

**Бабажанова Ф.Ф.**

## **ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

**Учебное пособие**

**2-часть**

*Утвержден Координационным Советом деятельности методических объединений высшего и среднего специального, профессионального образования Республики Узбекистан. Рекомендуются в качестве учебного пособия для студентов всех направлений бакалавриата в области знаний 110000- педагогического образования*

**Гулистан – 2020**

**МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО И СРЕДНЕГО СПЕЦИАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

**ГУЛИСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

**Учебное пособие**

**2-часть**

Область знания: 100000 – Гуманитарная

Область образования: 110000 – Педагогика

Направления образования:

- 5110100 - Методика преподавания математики
- 5110200-Методика преподавания физики и астрономии
- 5110300-Методика преподавания химии
- 5110400-Методика преподавания биологии
- 5110500-Методика преподавания географии
- 5110600-Методика преподавания истории
- 5110700-Методика преподавания информатики
- 5110800-Изобразительное искусство и инженерная графика
- 5111100-Музыкальное образование
- 5111200-Узбекский язык и литература
- 5111300-Родной язык и литература (по языкам)
- 5111400-Иностранный язык и литература (по языкам)
- 5111500-Допризывное военное образование
- 5111600-Национальная идея, основы духовности и правовое образование
- 5111700-Начальное образование и спортивно-воспитательная работа
- 5111800-Дошкольное образование
- 5111900-Дефектология
- 5112000-Физическая культура
- 5112100-Трудовое обучение
- 5120100-Филология и обучение языкам (по языкам)
- 5120200-Теория и практика перевода (по языкам)
- 5230100-Экономика (по отраслям и сферам)

**Гулистан – 2020**

**Составитель:** Бабажанова Ф.Ф., старший преподаватель кафедры педагогики и психологии. **Общая психология** - Учебное пособие. 2-часть. Гулистан - 2020 год. 258 стр.

**UDK: 159.9**

**ВВК: 88.3**

**Б 12**

Данное учебное пособие предназначено бакалаврам педагогических и непедагогических направлений, магистрам высших учебных заведений и практическим психологам образовательных учреждений. Учебное пособие, созданное по педагогическим технологиям, берёт в свой состав по всем темам цикл основных вопросов, ключевых слов и понятий, проблемных вопросов, контрольных вопросов, тестов для обсуждений и проверки знаний, заданий для самостоятельной работы. Эффективность учебного пособия заключается ещё в проблемных вопросах, представленных в каждой теме, помогающих изучающим в глубоком усвоении учебного материала.

Данное учебное пособие утверждён Координационным Советом деятельности методических объединений высшего и среднего специального, профессионального образования Республики Узбекистан. Рекомендуются в качестве учебного пособия для студентов всех направлений бакалавриата в области знаний 110000- педагогического образования, на заседании Координационного Совета деятельности методических объединений высшего и среднего специального, профессионального образования Республики Узбекистан от №7 от «28» декабря 2020 года.

**Ответственный редактор:** к.п.н., доцент Абдукаримов Х.

**Рецензенты:** кандидат психологических наук, доц. Холназарова М.Х.

кандидат психологических наук, доц. Акрамова Ф.А.

Babajanova F. A methodical elaboration in "General psychology". Gulistan. 2020. 258 pg.

This educational - and - methodical elaboration is intended to study the theoretical bases thoroughly, analyze, tasks for the comparing analysis, self-directed works, use gained knowledge in practice. This methodical elaboration is recommended for printing by educational-methodic committee of Gulistan state university.

**Executive editor:** dotsent Abdukarimov X.

**Reviewers:** candidate of psychology, dotsent M.Xolnazarova,

candidate of psychology, dotsent Akramova F.

© Babajanova F.F., 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	6
3-МОДУЛ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	11
11-ТЕМА. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И МОТИВАЦИЯ.....	11
12-ТЕМА: ОБЩЕНИЕ .....	41
4-МОДУЛ. ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ .....	59
13-ТЕМА: ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ .....	59
14-ТЕМА: ВОЛЯ .....	78
5-МОДУЛ. ЛИЧНОСТЬ И ЕГО СВОЙСТВА .....	92
15-ТЕМА: ЛИЧНОСТЬ. ГРУППА И КОЛЛЕКТИВ.....	92
16-ТЕМА: ТЕМПЕРАМЕНТ .....	129
17-ТЕМА: ХАРАКТЕР.....	147
18-ТЕМА: СПОСОБНОСТИ .....	170
19-ТЕМА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ .....	186
ГЛОССАРИЙ.....	228
ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	255

## CONTENTS

FOREWORD.....	6
3-MODULE. PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ACTIVITIES.....	11
THEME 11. ACTIVITY AND MOTIVATIONS.....	11
THEME 12. COMMUNICATION .....	41
<b>4-MODULE. EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE OF PERSONALITY.....</b>	<b>59</b>
THEME 13. FEELINGS AND EMOTIONS .....	59
THEME 14. WILL.....	78
<b>5-MODULE. PERSONALITY AND ITS PROPERTIES.....</b>	<b>92</b>
THEME 15. PERSONALITY. GROUP AND COLLECTIVE.....	92
THEME 16. TEMPERAMENT .....	129
THEME 17. CHARACTER .....	147
THEME 18. ABILITIES.....	170
THEME 19. PSYCHOLOGICAL BASES OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGI.....	186
GLOSSARIY.....	228
INFORMATION AND METHODOLOGICAL SUPPORT.....	255

## **АННОТАЦИЯ**

Учебное пособие, берёт в свой состав по всем темам цикл основных вопросов, ключевых слов и понятий, проблемных вопросов, вопросов для обсуждений и заданий для самостоятельной работы. Правильно сформулированы ключевые вопросы, раскрывающие тему, а также ключевые понятия. Оно содержит общие основы психологических знаний, а также знания из области психофизиологии, психологии человеческой деятельности и познавательных процессов, психологии личности, межличностных отношений, социальной психологии, истории психологии.

Данное учебное пособие создано на основе типовой учебной программы, утверждённой Министерством высшего и средне-специального образования № BD-51101002.01-18.08 2018 г. и учебного плана по общей психологии, обсужденной и утвержденной Учебно-Методическим Советом университета на заседании №1 от 28.09. 2020 года.

### **Annotation**

Tutorial created by educational technology takes its membership on all topics cycle of major issues, key words and concepts of problematic issues for discussion of issues and tasks for independent work. Properly formulated key questions and details , as well as key concepts. Each key question Accompanying educational purpose to the teacher. Learning Objectives Students are identifiable , ie be determined by the achievement of their specific assignments and tests that are given at the end of each key issue , also developed series of educational goals for each question. It contains the general principles of psychological knowledge and expertise in the field of neuroscience , psychology, human activity and cognitive processes , personality psychology , interpersonal relations, social psychology , history of psychology. This tutorial is created on the basis of a model curriculum approved by the Ministry of Higher and Secondary Special Education and Curriculum number № BD-51101002.01-18.08 2018.

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Воспитание физически здоровой, духовно и интеллектуально развитой, самостоятельно мыслящей, преданной Родине молодежи с твердыми жизненными взглядами, повышение его социальной активности в процессе углубления демократических реформ и развития гражданского общества; трудоустройство и привлечение в сферу частного предпринимательства выпускников средних специальных, профессиональных и высших образовательных учреждений; поддержка и реализация творческого и интеллектуального потенциала молодого поколения, формирование здорового образа жизни среди детей и молодежи, широкое привлечение их к физической культуре и спорту; социальная защита молодежи, создание для молодых семей достойных жилищных и социально-бытовых условий подняты на государственный уровень. Примером тому можем перечислить ряд особо значимых положений, законов предложенных и выдвинутых главой государства Узбекистан Ш.М.Мирзиязевым «Стратегия действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах», **пять важных инициатив** об организации духовно-просветительской работы с молодым поколением и социальной поддержке женщин.

В соответствии с этими инициативами по всей стране развернута работа, направленная на повышение интереса молодежи к музыке, живописи, литературе, театру и другим видам искусства; по физической закалке молодежи, содействию раскрытия ее интеллектуального и физического потенциала; привлечению к спорту, созданию необходимых условий для эффективного использования молодежью компьютерных технологий и интернета; по повышению духовности молодежи, широкой пропаганде чтения книг среди молодежи, а также обеспечению занятости женщин...

Изучение общей психологии актуально тем, что она отвечает всем требованиям и ожиданиям основных положений, указанных в официальных

документах в области образования. Кроме того, современный специалист должен обладать психологическими знаниями, которые дают возможность человеку осознать свои индивидуальные психологические особенности: способность, темперамент, характер. Успех в профессиональной деятельности также обеспечивается знанием законов и правил психических процессов, таких как: память, мышление, внимание, восприятие и т.д.

В учебном пособии И.В.Макаровой “Психология” приведены 12 тем, в которых раскрыты следующие темы психологии: психология как наука, история развития психологии, биологические основы психического отражения, познавательные процессы, эмоциональная сфера личности, психология личности, деятельность, мотивы, психология межличностных отношений. Учебник Г.В.Бороздиной “Психология делового общения” посвящён психологии общения, психологии делового общения, переговорного процесса, психологии публичного выступления, невербальным особенностям делового общения, конфликтам, стрессам, которые отражены в 8 главе данного учебника.

В учебнике О.К.Тихомирова “Психология” раскрыты нижеследующие темы психологии: общая характеристика психологической науки, становление и развитие психики и сознания, познавательные процессы, мотивация, эмоции, личность.

История психологии, предмет, методы психологии, психика и мозг, место психологии в системе наук, природа психики и ее развитие у человека, психология и поведение, ощущение и восприятие, внимание, памяти, воображение, мышление, речь, сознание и бессознательное, общая характеристика психологии личности, способности, темперамент, характер, воля, эмоции, мотивация, социальные установки, межличностные отношения, малая группа и коллектив, влияние группы на личность, лидерство, восприятие и понимание людьми друг друга, условия эффективности групповой деятельности, всего 25 глав включает в себя учебник Р.С.Немова

“Психология”. Психику и поведение предмета невозможно понять без знания его природной и социальной сущности. Поэтому изучение психологии предполагает знакомство с биологией человека, знание и строение его центральной нервной системы. Темы, освещающие эти вопросы, даются в пособиях по материалам, изложенным в учебниках, таких авторов, как А.В.Петровского, А.Г. Маклакова, Б.Б.Аймонтас, И.Г Макаровой, Р.С. Немова, О.К.Тихомирова, А. С. Батуева и др. Подробно в учебном пособии рассмотрена и определена личность, как совокупность устойчивых установок и склонностей. Личность рассмотрена авторами всесторонне с учетом как классических, так и современных научных концепций. Изучая литературу по мотивации, психологии познавательных вопросов, авторы учебного пособия ссылались на серьезные исследования ученых в лице Н.В. Гомезо, В.Н. Дружинин, Ж. Годфруа, Я. Гамильтон, М. Айзенка и др.

В Узбекистане бакалаврами педагогического факультета направления педагогика и психология, изучается двухтомник Э.Г.Гагиева “Общая психология”. В нём рассматриваются нижеследующие темы: предмет психологии, история развития психологии, основные отрасли психологии и их особенности, методология и принципы психологии, деятельность и его составляющие, личность и формы проявления психики личности, способность, темперамент и характер как психологическая характеристика личности человека. Надо отметить, что и в преподавании общей психологии студентам непедагогических направлений, даётся материал по общей психологии, по возрастной психологии, по социальной психологии, психологии общения. Эффективность изучения предмета психологии обеспечивается применением современных педагогических технологий. Для этого целесообразно использовать методы: мозговой штурм, кластер, диаграмма Венна, психогимнастические упражнения, синквейн, ЗХУ, графические органайзеры, Дельфи, Пинборд и др. В организации учебной деятельности эффективна работа в малых группах, педагогические и



психологические тренинги. Применение информационных технологий: в данном направлении различные законы и категории психологии нужно отразить в виде слайдов, рисунков, диаграмм. В написании данного учебного пособия также, авторы основывались на Законы, Постановления, результаты серьёзных научных исследований и их статистических данных, которые приведены в списке рекомендуемой и использованной литературы.

