Психология»

Раздел I. Введение в психологию

1. Народная, донаучная и научная психология. Символы психологии.
2. Эволюция представлений о предмете психологии.
3. Донаучная психология. Психологические знания в контексте античной философии (Сократ, Платон, Аристотель).
4. Донаучная психология. Представление о душе и теле (Фома Аквинский).
5. Донаучная психология. Душа как сознание (Галилео Галилей, Р. Декарт, Б. Спиноза).
6. Сознание как предмет психологии (В. Вундт, У. Джеймс). Интроспекция.
7. «Русский бихевиоризм». Рефлексология и И.П. Павлов.
8. Психология как наука о поведении и научении (Дж. Уотсон, Э. Торндайк, Б. Скиннер).
9. Необихевиоризм (Э. Толмен, А. Бандура).
10. Научная парадигма. Парадигмы в психологии.
11. Житейское, религиозное и научное познание.
12. Гуманитарная парадигма и гуманистическая психология (К. Роджерс, А. Маслоу).
13. Когнитивная парадигма и когнитивная психология. NBIC(S) – конвергенция.
14. Психология в системе наук. Структура психологии.
15. Уровни психологии. Психология как фундаментальная и прикладная наука.
16. Цели, задачи и принципы психологии.
17. Типология методов исследования в психологической науке.
18. Неэкспериментальные методы исследования. Наблюдение и беседа.
19. Неэкспериментальные методы исследования. Опрос и анализ результатов деятельности.
20. Психодиагностические методы исследования. Объективные тесты и тесты-опросники.
21. Психодиагностические методы исследования. Проективные методики.
22. Экспериментальные методы исследования. Классический эксперимент.
23. Экспериментальные методы исследования. Квазиэксперимент.
24. Экспериментальные методы исследования. Корреляционное исследование.
25. Этапы организации и проведения эксперимента. Артефакты и двойной слепой метод.
26. Понятие психики и ее структура. Предмет психологии в отечественной психологии.
27. Адаптивная теория возникновения психики.

28. Теория возникновения психики Леонтьева – Фабри.
29. Психика животных и психика человека. Активность, поведение и деятельность.
30. Естественно-научные основы психики. Объективный и субъективный критерии психического (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн).
31. Понятие сознания (Б.М. Величковский), его функции и свойства.
32. Теории сознания Э. Тульвинга и Г. Фартинга.
33. Теория сознания А.Н. Леонтьева.
34. Понятие и структура самосознания. Модель самосознания В.В. Столина.
35. Локализация высших психических функций.
36. Теория функциональных систем П.К. Анохина.
37. Неосознаваемые процессы и их типология (Ю.Б. Гиппенрейтер).
38. Неосознаваемая установка (Д.Н. Узнадзе).
39. Сознание, предсознание и бессознательное (З. Фрейд).
40. Методы исследования неосознаваемых процессов (ассоциативный эксперимент и толкование сновидений).
41. Культурно-историческая теория Л.С. Выготского.
42. Принцип единства сознания и деятельности. Деятельностный подход (С.Л. Рубинштейн).
43. Общая теория деятельности А.Н. Леонтьева.
44. Операционный аспект деятельности.
45. Мотивационный аспект деятельности.
46. Виды деятельности. Общение как деятельность (Б.Ф. Ломов).
47. Человек как биопсихосоциальное существо.
48. Первичные и вторичные свойства индивида (Б.Г. Ананьев).
49. Понятие личности. Подходы к исследованию личности (К. Левин).
50. Биологическое и социальное в структуре личности (В. Штерн, К.К. Платонов).
51. Структура личности Э.А. Голубевой.
52. Потребности и мотивация (А. Маслоу, Э. Диси).
53. Понятие темперамента и его типологии (И. Кант, И.П. Павлов, Г.Ю. Айзенк).
54. Понятие характера и его черты (Б.М. Теплов).
55. Теории характера (Хейманс и Ле Сенна)
56. Акцентуации характера (К. Леонгард). Критерий Ганнушкина – Кербикова.
57. Понятие способностей и их виды (Б.М. Теплов, В.Н. Дружинин, М.А. Холодная).
58. Эмоции и чувства. Психофизиологические и когнитивные теории эмоций.
59. Состояния в структуре психики.
60. Модель личности «Большая пятерка».

ПРИМЕННЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ
ПО ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
для специальности «Психология»

Раздел II. Психические явления

1. Понятие темперамента. Гуморальный подход.
2. Философский и художественный подход. Темпераменты чувств и темпераменты деятельности (И. Кант).
3. Физиологический и конституциональный подход.
4. Теории черт темперамента (В. Вундт, К. Юнга и Г. Ю. Айзенка).
5. Психобиологическая модель темперамента (М. Ротбарт)
6. Понятие характера. Характерология. Природные и социальные предпосылки характера.
7. Черты характера (Б. М. Теплов).
8. Теория характера Г. Хейманса и Э. Вирсма.
9. Социальные типы характера (Э. Фромм и Р. Функ).
10. Акцентуация характера и их типы (К. Леонгард и А.Е. Личко). Критерии психопатий (Ганнушкин – Кербиков).
11. Понятие способностей (Б. М. Теплов). Проблема происхождения способностей. Задатки и способности.
12. Общие и специальные способности. Модель общих способностей В. Н. Дружинина.
13. Тетраэдр способностей А. П. Лобанова. Когнитивный и метакогнитивный уровень.
14. Интеллектуальные способности и типы интеллектуально одаренных людей (М. А. Холодная).
15. Уровни развития способностей. Одаренность.
16. Потребности и мотивы. Пирамида потребностей А. Маслоу.
17. Когнитивные теории мотивации. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Раяна.
18. Системная теория мотивации (Б. М. Рыжов).
19. Общая характеристика эмоций.
20. Базовые эмоции Томкинса – Изарда.
21. Психофизиологические теории эмоций (У. Джеймс и К. Ланге; Х. Дельгадо).
22. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер и П. В. Симонов).
23. Понятие и основные функции воли. Гетерономные и автономные теории воли (Л. С. Выготский).
24. Теория контроля за действием Ю. Куля. Концепции волевой регуляции Р. Баумайстера.
25. Психологическая структура волевого акта
26. Понятие и типология психических состояний (Н. Д. Левитов, В. Н. Мясищев).
27. Оперативные, текущие и длительные состояния (А. О. Прохоров).

28. Понятие и типология когнитивных (познавательных) процессов (уровни организации, самостоятельность / несамостоятельность).
29. Ощущения как физический, физиологический и психический процесс.
30. Ощущения и виды ощущений (В. Вундт, Ч. Шеррингтон, Г. Хэд).
31. Психофизика и измерение ощущений (закон Вебера – Фехнера, законы С. Стивенса и Ю. М. Забродин).
32. Пороги ощущений. Абсолютный и дифференциальный порог ощущений. Экстрасенсорика.
33. Изменение ощущений (адаптация, сенсибилизация, синестезия, контраст).
34. Ведущая репрезентативная система и каналы переработки информации.
35. Понятие и свойства восприятия.
36. Экологическая теория восприятия Дж. Гибсона: аффорданс, перцептивное научение, градиент структуры.
37. Законы организации восприятия в гештальтпсихологии.
38. Виды восприятия (по ведущему анализатору и форме существования материи).
39. Восприятие цвета. Теории восприятия цвета (теория доминирующего, оптимального и природосообразного цветового круга).
40. Восприятие пространства. Монокулярные и бинокулярные признаки восприятия пространства.
41. Восприятие времени (хронометрия, хронология, хроногнозия). Закон восприятия времени У. Джеймса.
42. Теории восприятия времени (гипотеза Г. Хогланда, теория когнитивной сложности и когнитивно-аттенционная теория).
43. Восприятие движения.
44. Иллюзии восприятия. Виды иллюзий (по модальности и механизму возникновения).
45. Понятие внимания, его виды и свойства.
46. Внимание как контроль (П. Я. Гальперин).
47. Когнитивные модели внимания. Модель ранней селекции.
48. Модель поздней селекции и модель Э. Трейсман.
49. Факторы привлечения внимания.
50. Понятие, виды и процессы памяти в отечественной психологии (В. Д. Шадриков).
51. Процессы памяти в когнитивной психологии.
52. Развитие непосредственного и опосредствованного запоминания (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев).
53. Модель памяти Аткинсона–Шиффрина.
54. Мнемоника и мнемонисты. Приемы рационального запоминания
55. Понятие и виды мышления (Р. С. Немов, Дж. Брунер).
56. Теория интеллекта и мышления Дж. Брунера.
57. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже.
58. Мышление как способ решения задач.
59. Мышление как способ формирования понятий. Механизмы формирования понятий.

60. Речь и язык. Функции речи.
61. Психологические теории речи. Бихевиоризм и релятивизм.
62. Психологические теории речи. Преформизм и конструктивизм.
63. Понятие, виды и функции воображения.
64. Свойства образов воображения и способы их создания.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ

Общая психология: Практические задания (3 вопрос)