В учебном пособии представлен обзор основных тем, которые традиционно преподаются в курсе психология, а также вводятся наиболее важные понятия, используемые в этой дисциплине, излагаются главные полученные результаты. Информация и научные сведения, почерпнутые студентами из этого учебного пособия, позволят студентам получить представление о тематике большинства психологических исследований. К каждой теме приложен рекомендательный список литературы, чтобы студенты могли более подробно изучить вопросы, обсуждавшиеся в данном пособии. В нём также включены сведения о поведении человека в различных сферах жизнедеятельности, которые можно непосредственно использовать в повседневной практической деятельности и в этом заключается ценность данной работы. Авторы ставили перед собой цель простым доходчивым языком объяснять сложные психические явления, давать информацию к размышлению.

Выпускник, освоивший дисциплину “Общая психология”, должен обладать следующими компетенциями:

- способностью к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества.
- способностью к отбору и применению психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей математико-статистической обработкой данных и их интерпретацией.
- способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и

факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.

- способностью к психологической диагностике, прогнозированию изменений и динамики уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека.

Учебное пособие поможет студентам, магистрам и специалистам познакомиться с основными проблемами психологии. В нём подробно описаны методы психологических исследований, направленные на изучение психических явлений в развитии и изменении.

### **3-МОДУЛ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

#### **11-ТЕМА. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И МОТИВАЦИЯ**

##### **Основные вопросы:**

1. Общие понятия о деятельности, м
2. отивы и цели деятельности.
3. Внешняя и внутренняя активность. Навыки и умения.
4. Основные виды деятельности. Строение деятельности человека.
5. Личность и её активность.
6. Мотивы социального поведения и мотивация личности, виды мотивов, мотивация и личность
7. Теория мотивации достижения успеха и избегания неудачи в профессиональной деятельности, широта и гибкость мотивационной сферы.

**Ключевые слова и понятия:** потребности, отражательные и регуляторные функции, мотивы, внутренняя и внешняя активность, обратная афферентация, навыки, действия, интериоризация, экстериоризация. фрустрация, установка, осознанные, влечение, мотив, потребность, интересы, убеждения.

##### **Проблемы:**

- Можно ли назвать действия муравьёв трудовой деятельностью?
- Является ли действие ребёнка инстинктивным, который при принятии еды пользуется ложкой?
- Аргументируйте отличительные черты действия человека от животных.

##### **Понятие о деятельности**

**Деятельность** - категория общественно-историческая. В действительности любая индивидуальная деятельность неразрывно связана с деятельностью общества, любой индивид - с другими людьми. Индивидуальную деятельность можно рассматривать как момент, составную часть деятельности общества. Вне общественных связей и отношений

индивидуальная деятельность просто не может существовать.

Источником активности человека, как и любого живого существа, являются его **потребности**, т.е. состояния, индивидуума, выражающие его зависимость от конкретных условий его существования и развития.

**Потребности** можно разделить по происхождению и предмету. По своему происхождению потребности могут быть **естественными (органическими) и культурными**. Естественные потребности связаны с необходимостью сохранения и поддержания жизни человека и его потомства (пища, сон, защита от холода или жары и т.д.). Неудовлетворение естественных потребностей ведет к гибели человека или его вырождению. Объекты культурных потребностей включают в себя как предметы, служащие для удовлетворения какой-либо естественной потребности (вилка, тарелка), так и предметы, необходимые для общения с другими людьми, для участия в общественной жизни. Неудовлетворение культурных потребностей не ведет к физической гибели человека, но вызывает смерть социальную.

**Культурные потребности** существенно различаются по своему соответствию требованиям общества. Включаясь в различные группы, молодежь может испытывать культурные потребности в очень широком диапазоне, начиная от модной одежды и фотографий киногероя и заканчивая интересной, содержательной книгой. Внутренняя субъективная оценка этих потребностей будет зависеть от сложившихся ценностных установок, мировоззрения человека, в то время как внешняя объективная оценка будет определяться соответствием потребностей требованиям того общества, в котором живет человек.

По характеру предмета потребности могут быть разделены на **материальные**, связанные с предметами материальной культуры (пища, одежда, жилище, предметы быта и т.д.), и **духовные**, выявляющие зависимость от продуктов общественного сознания (потребность делиться мыслями и чувствами, получать информацию, слушать музыку, видеть

прекрасное и т.п.).

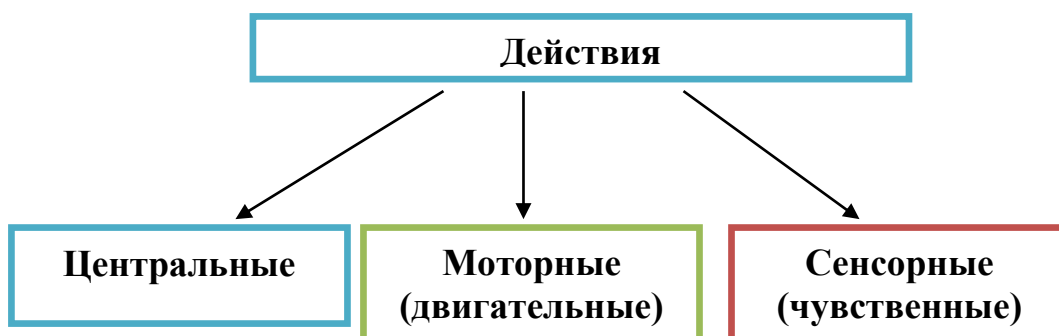
Осознанная потребность становится **мотивом** поведения. Понятиям мотива и цели принадлежит в психологическом анализе деятельности важное место. Немотивированной деятельности, так же как и нецеленаправленной, просто не может быть. Когда речь идет о мотивах деятельности человека (его поведения в целом), то имеются в виду некоторые, субъективно переживаемые побуждения к деятельности. Для субъекта его мотив выступает как непосредственная побудительная сила, непосредственная причина его поведения.

**Цель** - мотив, являясь высшим регулятором деятельности, определенным образом организует и включенные в нее психические процессы. Именно цель и мотив определяют избирательность восприятия, особенности внимания, извлечение информации из памяти и т.п.

Предметные действия над объектами заменяются идеальными (психическими) операциями. Процесс такого перехода от внешнего реального действия к внутреннему идеальному называют **интериоризацией**. Наиболее наглядным примером интериоризации является процесс овладения счетом у детей. Объектом оперирования становятся символы: слова и числа.

В деятельности человека неразрывно связаны ее внешняя (физическая) и внутренняя (психическая) стороны. Внешняя сторона - движения, с помощью которых человек воздействует на внешний мир, - определяется и регулируется внутренней (психической) деятельностью.

Внешнюю предметную деятельность можно рассматривать как **экстериоризацию** внутренней, психической деятельности, потому что человек в деятельности всегда реализует ее идеально представленный план. Внешняя деятельность контролируется внутренним планом действия. Человек сравнивает производимое действие с запланированным, существующим в виде образов и мыслей.



Способы исполнения, контроля и регулирования действий, которыми пользуется человек в ходе деятельности, называют приемами этой деятельности.



Обратное явление, когда определенные стороны действия требуют сначала детальной сознательной регуляции, а затем начинают выполняться при все меньшем участии сознания - автоматизируются.

Если попытаться схематизировать процесс деятельности, то развертывание структур во внутреннем плане идет в следующей последовательности: **потребность**  $\Rightarrow$  **мотив**  $\Rightarrow$  **цель**  $\Rightarrow$  **задача**, в то время как во внешнем плане наблюдается такая картина: **деятельность**  $\Rightarrow$  **действие**  $\Rightarrow$  **операция**  $\Rightarrow$  **движение**. Но при этом надо помнить, что нет деятельности чисто внешней, как и нет деятельности чисто внутренней.

### Вопросы для обсуждения:

1. Раскройте сущность и значение принципа единства сознания и деятельности.
2. В чём социальная природа деятельности?
3. Назовите основные элементы структуры деятельности.
4. Какие функции в деятельности выполняют цели?
5. Раскройте суть процессов интериоризации и экстериоризации.

6. Каков характер взаимосвязи деятельности и потребности?
7. Что является источником активности человека?
8. Какую роль играют мотивы в формировании потребностей?
9. От чего зависят мотивы деятельности?
10. Назовите этапы формирования мотивов.

## **Строение деятельности человека**

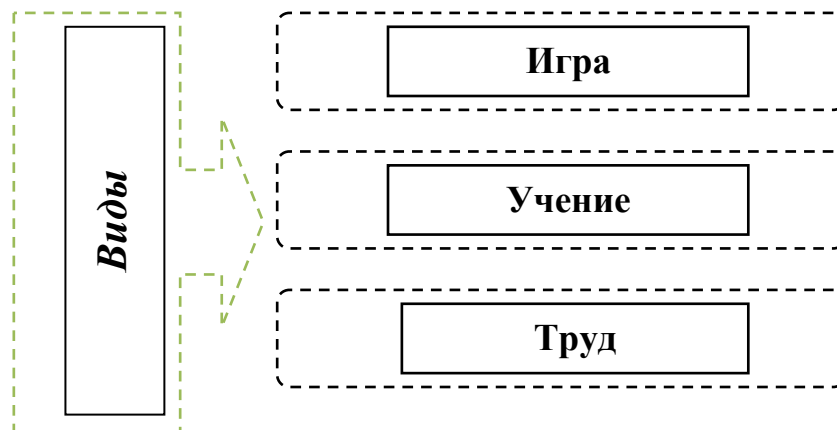
### **Проблемы:**

- Владеют ли животные внутренними и внешними психическими действиями.
- Имеют ли животные навыки?

**Деятельность** - это динамическая система взаимодействий человека с миром, в процессе которых происходит возникновение и воплощение в объекте психического образа. Данный образ выступает как осознанная цель деятельности. Именно наличие сознаваемой цели позволяет определить активность как деятельность. Деятельность человека осуществляется посредством действий различных видов и уровней. Таким образом, каждый относительно законченный элемент деятельности, направленный на выполнение одной простой текущей задачи, называют действием. Трудовые действия представляют собой так называемые предметные действия, т.е. действия, направленные на изменение состояния или свойств предметов внешнего мира. А любое предметное действие, как мы уже говорили, складывается из определенных движений - из трех простых элементов - **взять, переместить, отпустить** - в сочетании со вспомогательными движениями корпуса, ног и головы. С точки зрения качества движения характеризуются силой, точностью, меткостью, скоростью, ловкостью и координированностью. Кроме предметных действий, в деятельности человека участвуют движения, обеспечивающие установку тела и сохранение позы, перемещение и коммуникацию. К средствам коммуникации относятся

выразительные движения (мимика, пантомимика), смысловые жесты и, наконец, речевые движения. Изменение личностных установок ведет к изменению двигательной сферы.

Выделяют три генетически сменяющих друг друга и сосуществующих на протяжении всего жизненного пути вида деятельности: **игру, учение и труд**.



**Игра** - Это совокупность осмысленных действий, объединенных единством мотива. Суть человеческой игры - в способности, отображая, преобразовывать мир. В игре впервые формируется и проявляется потребность ребенка воздействовать на мир - в этом основное, центральное и самое общее значение игры. Будучи связана с трудом, игра и отлична от него. И общность игры с трудом, и их различия выступают прежде всего в их мотивации.

**Учение**, которое в последовательной смене основных типов деятельности совершается в течение жизни каждого человека, следует за игрой и предваряет труд, существенно отличается от игры и сближается с трудом по общей установке: в учении, как и в труде, надо выполнять задания, соблюдать дисциплину, учебная работа строится на обязанностях. Общая установка личности в учении уже не игровая, а трудовая. Основная цель учения - это подготовка к будущей самостоятельной трудовой деятельности, а основное средство - освоение обобщенных результатов того, что создано предшествующим трудом человека. Обучение есть двусторонний процесс



передачи и усвоения знаний и включает в себя взаимодействие ученика и учителя; учение - не пассивное восприятие, не просто прием передаваемых учителем знаний, а их освоение.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Дайте определения деятельности.
2. Что должен иметь человек, чтобы преобразовать предмет деятельности в продукт?
3. Раскройте суть процессов интериоризации и экстериоризации.
4. Назовите определённые движения, которые составляют суть предметного действия.
5. Какие движения участвуют в деятельности человека кроме предметных действий?
6. Что такое игра?
7. В чем суть игры в человеческой деятельности?
8. Какой ещё разновидностью автоматизированных действий владеет человек?
9. Что мы называем упражнением?
10. Что является основной целью и средством учения?

### **Психологическая характеристика трудовой деятельности**

#### **Проблемы:**

- Почему нельзя дать правильную характеристику личности, игнорируя систему её ведущих потребностей и мотивов?
- Объясните воспитывающее значение деятельности вообще и трудовой деятельности в частности.

Исторически первичным видом человеческой деятельности является труд. **Труд** в целом - не психологическая, а социальная категория. В своих основных общественных закономерностях он предмет не психологии, а общественных наук. Труд как сознательная целенаправленная деятельность, которая направляется на осуществление результата и регулируется волей в

соответствии с ее сознательной целью. Направленный по своей основной установке на создание определенного результата, труд - это вместе с тем и основной путь формирования личности. В процессе труда не только рождается тот или иной продукт трудовой деятельности субъекта, но и сам он формируется в труде. В трудовой деятельности развиваются способности человека, формируется его характер.

Своеобразные, отличные от труда, но связанные с ним и производные от него виды деятельности представляют игра и учение.

В высших, наиболее совершенных, формах творческого труда, отражающих всю многогранную сущность человеческого существа, находят себе действенное выражение и развитие все душевные силы, замыслы, чувства личности; эти различные моменты, или стороны, не совпадая, но переходя друг в друга и друг с другом сочетаясь, снова образуют целостное единство.

Все психические процессы, с которых мы начали аналитическое изучение психики человека, выступают в действительности как стороны, моменты труда, игры, учения - вообще одного из видов деятельности. Реально они существуют лишь во взаимосвязи и взаимопереходах всех сторон сознания внутри конкретной деятельности, формируясь в ней и ею определяясь.

Психологический анализ различных видов деятельности, т. е. анализ их психологических свойств, мы начинаем с труда как основного вида деятельности человека; игра и учение, естественно, располагаются в той последовательности, в которой они выступают в качестве основных видов деятельности в онтогенетическом развитии человека.

### **Психологическая характеристика труда**

Труд в целом не психологическая, а социальная категория. В своих основных общественных закономерностях он предмет не психологии, а общественных наук. Предметом психологического изучения является поэтому никак не труд в целом, а только психологические компоненты трудовой деятельности.

Направляясь по своей основной установке на производство, на создание определённого продукта, труд это вместе с тем и основной путь формирования личности. В процессе труда не только порождается тот или иной продукт трудовой деятельности субъекта, но и сам он формируется в труде. В трудовой деятельности развиваются способности человека, формируется его характер, получают закалку и переходят в практические действенные установки его мировоззренческие принципы.

Своеобразие психологической стороны трудовой деятельности связано прежде всего с тем, что по своей объективной общественной сущности труд является деятельностью, направленной на создание общественно-полезного продукта. Труд - это всегда выполнение определённого задания; весь ход деятельности должен быть подчинён достижению намеченного результата; труд требует поэтому планирования и контроля исполнения, он поэтому всегда заключает определённые обязательства и требует внутренней дисциплины. Вся психологическая установка трудящегося этим в корне отличается от установки играющего человека.

То обстоятельство, что в трудовой деятельности все звенья её подчинены конечному звену, её итоговому результату, уже придаёт специфический характер мотивации трудовой деятельности: цель деятельности лежит не в ней самой, а в её продукте. В силу общественного разделения труда положение становится всё более специфичным. Так как ни один человек не производит все предметы, нужные для удовлетворения его потребностей, то мотивом деятельности человека становится продукт не его деятельности, а деятельности других людей, продукт общественной деятельности. Поэтому в труде складывается характерная для человека способность к действию дальнего прицела, опосредованная, далёкая мотивация, в отличие от той действующей в порядке короткого замыкания короткой мотивации, которая характерна для животного, для реактивного, импульсивного действия, обусловленного моментальной ситуацией.

Трудовая деятельность совершается первично не в силу привлекательности самого процесса деятельности, а ради более или менее отдалённого её результата, служащего для удовлетворения потребностей человека. Сам процесс труда может быть и обычно в той или иной мере, в той или иной части своей бывает более или менее трудным, требующим напряжения, усилий, преодоления не только внешних, но и внутренних препятствий. Поэтому в труде выработались и для труда требуются воля и произвольное внимание, необходимое для того, чтобы сосредоточиться на непосредственно не привлекательных звеньях трудового процесса.

В труде существенна не только техника труда, но и отношение человека к труду. Именно в нём обычно заключены основные мотивы трудовой деятельности человека. Это субъективное отношение человека к труду обусловлено отражающимися в сознании людей объективными общественными отношениями.

Нормально труд является насущнейшей потребностью человека. Трудиться - значит проявлять себя в деятельности, претворять свой замысел в дело, воплощая его в материализованных продуктах; трудиться - это значит, объективируясь в продуктах своего труда, обогащать и расширять своё собственное бытие, быть создателем, творцом - величайшее счастье, которое вообще доступно человеку. Труд - основной закон развития человека.

Личные интересы, а значит, и личные мотивы не исчезают и в социалистическом обществе, но они, сочетаясь с общественными интересами, коренным образом преобразуются.

Для психологического анализа трудовой деятельности помимо мотивации существенна психологическая природа тех процессов или операций, посредством которых она осуществляется.

Во всяком труде, в том числе и физическом, участвуют и умственные процессы, так же как в каждом труде, в том числе и умственном, участвуют и те или иные движения (хотя бы те движения пишущей руки, которые

необходимы для написания этой книги). В труде, как реальной деятельности человека, участвуют в той или иной мере все стороны и проявления его личности. Но различие объективного характера и организация различных видов труда приводит к тому, что и в психологическом и в частности интеллектуальном отношении они оказываются не однородными.

В каждом виде труда имеется своя, более или менее сложная, техника, которой необходимо овладеть. Поэтому в труде всегда более или менее значительную роль играют знания и навыки. Без знания и навыков невозможен никакой труд. Особенно значительную роль знания приобретают в более сложных видах труда, особо значительную роль навыки играют в наиболее механизированных отраслях и видах труда, где основные действия носят в значительной мере стандартный, однообразный характер и могут быть легко автоматизированы. Однако в каждом труде всегда всё же приходится учитывать изменяющиеся условия, проявлять известную инициативу и, сталкиваясь с теми или иными неожиданными обстоятельствами, решать новые задачи. Поэтому всякий труд включает в той или иной мере интеллектуальные, мыслительные процессы более или менее высокого уровня. И, наконец, в какой-то мере всегда представлен в труде и момент изобретения, творчества.

**Психология труда** – область психологии, изучающая психологические характеристики трудовой деятельности. Предмет исследования – психологические составляющие: процессы, состояния, свойства личности, проявляющиеся в процессе труда.

**Предмет психологии труда** – психологические составляющие (характеристики) труда (субъект труда – псих. процессы, состояния, свойства – как они включены и проявляются в процессе труда).

Е.А.Климов, выделив психологические признаки труда, очертил его психологическую сущность. Психологические признаки труда:

1. сознательное предвосхищение социально ценного результата (знание о

продукте – результате труда; осознание его социальной значимости; аффективный тон этого знания – отношение к нему);

2. сознание обязательности достижения заданного результата (понимание ответственности, переживание ответственности);

3. владение внешними и внутренними средствами деятельности (знание средств деятельности; переживания, связанные с применением средств деятельности).

Пример внешних и внутренних средств деятельности. Теория, описывающая их соотношение;

4. ориентировка в межличностных производственных отношениях (понимание вариантов взаимоотношений, их переживание). Здесь уже видно психологические составляющие труда (цель деятельности – представление о продукте, состав деятельности – средства внутренние и внешние и т.д.) В данном определении признаков можно выделить признаки труда, отличающие его от других видов деятельности (виды деятельности – игра, труд, учение, общение).

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Расскажите, какую роль играет труд в развитии человеческого общества и в развитии психики.
2. В какой форме происходит развитие субъекта?
3. Что говорится в трудах А.Н. Леонтьева о роли труда в развитии ребёнка?
4. Что является исторически первичным видом человеческой деятельности?
5. Дайте научное определение труду.

#### **Личность и ее активность. Мотивы социального поведения и мотивация личности**

Источником активности личности являются различные потребности. В потребностях зависимость от конкретных условий существования личности выступает своей активной стороной как система мотивов. Под потребностями подразумевают стремление к тем условиям, без которых невозможно поддерживать свое нормальное физическое и психическое

состояние. **Потребность** - осознаваемое и переживаемое человеком состояние нужды в чем-либо. Осознанные потребности - это желания. Их человек может сформулировать, для их реализации он намечает план действий. Чем сильнее желание, тем энергичнее стремление преодолеть преграды на его пути.

Все наши поступки также мотивируются внутренне в соответствии с нашими врожденными особенностями. Нас больше привлекает деятельность, которая развивает у нас чувство компетентности. Доказательством тому служит факт, что лучших результатов добиваются те, кто сам организовал свою работу и сам следит за тем, чтобы она была хорошо выполнена.

Выбор наших ближайших действий направляют поставленные нами цели и планы на будущее. Чем эти цели для нас важнее, тем с большей силой они ориентируют наш выбор. При этом стимулом для наших действий служат не столько сами цели, сколько намерение их достигнуть.

Будучи существом, наделенным сознанием, человек сам для себя определяет смысл жизни, ее цели и ценности, через которые он характеризует самого себя и намечает перспективы собственного развития. Основные вопросы, которые каждый человек ставит и должен решать, следующие: Кто я есть? Что я могу сделать, чтобы стать тем, кем я хочу быть?

Основная потребность человека, согласно гуманистическим теориям личности - это самоактуализация, стремление к самосовершенствованию и самовыражению. Признание главенствующей роли самоактуализации роднит между собой всех представителей данного теоретического направления в изучении психологии личности, несмотря на значительные расхождения в их взглядах. Это позволяет воспользоваться концепцией Маслоу. На главный вопрос его теории - что такое самоактуализация? - А. Маслоу отвечает следующим образом: Самоактуализирующиеся люди все без исключения вовлечены в какое-то дело... Они преданы этому делу, оно

является чем-то очень ценным для них - это своего рода призвание. Все люди такого типа стремятся к реализации высших ценностей, которые, как правило, не могут быть сведены к чему-то еще более высокому. Существование для самоактуализирующейся личности предстает как процесс постоянного выбора. В каждый момент жизни у личности есть выбор: продвижение вперед, преодоление препятствий, неизбежно возникающих на пути к высокой цели, или отступление, отказ, от борьбы и сдача позиций. Самоактуализирующаяся личность выбирает всегда движение вперед.

Наше поведение является результатом взаимодействия между происходящим в наших головах и событиями окружающего мира, между нашим ощущением себя и нашим социальным окружением. Как общественные создания, мы приспособливаем свой мир и свои действия к окружению. В различной степени мы являемся самомониторами, мы обращаем внимание на наше поведение и регулируем его, чтобы произвести желаемой впечатление. На примере ложной скромности, когда люди принижают себя, превозносят будущих конкурентов или публично хвалят друг друга, хотя в глубине души оставляют первенство за собой, объясняется тактика регулирования впечатлений. Посредством саморазрушающегося поведения, чтобы защитить самоуважение, люди порой создают себе препятствия, находя оправдание неудачам.

Источником же активности личности являются различные потребности. В потребностях зависимость от конкретных условий существования личности выступает своей активной стороной как система мотивов. **Мотивы** - это связанные с удовлетворением определенных потребностей побуждения к деятельности. Если потребности составляют сущность, механизм всех видов человеческой активности, то мотивы выступают как конкретные проявления этой сущности.



Рассматривая поведение человека, анализируя его поступки, необходимо выяснять их мотивы. Только в этом случае можно судить - случаен или закономерен для человека данный поступок, предвидеть возможность его повторения, предотвратить возникновение одних и поощрить развитие других черт личности. Личность как социальный феномен является продуктом исторического развития общества, носителем социальных свойств человека. Личность может пониматься как конкретный индивид, достигший определенного уровня развития, и как научная абстракция, используемая для понимания и объяснения социальных свойств человека. Целостность, стабильность личностной структуры конкретного человека определяется многими факторами, среди которых важное место занимают образ жизни человека, социальные ситуации, поэтому изучение конкретного человека, процесса становления его личности, - это всегда анализ, предполагающий целостное биографическое исследование жизненного пути человека, его творчества и того влияния, который он оказывал на ход событий и других людей. Социально-психологический аспект рассмотрения личности знаменуется понятием социального потенциала человека, критерием этого потенциала является мера содействия развитию духовных сил и способностей других людей.