1. Студент купил себе квартиру. Одно неудобство солнечная сторона и прогреваемость помещения. В то же время такой вид из окна! Какие цвета должны преобладать и как называется эффект видимого понижения температуры? Обоснуйте своё предположение.
2. Согласно закономерностям возникновения отрицательного последовательного образа, если смотреть на красное яблоко на белой тарелочке, то белом потолке, переведя взгляд, мы увидим яблоко (какого цвета?). Как можно это использовать в продуктовом магазине и диетологии?
3. Объясните с точки зрения психологии ощущений адекватность рекомендации кота Матроскина: «Неправильно ты ешь бутерброд, надо есть колбасой вниз».
4. Если человеку завязать глаза и одеть на нос прищепку, то он будет не в состоянии отличить на вкус картошку от яблока, вино от кофе, сою от мяса. О чем может говорить указание на упаковке на присутствие пищевых добавок?
5. Какой душ вы посоветуете принять вашему другу в жаркий летний день: обжигающе холодный или горячий? Обоснуйте своё мнение.
6. Не всякий контроль есть внимание, но всякое внимание есть контроль. Смоделируйте ситуации, в которых это утверждение проявит себя в полной мере.
7. Аппетит приходит во время еды. Иллюстрацией какого вида внимания (и почему) может служить эта пословица?
8. К вам на консультацию пришли два человека, одному из них 15, другому 55 лет. Им предстоит сдать очень важный экзамен. Какую форму экзамена: по билетам или тест, вы посоветуете?
9. Два друга решили пойти в театр. Они приехали за час, но билетов не оказалось. Один их них посоветовал посмотреть спектакль по телевизору. Какие аргументы вы приведёте в пользу театра с точки зрения психологии восприятия?
10. Биас-тест позволяет дифференцировать образовательный процесс. Дайте индивидуальные рекомендации учителю и обучающемуся, исходя из результатов тестирования: АКДВ (учитель) и ВДАК (ученик).
11. Известно, что Л.С. Выготский выступал против увлечения наглядностью, проинтерпретируйте его позицию с точки зрения психологии восприятия и мышления.
12. Эффективность мультимедийной презентации зависит от наличия эффекта движения и преобладания изображений над текстом. Прокомментируйте это положение, исходя из когнитивной психологии.
13. Известно расхожее утверждение: «Повторение – мать учения». Почему специалисты в области психологии памяти не разделяют этого мнения. Дайте рекомендации как интенсифицировать процессы памяти.

14. Сейчас доминирует мода на реальную математику: преобладание в учебниках «задач с житейским заданием». Почему они действительно облегчают усвоение, но не способствуют развитию математического мышления? Каким классам при профильном обучении можно рекомендовать такую математику?

15. Тест «Профиль мышления» Дж. Брунера хорошо зарекомендовал себя в качестве диагностического инструментария. Назовите его сферу применения и укажите на его ограниченность.

16. Вы секретарь, ваш начальник задерживается. Собралась толпа в приёмной. Сколько времени вы посоветуете подождать? Почему?

17. Исходя из теории интеллекта Ж. Пиаже и Дж. Брунера объясните родителям обоснованность возвращения в школу канцелярских счёт и использование сенсорных мобильников.

18 Вас назначили психологом по подготовке космонавтов к встрече с представителями инопланетной цивилизацией. Какие два когнитивных процесса для них будут наиболее актуальны?

19. Речевые процессы предполагают говорение, письмо, слушание и чтение. Какая (какие) форма (формы) проведения экзамена наиболее эффективна с точки зрения названных процессов? Обоснуйте своё мнение.

20. Как вы реализуете в практике преподавания (консультирования) тезис Дж. Брунера: ребенка можно научить чему угодно и когда угодно, но только на языке ребёнка?

21. Ученик небрежно выполняет домашнее задание и по распоряжению родителей вынужден переписывать их заново. У него нет мотивации, сказал бы гуманистический психолог. Ребёнок делает то, что умеет возразил бы Р. Грин. Посмотри на это глазами педагогического психолога. Что ты порекомендуешь родителям?

22. Если человеку завязать глаза и положить на вытянутые руки два шара одинакового веса, но разного цвета, то ощущение тяжести окажется одинаково. Если он будет смотреть на них, то черный будет тяжелее белого. В какой профессиональной деятельности это можно использовать?

23. Преподаватель предложил студентам запомнить и воспроизвести 20 бессмысленных слогов. Этот опыт он повторил в 9 группах. Прочитав список слогов в последней группе, он решил и сам воспроизвести его вместе со студентами. Несмотря на то, что он читал 10 раз, а студенты слышали 1 раз, его результаты оказались хуже. Чем можно объяснить этот феномен? Как вы посоветуете готовиться студентам к экзаменам?

24. Согласно теории лингвистической относительности, язык определяет наш менталитет. Какое утверждение подтверждает, а какое противоречит положениям теории: а) люди, в языке которых нет названия определённого цвета, способны его различать; б) в языке эскимосов много названий снега, а русском и белорусском – одно? Какие практические выводы можно сделать из этого с точки зрения соотношения мышления и речи?

25. Чему равен коэффициент интеллекта шестилетнего ребёнка, если его умственный возраст соответствует 9 годам? Какое практическое значение имеет тестирование интеллекта для системы образования?