В поведении человека есть две функционально взаимосвязанные стороны: побудительная и регуляционная. Побуждение обеспечивает активизацию и направленность поведения, а регуляция отвечает за то, как оно складывается от начала и до конца в конкретной ситуации. Стимуляция и побуждение связаны с понятием мотива и мотивации. Представления о мотивации возникают при попытке объяснения, а не описания поведения. Это поиск ответов на вопросы типа **Зачем? Почему? Для какой цели? Ради чего? Какой смысл?** Обнаружение и описание причин устойчивых изменений поведения и есть ответ на вопрос о мотивации содержащих его поступков. Любая форма поведения может быть объяснена как внутренними,

так и внешними причинами. Во втором случае в качестве исходного и конечного пунктов объяснения выступают внешние условия и обстоятельства его деятельности. Социальное поведение человека следует рассматривать как результат непрерывного взаимодействия его позиций с ситуацией. В любом случае мотивационный источник человеческого поведения ученые усматривают исключительно в разуме, сознании, воле человека. Классификация человеческих потребностей по иерархически построенным группам, была предложена Маслоу. У человека, согласно его концепции, с рождения последовательно появляются и сопровождают личностное взросление следующие уровни потребностей: физиологические, в безопасности, в принадлежности, и любви, уважении, **самоактуализации**.

Многие из мотивационных факторов со временем становятся настолько характерными для человека, что превращаются в черты его личности. Это - мотив достижения успехов, мотив избегания неудачи, тревожность, определенный локус контроля, самооценка, уровень притязаний. Кроме них, личностно характеризуют человека потребность в общении, мотив власти, мотив оказания помощи другим людям и агрессивность. Это - наиболее значимые социальные мотивы человека, определяющие его отношение к людям.

### **Виды мотивов. Мотивация и личность**

Рассматривая поведение человека, анализируя его поступки, необходимо выяснять их мотивы. Только в этом случае можно судить - случаен или закономерен для человека данный поступок, предвидеть возможность его повторения, предотвратить возникновение одних и поощрить развитие других черт личности. Мотивы могут быть **осознанными и неосознанными**.

### **Осознанные мотивы - интересы, убеждения, стремления**

**Интересы** - это эмоциональные проявления познавательных потребностей человека. Роль интересов в процессах деятельности исключительно велика. Интересы заставляют личность активно искать пути и

способы удовлетворения возникшей у нее жажды знаний. Интересы выступают в качестве постоянного побудительного механизма познания. Интересы могут быть классифицированы по содержанию, цели, широте и устойчивости.

**По содержанию** - воспитание серьезных и содержательных интересов.

**По цели** - непосредственные интересы вызываются эмоциональной привлекательностью значимого объекта.

**По широте** - у некоторых людей они могут быть сконцентрированы в одной области, у других распределяются между многими объектами. Гармоническое развитие личности предполагает широту, а не узость интересов. Ценной особенностью личности является многофокусность интересов. Содержательные интересы располагаются в двух-трех не связанных с друг другом областях деятельности.

**По устойчивости** - устойчивый интерес - одно из свидетельств пробуждающихся способностей человека.

Интересы - это важная сторона мотивации деятельности личности. но не единственная. Существенным мотивом поведения являются убеждения.

**Убеждения** - это система осознанных потребностей личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами и мировоззрением.

**Стремления** - это мотивы поведения, которые непосредственно не представлены в данной ситуации, но могут быть созданы как результаты специально организованной деятельности. В связи с тем, что выраженная в виде стремления потребность не получает удовлетворения через специально организованную деятельность, эта категория мотивов способна поддерживать активность личности в течение длительного времени.

Все мотивы, о которых шла речь - **осознанные, то есть человек, у которого они возникают, отдает себе отчет в том, что побуждает его к деятельности, что является содержанием его потребностей.**

К неосознанным мотивам относятся **установки, влечения, гипнотические внушения, фрустрационные состояния.**

**Установки** - это неосознанная готовность воспринимать окружающее (события, людей) под определенным углом зрения и реагировать заранее сформировавшимся образом, без полного объективного анализа конкретной ситуации, формируются как на основе личного прошлого опыта человека, так и под влиянием других людей. Установки могут быть положительными и отрицательными, в зависимости от того, отрицательно или положительно готовы мы отнестись к тому или иному человеку или явлению. Такие отрицательные, предвзято закрепившиеся взгляды (все люди - эгоисты, все торговые работники - нечестные люди и т. д.) могут упорно сопротивляться объективному пониманию поступков реальных людей. Восприятие одного и того же явления \может быть разным. Это зависит от их индивидуальных установок.

**Влечение** - недостаточно отчетливо осознанная потребность, когда человеку не ясно, что влечет его, каковы его цели, что он хочет. Влечение - это этап формирования мотивов поведения человека. Неосознанность влечений преходящая, т.е. потребность, в них представленная, либо угасает, либо осознается.

**Гипнотические внушения** - могут оставаться неосознанными длительное время, но они носят искусственный характер, сформированы извне. А установки и фрустрации возникают естественным путем, оставаясь неосознанными, определяют поведение человека во многих ситуациях.

**Фрустрационные состояния** - возникают в результате фрустраций, могут вызывать существенные изменения в мотивации человека, побуждая человека к неадекватным реакциям. Фрустрированность человека выступает как мощный неосознанный фактор, она \наблюдается, если человек сталкивается с ситуациями, в которых возникают непреодолимые

препятствия к достижению цели, т. е. человек не может удовлетворить какую-либо свою потребность.

Мотивационные явления, неоднократно повторяясь, со временем становятся чертами личности человека. К таким чертам, прежде всего, можно отнести мотив достижения успехов и мотив избегания неудачи, а также локус контроля, самооценку, уровень притязаний. Мотив достижения успеха - стремление человека добиваться успехов в различных видах деятельности и общения. Мотив избегания неудачи - относительно устойчивое стремление человека избегать неудач в жизненных ситуациях, связанных с оценкой другими людьми результатов его деятельности. Локус контроля - характеристика локализации причин. Исходя из которых, человек объясняет свое поведение и ответственность. Самооценка - оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств, достоинств, недостатков, своего места среди других людей. Уровень притязаний - желаемый уровень самооценки личности (уровень Я), максимальный успех в том или ином виде деятельности, которого рассчитывает добиться человек.

Личность характеризуют такие мотивационные образования, как потребность в общении (аффилиация), мотив власти, мотив оказания помощи другим людям (альтруизм) и агрессивность.

**Аффилиация** - стремление человека быть в обществе других людей, наладить с ними эмоционально-положительные добрые отношения. Антиподом этому мотиву служит мотив отвергания, который проявляется в боязни быть отвергнутым, не принятым.

**Мотив власти** - стремление человека обладать властью над другими людьми, управлять и распоряжаться ими.

**Альтруизм** - стремление человека бескорыстно оказывать помощь другим людям, антипод **эгоизм** - стремление удовлетворять личные своекорыстные потребности.

**Агрессивность** - стремление человека нанести физический, моральный и имущественный вред другим людям, причинить им неприятность.

В значительной части случаев агрессия возникает как реакция субъекта на **фрустрацию** - психическое состояние человека, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к цели или к решению задачи.

### **Теория мотивации достижения успеха и избегания неудачи в профессиональной деятельности. Решение проблемы мотивации в рамках бихевиоризма**

Основой активности индивида, с точки зрения бихевиоризма, является некоторая потребность, нужда организма, вызванная отклонением физиологических параметров от оптимального уровня. Здесь важно обратить внимание на то, что речь идет только о физиологических нуждах человека, которые по своему содержанию мало отличаются от потребностей животных. Основой любой активности человека, таким образом можно считать потребности пить, есть, испытывать сексуальное удовлетворение, находиться в нормальных температурных условиях.

Люди что-либо делают потому и только потому. Что у них существует неудовлетворенность некоторой физиологической потребности или напряжение, вызванное возникшей нуждой. По мнению большинства классических бихевиористов, основным механизмом мотивации является стремление организма снять, снизить напряжение. Вызванное возникшей нуждой, вновь привести значения физиологических показателей в норму. Данный механизм носит название принципа гомеостаза – при отклонении от нормы система предпринимает некоторые действия с тем, чтобы вернуться в исходное состояние, если же все показатели находятся в пределах нормы, система ничего не делает. Иначе говоря, человек начинает проявлять активность только, когда у него существует некоторая физиологическая

нужда (потребность), после же того, как потребность удовлетворена (напряжение снято), соответствующая активность прекращается.

Если та или иная форма поведения привела к снятию напряжения. К удовлетворению некоторой потребности, то вероятность воспроизведения этой формы поведения в дальнейшем (при возникновении соответствующей нужды) растет (закон эффекта), и наоборот, если удовлетворение не наступило, то вероятность повторения данного действия уменьшается.

Специфика поведения определяется не потребностью самой по себе, а особенностями среды, подкреплением. Таким образом, способ поведения не связан однозначно с той потребностью, на удовлетворение которой он направлен – поведение формируется под влиянием факторов среды, определяется структурой подкреплений. А вызывается наличием физиологической нужды типа жажды, голода, сексуальной депривации.

### **Психоаналитические теории мотивации**

Основоположником психоаналитической традиции был, как известно, З.Фрейд. Одним из центральных положений его теории является убеждение, что любое поведение человека хотя бы частично обусловлено бессознательными импульсами. Основой мотивации поведения, по мнению Фрейда, является стремление удовлетворить врожденные инстинкты – физические потребности организма. Индивид стремится снизить напряжение до минимального уровня. И в этом плане концепция Фрейда сходна с бихевиористской точкой зрения – тот же принцип гомеостаза и снятия напряжения.

Но и есть существенные отличия. Индивид стремится вернуться в некоторое исходное состояние (которое было нарушено рождением и последующим развитием) вплоть до небытия. Основными инстинктами. По мнению Фрейда, являются инстинкты жизни и смерти. Инстинкт жизни может принимать две основные формы – воспроизведение себе подобных (половая потребность) и поддержания жизни индивида (обычные

физиологические потребности). Следует отметить, что инстинкт жизни первого типа (половая потребность) играет в концепции Фрейда особенно важную роль. Инстинкт смерти является противоположностью инстинкта жизни и выражается в таких, например, формах поведения, как агрессия, мазохизм, самообвинение, самоуничтожение.

### **Гуманистические теории мотивации**

Гуманистическая традиция в психологии является своего рода антиподом психоаналитических воззрений. Но, как всякие противоположности, психоанализ и гуманистическая доктрина имеют много общих черт.

Философской основой гуманистической психологии является экзистенциализм. Декларирующий самоценность индивида в противовес стремительно нараставшей с начала двадцатого столетия стандартизации цивилизованного общества, призывающий принимать вещи такими, какие они есть, требующий разрешить индивиду самому определять свой путь, отрицающий возможность аналитического, рационального познания человеческой сущности. Теоретические построения психологов, представителей гуманистического направления. Самым непосредственным образом перекликаются с перечисленными положениями экзистенциализма. Г. Олпорт, например, считал, для исследования личности нужны принципиально иные, отличные от традиционных методов. По его мнению, нормальный взрослый человек функционально автономен. Независим от нужд тела, в основном сознателен, высокоиндивидуален, а не находится во власти вечных, неизменных инстинктов и бессознательного, как полагали психоаналитики.

По мнению К.Роджерса, нормальная личность открыта опыту, ее не нужно контролировать, управлять ею. Нужно просто наблюдать личность и



участвовать в происходящих в ней процессах. Человек, в свою очередь, должен доверять своим чувствам, прислушиваться к ним.

Маслоу полагает, что все мотивы инстинктоподобны, имеют врожденный характер. Однако актуализация мотивов зависит от того, удовлетворены ли потребности более низкого уровня. Удовлетворение нижележащих потребностей является необходимым условием перехода на следующий уровень. Механизм движения вверх по лестнице мотивов несколько напоминает процесс шлюзования при движении вверх по течению: пока степень удовлетворения на предыдущем уровне не достигнет необходимого значения, переход на более высокий уровень невозможен. Как утверждает Маслоу, человек стремится подняться все выше и выше по лестнице мотивов. И это стремление в основном определяет его поведение. Однако в случае конфликта – когда неудовлетворенными оказываются потребности разных уровней – побеждает низшая потребность.

### **Когнитивные теории мотивации**

Основным тезисом авторов когнитивных теорий было убеждение, что поведение индивида направляют знания, представления, мнения о происходящем во внешнем мире, о причинах и следствиях. Знание не является простой совокупностью сведений, знания – это не бесстрастная информация. Представления человека о мире программируют. Проектируют будущее поведение. И то, что человек делает и как он это делает, зависит в конечном итоге не только от его фиксированных потребностей, глубинных и извечных стремлений, но и от относительно изменчивых представлений о реальности.

Когнитивные теории мотивации, интенсивно разрабатывающиеся в настоящее время, берут свое начало от широко известных работ Л. Фестингера. Ему принадлежит теория когнитивного диссонанса. Под когнитивным диссонансом Фестингер понимал некоторое противоречие между двумя или несколькими когнициями. Когниция – это любое знание,

мнение или убеждение, касающееся среды, себя или собственного поведения. Диссонанс переживается личностью как состояние дискомфорта. Она стремится от него избавиться, восстановит внутреннюю когнитивную гармонию. И именно это стремление является мощным мотивирующим фактором человеческого поведения и отношения к миру.

Когнитивный диссонанс мотивирует, требует своего уменьшения, приводит к изменению отношений, а в итоге – к изменению поведения. Рассмотрим два наиболее известных эффекта, связанных с возникновением и снятием когнитивного диссонанса. Один из них возникает в ситуации поведения, противоречащему оценочному отношению человека к чему-либо. Если человек добровольно соглашается сделать что-либо. Несколько несоответствующее его убеждениям, мнению. И если это поведение не имеет достаточного внешнего оправдания (например, вознаграждения), то в дальнейшем убеждения и мнения меняются в сторону большего соответствия поведению. Если, например, человек согласился на поведение, идущее несколько вразрез с его нравственными установками, то следствием этого будет диссонанс между знанием о поведении и нравственными установками, а в дальнейшем последние изменятся в сторону понижения нравственности.

### **Теория мотивации достижения успехов и избегания неудач в различных видах деятельности**

Среди мотивов личности значительное место занимают мотивы достижения успеха и мотивы избегания неудачи. Мотив достижения успеха – это потребность добиваться успехов в разных видах деятельности. Рассматривается как устойчивая черта личности. Мотив избегания неудачи – более или менее устойчивое стремление человека избегать неудач в тех ситуациях жизни, где результат его деятельности оценивается другими людьми.

Необходимо отметить. Что прямой корреляции между деятельностью и силой мотива достижения успехов и избегания неудач психологами не

обнаружено, ибо кроме силы и характера мотива достижения успехов. Результаты деятельности зависят от сложности решаемых задач. От достижений любых неудач в прошлом, и от иных причин. Зависимость между мотивацией и достижением успехов в деятельности не носит линейного характера, что особенно ярко проявляется в связи с мотивацией достижения успехов и качества работы. Такое качество является наилучшим при среднем уровне мотивации и как правило. Ухудшается при слишком низком или слишком высоком уровне мотивации.

Важное значение имеет соотношение результатов деятельности и тревожности. Психологическими исследованиями установлено, что деятельность человека в ситуации, порождающей тревожность, непосредственно зависит не от наличия или отсутствия личностной тревожности. Эффективности принятых для ее снижения контрмер и точности когнитивной оценки ситуации.

У людей, прежде всего с ярко выраженной личностной тревожностью. Возможно возникновение чувства беспомощности. Оно возникает чаще всего . когда многочисленные прошлые неудач ассоциируются в сознании индивида с отсутствием у него способностей, необходимых для успешной и эффективной деятельности, что ведет к потере желания предпринимать дальнейшие попытки и прилагать усилия к выполнению деятельности. В этих случаях наряду со снижением мотивации обычно ощущается нехватка знаний и эмоционально-положительной стимуляции деятельности.

### **Широта и гибкость мотивационной сферы**

Мотивационную сферу человека с точки зрения ее развитости можно оценивать по следующим параметрам- широта. Гибкость и иерархизированность.

Под широтой мотивационной сферы понимается качественное разнообразие мотивационных факторов – диспозиций (мотивов), потребностей, целей, представленных на каждом из уровней. Чем больше у

человека разнообразных мотивов, потребностей и целей. Тем более развитой является мотивационная сфера.

Гибкость мотивационной сферы характеризует процесс мотивации следующим образом. Более гибкой считается такая мотивационная сфера, в которой для удовлетворения мотивационного побуждения более общего характера (более высокого уровня) может быть использовано больше разнообразных мотивационных побудителей более низкого уровня.

Например, более гибкой является мотивационная сфера человека, который в зависимости от обстоятельств удовлетворения одного и того же мотива может использовать более разнообразные средства. Чем другой человек. Скажем, для этого индивида потребность в знаниях может быть удовлетворена только телевидением. Радио и кино, а для другого средством удовлетворения являются также разнообразные книги. Периодическая печать, общение с людьми. У последнего мотивационная сфера по определению будет более гибкой.

Широта и гибкость характеризуют мотивационную сферу по-разному. Широта – это разнообразие потенциального круга предметов. Способных для данного человека служить средством удовлетворения актуальной потребности, а гибкость – подвижность связей, существующих между разными уровнями иерархической организованной мотивационной сферы – между мотивами и потребностями, мотивами и целями, потребностями и целями.

Иерархизированность – это характеристика строения каждого из уровней организации мотивационной сферы, взятого в отдельности.

Одни диспозиции (мотивы, цели) сильнее других и возникают чаще, другие слабее и актуализируются реже. Чем больше различий в силе и частоте актуализации мотивационных образований определенного уровня. Тем выше иерархизированность мотивационной сферы.

Термином “мотивация” в современной психологии обозначают психические явления. В первом случае, характеризующие совокупность побуждений, вызывающих активность индивида. И детерминирующих поведение. Во втором случае, характеризующих процесс образования, формирования мотивов, характеристики процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне.

Возникновение, продолжительность и устойчивость поведения, его направленность и прекращение после достижения цели, преднастройка на будущие события, повышение эффективности, смысловая целостность отдельно взятого поведенческого акта – все это требует мотивационного изменения.

### **Глоссарий:**

**Мотивация** - побуждения, вызывающие активность организма и определяющие его направленность.

**Мотив** – побуждения к деятельности, связанные с удовлетворением потребностей субъекта, или совокупность внешних или внутренних условий, вызывающих активность субъекта.

**Установка** – готовность, предрасположенность субъекта, возникающая при предвосхищении им определенного объекта (или ситуации) и обеспечивающая устойчивый целенаправленный характер протекания деятельности по отношению к объекту.

**Убеждение** – осознанная потребность личности, побуждающая действовать в соответствии с ценностными ориентациями.

**Когнитивного диссонанса теория** – концепция, объясняющая влияние на человеческое поведение системы когнитивных элементов(верований, мнений, ценностей, намерений ит.д.)

### **Вопросы для обсуждения на семинарских занятиях:**

1. Чем отличаются понятия “мотив” и “мотивация”.
2. Перечислите и объясните осознанные и неосознанные мотивы.

3. Иерархическая пирамида потребностей по А. Маслоу.
4. Мотивация достижения успеха, мотив избегания неудачи.
5. Внутренняя и внешняя мотивация.
6. Определите соотношение понятий «человек», «индивид», «личность»?
7. Чем обуславливается и как осуществляется формирование и развитие личности?
8. Ознакомьтесь с пониманием структуры личности З. Фрейда, А. Адлера, К. Юнга, Р. Ассаджоли, В. Козлова. С чем можно согласиться и что вызывает возражение в этих учениях?
9. Каким образом характеризуют личность следующие мотивационные образования: аффилиация, мотив власти, альтруизм, агрессивность?

#### **Темы для самостоятельной работы:**

1. Интересы, желания как важный фактор мотивации личности.
2. Убеждения и их роль в поведении человека.
3. Агрессивность как проявление фрустрации.
4. Широта интересов и всестороннее развитие личности.

#### **Материал к практическим занятиям:**

Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т.Элерса:

Вам будет предложен 41 вопрос, на каждый из которых ответьте ДА или НЕТ.

1. Когда имеется выбор между двумя вариантами, его лучше сделать быстрее, чем отложить на неопределенное время.
2. Я легко раздражаюсь, когда замечаю, что не могу полноценно выполнить задание.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я ставлю все на карту.
4. Когда возникает проблемная ситуация, я чаще всего принимаю решение одним из последних.
5. Когда у меня два дня подряд нет дела, я теряю покой.
6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.

7. По отношению к себе я более строг , чем по отношению к другим.
8. Я более доброжелателен чем другие.
9. Когда я отказываюсь от трудного задания, я потом сурово осуждаю себя, поскольку знаю, что в нем добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в паузах отдыха.
11. Усердие - это не основная моя черта.
12. Мои достижения в труде не всегда одинаковы.
13. Меня больше привлекает другая работа, чем та ,которой я занят.
14. Порицание стимулирует меня сильнее, чем похвала.
15. Я знаю, что мои коллеги считают меня дельным человеком.
16. Препятствия делают мои решения более твердыми.
17. У меня легко вызвать честолюбие.
18. Когда я работаю без вдохновения, это обычно заметно.
19. При выполнении работы я не рассчитываю на помощь других.
20. Иногда я откладываю то, что можно было бы сделать сейчас.
21. Нужно только полагаться на самого себя и только.
22. В жизни мало вещей, более важных чем деньги.
23. Всегда, когда мне предстоит выполнить важное задание, я ни о чем другом не думаю.
24. Я менее честолюбив, чем многие другие.
25. В конце отпуска я обычно радуюсь, что скоро выйду на работу.
26. Когда я расположен к работе, я делаю ее лучше и квалифицированнее чем другие.
27. Мне проще и легче общаться с людьми, которые могут упорно работать.
28. Когда у меня нет дел, я чувствую, что мне не по себе.
29. Мне приходится выполнять ответственную работу чаще, чем другие.
30. Когда мне приходится принимать решение, я стараюсь делать это как можно лучше
31. Мои друзья иногда считают меня ленивым.

32. Мои успехи в какой-то мере зависят от моих коллег.
33. Бессмысленно противодействовать воле руководителя.
34. Иногда не знаешь, какую работу будешь выполнять.
35. Когда что-то не ладится, я нетерпелив.
36. Я обычно мало обращаю внимания на свои достижения.
37. Когда я работаю с другими, моя работа дает большие результаты.
38. Многое, за что я берусь, я не довожу до конца.
39. Я завидую людям, которые не загружены работой.
40. Я не завидую тем, кто стремится к власти и положению.
41. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я иду вплоть до крайних мер.

**Вы** получили по 1 баллу за ответы ДА на следующие вопросы: 2, 3, 4, 5, 7,8, 9,10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41.

Вы также получили по 1 баллу за ответы НЕТ на вопросы:  
13, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39.

Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 23, 33, 34, 35,40 не учитываются.

Подсчитайте сумму набранных баллов.

- От 1 до 10 баллов: низкая мотивация к успеху;
- от 11 до 16 баллов: средний уровень мотивации;
- от 17 до 20 баллов - умеренно высокий уровень мотивации;
- свыше 21 балла - слишком высокий уровень мотивации к успеху.

#### **Использованная литература:**

1. Корнилова Т. Введение в психологический эксперимент. М., 1997.
2. Ананьев Б. Человек как предмет познания. »Питер», 2001.
3. Хьелл Л., Зиглер Д. »Питер», 2004.
4. Дружинина В. Психология. Учебник «Питер», 2003.
5. Бурлачук Л. Психодиагностика. Учебник. «Питер», 2002.
6. Фрейд.З. Психология бессознательного. «Питер, 2003.
7. Клонингер С. Теории личности. Учебник. «Питер». 2003.



8. Шипунь Н. Основы управленческой деятельности. М, 2000.
9. Газиев Э.Г. Менеджмент психологии. “Узбекистон”, 2002.
10. Крылов С.А. Психология. Учебник. “Питер”, 2003.
11. Немов Р.С. Психология. Учебник в 3 т. “Питер”, 2003.

#### **Интернет ссылки:**

1. Психпортал - столица сетевой психологии
2. [http \ psy.piter.com/](http://psy.piter.com/) - новости психологии, психологические тесты, профессиональная помощь психологов специалистов.
3. [http \ ur . piter.com.](http://ur.piter.com/)- электронные книги и статьи по психологии, свежая информация из мира психологии
4. <http://influenceatwork.com/>

### **12-ТЕМА: ОБЩЕНИЕ**

#### **Основные вопросы:**

1. Категория общения в психологии.
2. Общение как обмен информацией.
3. Общение как взаимодействие.
4. Общение как восприятие людьми друг друга.

**Ключевые слова и понятия:** коммуникативное, интерактивное, перцептивное, визуальное общение, отношения, педагогическое общение, аттракция, речь, механизмы речи, вербальная коммуникация.

#### **Категория общения в психологии**

#### **Проблемы:**

- Какие социально-психологические факторы повысят уровень общения?
- Выражается ли активность личности в его межличностных отношениях?
- Раскройте основные аспекты общения.
- Существуют ли правила культуры общения и надо ли соблюдать их?

**В процессе общения** - этой специфической формы взаимодействия человека с другими людьми - происходит взаимный обмен деятельностью, их

способами и результатами, представлениями, идеями, установками, интересами, чувствами и т.п. Общение выступает как самостоятельная и специфическая форма активности субъекта. Ее результат - не преобразованный предмет (материальный или идеальный), а отношения с другим человеком, другими людьми. Для общения необходимы, по крайней мере, два человека, каждый из которых выступает именно как субъект.

Общение имеет огромное значение в формировании человеческой психики, ее развитии и становлении разумного, культурного поведения. Через общение с психологически развитыми людьми, благодаря широким возможностям к научению, человек приобретает все свои высшие познавательные способности и качества. Если бы с рождения человек был лишен возможности общаться с людьми, он никогда не стал бы цивилизованным, культурно и нравственно развитым гражданином, был бы до конца жизни обречен оставаться полуживотным, лишь внешне, анатомо-физиологически напоминающим человека.

**Общение** – специфическая форма взаимодействия человека с другими людьми как членами общества; в общении реализуются социальные отношения людей.

#### **Функции общения:**

- 1) формирующая – общение имеет огромный развивающий потенциал, особенно в младенческом и подростковом возрасте.
- 2) прогматическая – общение выступает как важнейшее условие объединения людей в процессе деятельности.
- 3) подтверждающая – проявляется в обычных знаках внимания и служит утверждением значимости одного человека для другого.
- 4) межличностная – состоит в организации и поддержании межличностных отношений.
- 5) информационная – служит средством передачи и обмена информацией между людьми.

б) внутриличностная – общение служит средством самопознания и самооценивания.

Общение свойственно всем высшим живым существам, но на уровне человека оно приобретает самые совершенные формы, становясь осознанным и опосредствованным речью. В общении выделяются следующие структурные компоненты: *содержание, цель и средства*.

**Содержание** - это информация, которая в межиндивидуальных контактах передается от одного живого существа к другому. Через общение от одного живого существа к другому могут передаваться данные об их эмоциональных состояниях (удовлетворенность, радость, гнев, печаль, страдание и т. п.), ориентированные на то, чтобы определенным образом настроить другое живое существо на контакты.

**Общение** - это многоплановый процесс развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности. В едином процессе общения обычно выделяют три стороны: **коммуникативную** (передача информации); **интерактивную** (взаимодействие) и **перцептивную** (взаимовосприятие). Рассматриваемое в единстве этих трех сторон общение выступает как способ организации совместной деятельности и взаимоотношений включенных в нее людей.

**Коммуникативная сторона общения** состоит в обмене информацией между людьми. Общение включает в себя обмен информацией между ее участниками, который может быть охарактеризован в качестве коммуникативной стороны общения. интерактивная сторона – в организации взаимодействия между людьми: например, нужно согласовать действия, распределить функции или повлиять на настроение, поведение, убеждения собеседника; перцептивная сторона общения – процессе восприятия друг друга партнерами по общению и установление на этой основе взаимопонимания.

**Вторая сторона общения** - взаимодействие общающихся - обмен в

процессе речи не только словами, но и действиями, поступками.

**Третья сторона общения** предполагает восприятие общающимися друг друга.

Несомненна связь общения и деятельности. В совместной деятельности человек должен по необходимости объединяться с другими людьми, общаться с ними, т.е. вступать в контакт, добиваться взаимопонимания, получать информацию и т.д. Здесь общение выступает как сторона, часть деятельности, но этим человек не ограничивается, он при этом репрезентирует себя, свои особенности, свою индивидуальность другим людям. Произведенный предмет (построенное здание, посаженное дерево, написанная книга, сочиненная или исполненная песня) - это, с одной стороны, предмет деятельности, а с другой - средство, с помощью которого человек утверждает себя в общественной жизни, потому что этот предмет воспроизведен для других людей. Таким образом, деятельность - часть, сторона общения, а ощущение - часть, сторона деятельности, но вместе они образуют неразрывное единство во всех случаях.

Способы, сфера и динамика общения определяются социальными функциями вступающих в него людей, их положением в системе общественных отношений, принадлежностью к той или иной общности; они регулируются факторами, связанными с производством, обменом и потреблением, а также сложившимися в обществе законами, правилами, нормами, социальными институтами и т.д.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что происходит в процессе общения - этой специфической формы взаимодействия человека с другими людьми?
2. Дайте научное определение общения. Что нужно для общения?
3. Какие стороны общения вы знаете? Раскройте её.
4. Приведите примеры видам общения и аргументируйте их.
5. Чем определяются способы, сфера и динамика общения?

### **Общение как обмен информацией**

## Проблемы:

- Речь отдельного человека подвержена патологическим нарушениям. Можно ли то же самое сказать о языке?
- Раскройте смысл выражения: “Мысль никогда не равна прямому значению слов”. Аргументируйте.
- Самый заурядный, но одержимый страстью человек, может убедить лучше, чем искушённый в речах, но бесстрастный. Дайте объяснение.

Вначале несколько слов о функциях общения на индивидуальном уровне жизни человека. Функции эти многообразны, но обычно выделяют три класса этих функций: информационно-коммуникативную, регуляционно-коммуникативную и аффектно-коммуникативную. И на основе этого обычно выделяют три стороны общения: как обмен информацией, как межличностное взаимодействие и как понимание людьми друг друга. Когда говорят об общении как об обмене информацией, подразумевают коммуникативную сторону общения. Когда говорят о коммуникации в узком смысле слова, прежде всего имеют в виду тот факт, что в ходе совместной деятельности люди обмениваются между собой различными представлениями, идеями, интересами, настроениями и пр. Все это можно рассматривать как информацию. Во-первых, общение нельзя рассматривать как отправление информации или как прием ее, потому что в отличие от простого движения информации здесь мы имеем дело с отношением двух индивидов, каждый из которых является активным субъектом: взаимное информирование их предполагает налаживание совместной деятельности. В коммуникативном процессе происходит не только “движение информации”, но и, как минимум, активный обмен ею.

Во-вторых, характер обмена информацией между людьми определяется тем, что посредством системы знаков партнеры могут повлиять друг на друга. Коммуникативное влияние, которое здесь возникает, есть не что иное, как психологическое воздействие одного человека на другого.

В-третьих, коммуникативное влияние как результат обмена информацией

возможно лишь, когда оба участника общения обладают единой системой кодирования. Но, даже зная значения одних и тех же слов, люди не всегда понимают их одинаково: тому причиной социальные, политические, возрастные особенности.

В-четвертых, в условиях человеческой коммуникации могут возникать совершенно специфические коммуникативные барьеры, которые носят социальный и психологический характер.

### **Средства коммуникации. Речь**

У человека содержание общения значительно шире, чем у животных. Люди обмениваются друг с другом информацией, представляющей знания о мире, богатый, прижизненно приобретенный опыт, знания, способности, умения и навыки.

**Цель общения** - это то, ради чего у человека возникает данный вид активности. У животных целью общения может быть побуждение другого живого существа к определенным действиям, предупреждение о том, что необходимо воздержаться от какого-либо действия. У человека количество целей общения увеличивается. В них помимо перечисленных выше включаются передача и получение объективных знаний о мире, обучение и воспитание, согласование разумных действий людей в их совместной деятельности, установление и прояснение личных и деловых взаимоотношений, многое другое.

К средствам общения относятся:

**1. Язык** – система слов, выражений и правил их соединения в осмысленные высказывания, используемые для общения. Слова и правила их употребление едины для всех говорящих на данном языке, это и делает возможным общение при помощи языка. Если я говорю "стол", я уверен, что любой мой собеседник соединяет с этим словом то же понятие, что и я, – это объективное социальное значение слова можно назвать знаком языка. Но объективное значение слова преломляется для человека через призму его

собственной деятельности и образует уже свой личностный, "субъективный" смысл, поэтому не всегда мы правильно понимаем друг друга.

2. *Интонация, эмоциональная выразительность*, которая способна придавать разный смысл одной и той же фразе.

3. *Мимика, поза, взгляд* собеседника могут усиливать, дополнять или опровергать смысл фразы.

4. *Жесты* как средства общения могут быть как общепринятыми, т.е. иметь закрепленные за ними значения, или экспрессивными, т.е. служить для большей выразительности речи.

5. *Расстояние*, на котором общаются собеседники, зависит от культурных, национальных традиций, от степени доверия к собеседнику.

Не менее существенны отличия средств общения. Последние можно определить как способы кодирования, передачи, переработки и расшифровки информации, передаваемой в процессе общения одного живого существа другому.

**Кодирование информации** - это способ передачи ее от одного живого существа к другому. Это - язык и другие знаковые системы, письменность в ее разнообразных видах и формах (тексты, схемы, рисунки, чертежи), технические средства записи, передачи и хранения информации (радио- и видеотехника; механическая, магнитная, лазерная и иные формы записей).

Передача любой информации возможна лишь посредством знаков, точнее - знаковых систем. Обычно различают вербальную и невербальную коммуникацию, но последнюю делят еще на несколько форм: кинестетика, паралингвистика, проксемика, визуальное общение. Каждая из них образует свою собственную знаковую систему.

Проблему речи обычно ставят в психологии в контексте: мышление и речь. Действительно с мышлением речь связана особенно тесно. Генетически речь возникла вместе с мышлением в общественно-трудовой практике и развивалась в единстве с ним в процессе общественно-исторического развития человечества.

Значительную роль в речи играют и эмоциональные моменты: речь коррелируется сознанием в целом.

Сознание человека формируется в общении между людьми. Основная функция сознания - осознание бытия, его отражение, и язык и речь выполняют ее специфическим образом: они отражают бытие, обозначая его.

**Речь** - это деятельность общения - выражения, воздействия, сообщения - посредством языка; речь - это язык в действии, это форма существования сознания для другого, служащая средством общения с ним, и форма обобщенного отражения действительности, или форма существования мышления. Общим средством и системой правил является тот или иной **национальный язык**, вырабатываемый в процессе речевого общения на протяжении многих поколений.

**Язык** - строго нормализованная система средств общения, а **речь** - его применение в процессе общения для передачи мысли и чувства. В языке нет мыслей - это набор разных средств для выражения мысли.

**Функции речи.** Речь выполняет две основные функции - коммуникативную и сигнификативную, благодаря которым речь является средством общения и формой существования мысли, сознания. Мы знаем, что основным в слове является его значение, его семантическое содержание. Каждое слово человеческого языка обозначает какой-либо предмет, указывает на него, вызывает у нас образ того или иного предмета; говоря какие-то слова, мы каждый раз обозначаем тот или иной предмет, то или иное явление. Этим язык человека отличается от “языка” животных, который выражает в звуках лишь аффективное состояние, но никогда не обозначает звуками определенных предметов. Это основная функция слова, которая называется **сигнификативной**. Обозначающая функция является важнейшей функцией слов, составляющих язык. Она позволяет человеку произвольно вызывать образы соответствующих предметов, иметь дело с предметами даже в их отсутствие.



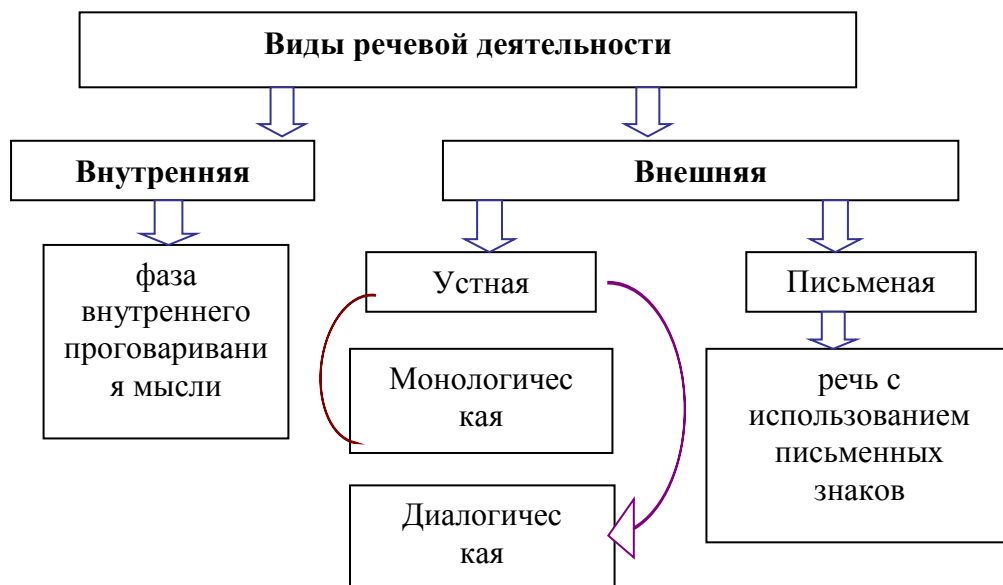
Еще одна функция речи - **коммуникативная** - включает в себя **средства выражения и средства воздействия**. Речь есть только там, где есть значение, имеющее материальный носитель. Всякая речь говорит о чем-то, т.е. имеет какой-то предмет; всякая речь вместе с тем обращена к кому-то. Стержнем смыслового содержания речи является то, что она обозначает.

Речь как **средство выражения** включается в совокупность выразительных движений - наряду с жестом, мимикой и пр. Человеческая речь не сводится лишь к совокупности знаний, она обычно выражает и эмоциональное отношение человека к тому, о чем он говорит, и часто к тому, к кому он обращается.

**Функция воздействия** в человеческой речи - одна из наиболее основных ее функций. Человек говорит не для того, чтобы воздействовать, если не непосредственно на поведение, то на мысль или чувства, на сознание других людей. Речь имеет социальное предназначение, она - средство общения, и эту функцию выполняет в первую очередь, поскольку служит средством воздействия. Возникновение речи вне общества невозможно, речь - социальный продукт, она предназначена для общения и возникает в общении.

### Виды речевой деятельности

Речь - это **вербальная коммуникация**, т.е. процесс общения с помощью языка. Различают следующие виды речи: внешняя и внутренняя. Внешняя речь подразделяется, в свою очередь, на устную и письменную, а устная - на монологическую и диалогическую:



Все виды речи тесно взаимодействуют друг с другом. Общим для всех видов речи является произнесение слов (вслух или про себя). Однако каждый из видов речи имеет свои специфические особенности. Когда человек произносит что-то про себя (внутренняя речь), в речедвигательный анализатор от органов речи поступают кинестезические импульсы. Никакая мысль не может быть сформулирована без языка и без материальных речевых процессов. При подготовке к устной и, особенно, к письменной речи, имеется фаза внутреннего проговаривания ( речи про себя). Это и есть **внутренняя речь**.

**Внешняя речь**, как уже было сказано, бывает устной и письменной. В **письменной речи** условия общения опосредствованы текстом. Письменная речь более концентрирована по содержанию, чем устная, разговорная. Под письменной речью понимают речь с использованием письменных знаков.

Слышимая речь, которая кем-то произносится, называется **устной речью**. В устной речи общение ограничено условиями пространства и времени. Обычно собеседники хорошо видят друг друга или находятся на таком расстоянии, что могут услышать сказанные слова, что накладывает отпечаток на характер речи.

Устная речь может быть диалогической и монологической. **Диалогическая речь** поддерживается взаимными репликами собеседников, называясь еще разговорной.

**Монологическая речь** продолжается достаточно долго, не перебивается репликами других и требует предварительной подготовки. Обычно это развернутая, подготовленная речь (например, лекция, доклад, выступление и т.п.).

**Вербальная коммуникация** использует в качестве знаковой системы человеческую речь. Под речью здесь понимается естественный звуковой язык, т.е. система фонетических знаков, включающих два принципа - лексический и синтаксический. Речь является самым универсальным средством коммуникации, поскольку при передаче информации с ее помощью менее всего теряется смысл

общения.

**Невербальная коммуникация.** Первым среди них нужно назвать оптико-кинестическую систему знаков, что включает в себя жесты, мимику, пантомимику.

**Визуальное общение** (“контакт глаз”) - новая область исследования. Доказано, что, как и все невербальные средства, контакт глаз имеет значение дополнения к вербальной коммуникации.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Докажите, что речь является наиболее содержательной и результативной формой общения.
2. Что означает и как проявляется многофункциональность речи?
3. Почему язык как продукт отдельного человека - бессмыслица?
4. Каким образом речь характеризует направленность личности, её интересы, потребности, убеждения?
5. Как отражаются в речи особенности умственной и трудовой деятельности человека, специфика его профессий?
6. Дайте определение вербальной и невербальной коммуникации. Приведите примеры.
7. Что мы называем визуальным общением. Аргументируйте свое мнение.
8. Какие две основные функции выполняет речь, благодаря которым, она является средством общения и формой существования мысли, сознания?
9. Расскажите и о видах речевой деятельности и приведите примеры.

**Общение как взаимодействие**

**Проблемы:**

- Покажите связь культуры человека со стилем его речи.
- Почему совместная деятельность и общение протекают в условиях социального контроля на основе социальных норм - принятых в обществе образцов поведения?

**Интерактивная сторона общения** - условный термин, обозначающий

характеристику компонентов общения, связанных взаимодействием людей, непосредственной организацией их совместной деятельности. Цели общения отражают потребности совместной деятельности людей. Общение всегда должно предполагать некоторый результат - изменение поведения и деятельности других людей. Здесь общение и выступает как межличностное взаимодействие, т.е. совокупность связей и взаимовлияний людей, складывающихся в их совместной деятельности.

Совместная деятельность и общение протекают в условиях социального контроля на основе социальных норм - принятых в обществе образцов поведения, регламентирующих взаимодействие и взаимоотношения людей, и образующих специфическую систему. Диапазон социальных норм чрезвычайно широк: от образцов поведения, отвечающего требованиям трудовой дисциплины, воинского долга, патриотизма, до правил вежливости.

Обращение людей к социальным нормам делает их ответственными за их поведение, позволяет регулировать действия и поступки; оценивая их как соответствующие или несоответствующие этим нормам. Ориентируясь на нормы, человек соотносит формы своего поведения с эталонами, отбирает нужные и таким образом регулирует свои отношения с другими людьми. Социальный контроль в процессах взаимодействия осуществляется в соответствии с репертуаром ролей, “исполняемых” общающимися людьми. В психологии под ролью понимается нормативно одобряемый образец поведения, ожидаемый окружающими от каждого, кто занимает данную социальную позицию (по должности, возрастным или половым характеристикам и т.п.). Каждая роль, в которую вступает субъект, должна отвечать совершенно определенным требованиям и определенным ожиданиям окружающих. Один и тот же человек выполняет различные роли. Множественность ролевых позиций нередко порождает их столкновение - **ролевые конфликты**. Взаимодействие людей, исполняющих различные роли, регулируется ролевыми ожиданиями.

Таким образом, психологическое воздействие отнюдь не всемогуще, хотя при определенных условиях можно вызвать известные изменения в психике людей, а через нее - в их деятельности и поведении.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Приведите примеры видам общения и аргументируйте их.
2. Объясните интерактивную сторону общения. Приведите примеры.
3. Что вы понимаете под словом ролевые конфликты? Аргументируйте своё мнение.
4. Как вы объясните мысль: “Обращение людей к социальным нормам делает их ответственными за их поведение”?

### **Общение как восприятие людьми друг друга**

#### **Проблемы:**

- Как вы объясните такую мысль, что представление о другом человеке тесно связано с уровнем собственного самосознания. Аргументируйте.
- Человек осознает себя через другого человека. Как вы понимаете эту мысль?

**Как** уже было сказано, взаимодействие невозможно без взаимопонимания. При этом очень важно, как воспринимается партнер по общению, иными словами, восприятие одним человеком другого. Этот процесс выступает как обязательная составная часть общения и условно может быть назван **перцептивной** стороной общения. Здесь речь идет об особенностях межличностной перцепции, т.е. о восприятии человека человеком. Поскольку человек вступает в общение всегда как личность, постольку он всегда и воспринимается другим человеком как личность. На основе внешней стороны поведения мы, по словам С.Л.Рубинштейна, как бы “читаем” другого человека, расшифровываем значение его внешних данных. Впечатления, которые возникают при этом, играют важную регулятивную роль в общении. В ходе познания другого человека одновременно осуществляются и эмоциональная оценка этого другого, и попытка понять

строй его поступков, и основанная на этом стратегия изменения его поведения, и построение стратегии своего собственного поведения.

Таким образом, имеются в виду специфические черты восприятия социальных объектов, к которым относятся: восприятие не только физических характеристик объекта, но и поведенческих его характеристик, т.е. формирование представлений о его намерениях, мыслях, способностях, эмоциях, установках и т.д.

### **Механизмы и феномены восприятия человека человеком**

Представление о другом человеке тесно связано с уровнем собственного самосознания. Связь эта двояка: с одной стороны, богатство представлений о самом себе определяет и богатство представлений о другом человеке, с другой - чем полнее раскрывается другой человек, тем шире становятся и представления о самом себе. Человек осознает себя через другого человека. Анализ осознания себя через другого человека, включает две стороны - **идентификацию и рефлекссию**. Рассмотрим эти механизмы.

**Идентификация** - это способ понимания другого человека через осознанное или бессознательное уподобление его характеристикам самого субъекта. Термин “идентификация” буквально означает уподобление себя другому. В реальных ситуациях взаимодействия люди пользуются таким приемом, когда предположение о внутреннем состоянии партнера по общению строится на основе попытки поставить себя на его место. Таким образом, идентификация выступает в качестве одного из механизмов познания и понимания другого человека.

Экспериментально установлена тесная связь между идентификацией и другим, близким по содержанию явлением - **эмпатией**. Эмпатия также определяется как особый способ понимания другого человека. Однако здесь имеется в виду не рациональное осмысление проблем другого человека, а стремление эмоционально откликнуться на его проблемы.

**Рефлексия** - это еще один механизм понимания другого человека. В

психологии под рефлексией понимается осознание действующим индивидом того, как он воспринимается партнером по общению, т.е. как будет партнер по общению понимать меня. В этом случае имеет место как бы своеобразное удвоение зеркальных отражений друг друга. Восприятие людьми друг друга в то же самое время есть и определенное взаимодействие двух участников этого процесса, причем взаимодействие, имеющее две стороны: оценка друг друга и изменение каких-то характеристик друг друга. При этом каждый участник общения, оценивая другого, стремится построить определенную систему интерпретации его поведения, в частности его причин.

**Семья** - это первая социальная группа, активно воздействующая на формирование личности ребенка. Особенности взаимоотношений и общения между членами семьи создают в семье специфическую морально-психологическую атмосферу, которая играет важную роль в решении каждой семьей ее воспитательных задач. Взаимоотношения родителей и детей и специфика их общения, в которой эти взаимоотношения проявляются в семье, оказывают огромное влияние на формирование личности ребенка.

Удовлетворение элементарных потребностей ребенка и контроль его поведения и успеваемости не может в полной мере обеспечить установление прочных духовных контактов между родителями и детьми. Одним из необходимых условий формирования таких контактов является высокий уровень взаимной информированности родителей и детей, без которой не могут складываться их нормальные взаимоотношения и формироваться хорошо налаженное обучение.

Большую роль в усвоении и реализации заданных стандартов поведения играет подражание детей родителям. Дезорганизация общения в семье создает крайне неблагоприятные условия для усвоения детьми положительных образцов поведения. Специфика общения родителей и детей не только формирует их межличностные отношения, но и оказывает огромное влияние на формирование навыков общения детей с другими людьми.

### Вопросы для обсуждения:

1. Дайте определение перцептивному общению и приведите примеры.
2. Расскажите о механизмах и феноменах восприятия человека человеком.
3. Как вы думаете, какую роль играет общение в развитии ребёнка?
4. Что вы понимаете об обратной связи общения?
5. Расскажите о функциях саморегуляции.
6. Дайте определение рефлексии в общении. Приведите примеры.
7. Объясните явление эмпатии. Как вы это понимаете?
8. Как называется способ понимания другого человека через осознанное или бессознательное уподобление его характеристикам самого субъекта?

### Приложение 1

№	БЛИЦ-ОПРОС	Верно	Неверно
1.	Перцептивное общение - самая важная сторона общения.		
2.	Интерактивное общение - восприятие человека человеком.		
3.	Общение играет очень важную роль в развитии ребёнка.		
4.	Существует обратная связь общения?		
5.	Саморегуляция – это функция общения.		
6.	Обращение людей к социальным нормам делает их ответственными за их поведение.		
7.	Эмпатия – это особый способ понимания другого человека.		
8.	Речь является наиболее содержательной и результативной формой общения.		
9.	Направленность личности – это его хобби, мечты и грезы.		
10.	Особенности умственной и трудовой деятельности человека отражаются в речи. Вы согласны?		
11.	Визуальное общение – это общение мимикой и пантомимикой.		
12.	Невербальная коммуникация – это передача информации только при помощи речи.		

### Приложение 2

#### Формулирование проблемы/подпроблем и выводов, принятие решений

<b>Формулировка проблемы:</b> настоящее время в процессе обучения студенты, больше опираются на письменную речь, причиной которого может быть: <ul style="list-style-type: none"><li>• назовите основной фактор данной проблемы;</li><li>• развитие коммуникационных технологий;</li><li>• безответственность развития уровня начитанности.</li></ul> Для решения данных проблем разработайте и сформулируйте свои идеи.
<b>Решение первой подпроблемы:</b>
<b>Решение первой подпроблемы:</b>
<b>Решение первой подпроблемы:</b>
<b>Заключительный вывод по проблеме:</b>



### **«Case-study» на тему: «Общение»**

Одним из таких механизмов является метод ситуационных решений - «case-study». Суть метода состоит в выборе из множества ситуаций, позволяющих решить заданную проблему, выбрать наилучший с позиции члена группы.

**Решение предлагаемого case позволит достичь следующих результатов:**

- закрепить знания по изученной теме;
- отработать умения и навыки индивидуального и группового анализа проблем и принятия решений;
- развить логическое мышление;
- овладеть навыками самостоятельного принятия решения;
- проверить уровень усвоения учебной информации.

#### **1. Организационное обеспечение**

##### ***1-Текст для выявления альтернативных решений.***

В настоящее время развитие общей психологии требует рассмотрения многих ее проблем в связи с исследованием общения. Без такого исследования вряд ли можно раскрыть законы и механизмы превращения одних форм и уровней психического отражения в другие, понять соотношение осознаваемого и неосознаваемого в психике человека, выявить специфику человеческих эмоций, раскрыть законы развития личности и т.д.

##### ***2-Текст для выявления альтернативных решений.***

Способы, сфера и динамика общения определяются социальными функциями вступающих в него людей, их положением в системе общественных отношений, принадлежностью к той или иной общности; они регулируются факторами, связанными с производством, обменом и потреблением, а также сложившимися в обществе законами, правилами, нормами, социальными институтами и т.д.

##### ***3-Текст для выявления альтернативных решений.***

Каждая роль, в которую вступает субъект, должна отвечать совершенно определенным требованиям и определенным ожиданиям окружающих. Один и тот же человек выполняет различные роли. Множественность ролевых позиций нередко порождает их столкновение - **ролевые конфликты**. Взаимодействие людей, исполняющих различные роли, регулируется ролевыми ожиданиями.

##### ***4-Текст для выявления альтернативных решений.***

Отдельные черты физического облика человека (лицо, руки, плечи), позы, жесты, интонации выступают как носители информации, которую следует принимать во внимание при общении. Особенно информативным носителем сигналов обратной связи оказывается лицо собеседника или слушателя. Впрочем, достаточно полное представление о восприятии субъекта общения другими людьми дает весь комплекс сигналов, поступающих от воспринимающего, прежде всего, анализ их поступков.

##### ***5-Текст для выявления альтернативных решений.***

Взаимоотношения родителей и детей и специфика их общения, в которой эти взаимоотношения проявляются в семье, оказывают огромное влияние на формирование личности ребенка.

Удовлетворение элементарных потребностей ребенка и контроль его поведения и успеваемости не может в полной мере обеспечить установление прочных духовных контактов между родителями и детьми. Одним из необходимых условий формирования таких контактов является высокий уровень взаимной информированности родителей и детей...

#### **2. Задачи**

1.3.1 Изучая текст, выдвигайте как можно больше проблем и решений

1.3.2 Определить процесс формирования и роль общения в данной ситуации.

1.3.3. Отобрать рациональный вариант

#### **1.4 Алгоритм решения**

Перечень вариантов выдвинутых решений.

#### **1. 5. Советы, рекомендации.**

- Сначала прочитайте всю имеющуюся информацию, чтобы составить целостное представление. Читая, не пытайтесь сразу анализировать.
- Еще раз внимательно прочитайте информацию. Выделите те абзацы, которые показались вам важными.
- Постарайтесь охарактеризовать содержание. Определите, в чем ее сущность, а что второстепенно. Письменно зафиксируйте выводы – основную проблему и проблемы ей подчиненные.
- Зафиксируйте все факты, касающиеся этой проблемы, и проследите взаимосвязь между приведенными данными.
- Сформулируйте критерии для обоснования правильности предложенного решения.
- Попробуйте найти альтернативные варианты решения. Какие из них наиболее приемлемы?
- Разработайте перечень практических мероприятий по реализации вашего решения.

#### **Использованная литература:**

1. Общая психология. Под изданием А.В. Петровского. Т.1992.
2. «Психология» краткий словарь. Т.1997.
3. Общая психология. М.Г. Давлетшин, М. Туйчиева. Т.2002.
4. Психология. Р.С. Немов. М. 2003
5. Общая психология. Э.Газиев. Т. 2010
6. Психология. В.М. Каримова. Т. 2002.
7. Рогов «Практическая психология» 1-2 часть изд. «Владос»2000 г.
8. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., 1968.
9. Бодалев А.А. Межличностное восприятие и понимание. Личность и общество. М., 1983.
10. Бобрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. Книга для учителей и родителей. М., 1987.
11. Бадмаев Б.Ц. Методика преподавания психологии. М., 1999.
12. Иванова С.П. Психология полисубъектного взаимодействия в социально-педагогической среде. Псков, 2000.
13. Кан-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. М., 1987.
14. Крижанская Ю.С., Третьяков В.П. Грамматика общения. Л., 1990.
15. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. М., 1986.

16. Немов Р.С. Психология. Кн.1. Общие основы психологии. М., 1994.
17. Общая психология. М., 1986.
18. Психология. Учебник. М., 1998.
19. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека. М., 1995.
20. Курс лекций по психологии. Гулистан 2019.
21. Учебно-методический комплекс по психологии. Гулистан 2019.
22. <https://lektsii.org/8-16351.html>

## **4-МОДУЛ. ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ**

### **13-ТЕМА: ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ**

#### **Основные вопросы:**

1. Понятия об эмоциях и чувствах.
2. Основные функции чувств и эмоций.
3. Физиологические основы чувств и эмоций.
4. Основные качества эмоций и чувств.
5. Значение эмоций и чувств.

**Ключевые слова и основные понятия:** чувства и эмоции, потребности личности, регулятив, аффекты, настроения, стрессы, эмоциональные состояния, любовь, страсть, нравственные чувства и эмоции, умственные чувства и эмоции.

#### **Понятия об эмоциях и чувствах**

#### **Проблемы:**

- Всегда ли положительные эмоции человек испытывает, когда реальные результаты деятельности согласуются с намеченными или ожидаемыми результатами?

Все, с чем сталкивается человек в своей жизни, вызывает у него то или иное отношение, те или иные чувства. Одно из того, с чем мы имеем дело, нравится нам, радует нас, вызывает симпатию к себе, другое нам неприятно, огорчает нас, пробуждает к себе отвращение. Чувства очень разнообразны. Определенные отношения человека проявляются уже даже к отдельным

качествам и свойствам окружающих объектов - человеку может нравиться или не нравиться цвет предмета, тембр голоса, вкус пищи и т.д. Более сложное отношение к себе вызывают жизненные факты и ситуации. Сфера чувств включает в себя досаду и патриотизм, радость и страх, восторг и горе.

**Чувства** - это переживаемые в различной форме отношения человека к предметам и явлениям действительности. Человеческие чувства являются положительной ценностью. Человеческая жизнь невыносима без переживаний, многие чувства притягательны сами по себе, и если человек лишен возможности испытывать чувства, то наступает так называемый “эмоциональный голод”, который он стремится утолить, слушая любимую музыку, читая остросюжетную книгу и т.д. Причем для эмоционального насыщения нужны не только положительные чувства, но и чувства, связанные со страданием.

Отрицательные эмоции возникают, если субъект отрицательно оценивает возможность удовлетворения потребности. Таким образом, сознавая или не сознавая, человек постоянно сравнивает информацию о том, что требуется для удовлетворения потребности, с тем, чем он располагает, и в зависимости от их соотношения испытывает различные эмоции.

По своему взаимоотношению и специфическим функциям в удовлетворении потребностей субъекта чувства можно разделить на 2 фундаментальные группы. **Первую** из них составляют переживания, окрашивающие сами предметы потребностей и превращающие их тем самым в мотивы. Для возникновения этих переживаний достаточно обострения некоторой потребности и наличия отвечающего ей предмета. **Ко второй** группе эмоциональных явлений относятся те, что возникают уже при наличии ведущего побуждения, т.е. деятельности (внутренней и внешней), и выражают определенное отношение субъекта к отдельным условиям, благоприятствующим или затрудняющим ее осуществление (страх, гнев), к конкретным достижениям в ней (радость, огорчение), к сложившимся или

возможным ситуациям и т.п. Подчеркивая обусловленность этих эмоциональных переживаний ведущими побуждениями, их называли производными.

Отличительной характеристикой чувств является их **полярность**. Это сказывается как в наиболее простых переживаниях: удовольствия или неудовольствия, так и в более сложных чувствах: любовь - ненависть, радость - горе, веселье - печаль и т.д.

Решающей чертой чувств является их **интегральность**, т.е. исключительность по отношению к другим состояниям и другим реакциям. Чувства охватывают весь организм, они придают состоянию человека определенный тип переживаний. Производя почти моментальную интеграцию всех функций организма, чувства сами по себе могут быть абсолютным сигналом полезного или вредного воздействия на организм, что случается даже раньше, чем определены локализации воздействия и конкретный механизм ответной реакции организма.

Еще одной важнейшей особенностью чувств является их **связь с жизнедеятельностью организма**. Под влиянием чувств изменяется деятельность внутренних органов человека: органов кровообращения, дыхания, пищеварения, желез внутренней и внешней секреции. Похожие события и факты вызывают различное отношение у людей, живших в разное время. Протекание чувств характеризуется определенной динамикой, в которой можно проследить единство устойчивых и изменчивых компонентов. С одной стороны, надо выделить динамику кратковременного переживания по оси: **возникновение - нарастание - кульминация - угасание**, а с другой - **динамику длительного чувства**, на фоне доминирования которого разворачиваются различные переживания. Целостную систему динамического изменения чувств попытался создать В.Вундт. Основные измерения определяются им как удовольствие - неудовольствие, возбуждение - успокоение, напряжение - разрядка.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что мы называем чувством?
2. Человеческие чувства являются положительной ценностью. Аргументируйте.
3. Как называл большую часть эмоциональных реакций Ч.Дарвин?
4. Охарактеризуйте теорию когнитивного диссонанса Л.Фестингера. Приведите примеры.
5. Что такое диссонанс?
6. Почему субъективно переживается состояние диссонанса?
7. В каких ситуациях возникают отрицательные эмоции?
8. Чувства носят личностный характер. Аргументируйте.
9. Что отражают чувства и эмоции?
10. Назовите и охарактеризуйте 2 фундаментальные группы чувства.
11. Что является отличительной характеристикой чувств?
12. Что называется интегральностью?
13. Можно ли называть связь с жизнедеятельностью организма важнейшей особенностью чувств?

### **Основные функции чувств и эмоций**

#### **Проблемы:**

- По утверждению Ч.Дарвина, эмоции возникли как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Благодаря вовремя возникшему чувству, организм имеет возможность эффективно приспособиться к окружающим условиям. Вы согласны с этой теорией?
- Чувства могут нести функцию воздействия на окружающих. Приведите свои аргументы.

Человеческие чувства имеют длительную историю филогенетического развития, в ходе которого они стали выполнять целый ряд специфических функций. Отражательная функция чувств выражается в обобщенной оценке

событий. Благодаря тому, что чувства охватывают весь организм, они позволяют определить полезность и вредность воздействующих на них факторов и реагировать, прежде чем будет определено само вредное воздействие. Так, например, человек, переходящий дорогу, может испытывать страх различной степени в зависимости от складывающейся дорожной ситуации. Эмоциональная оценка событий формируется не столько на основе опыта индивидуальных переживаний человека, сколько в результате сопереживания, возникших в общении с другими людьми, в частности, через восприятие произведений искусства, средства массовой информации и т.д.

**Оценочная, или отражательная, функция** чувств непосредственно связана с побудительной, или стимулирующей, функцией. Так, в той же дорожной ситуации, человек, испытывая страх перед приближающейся машиной, ускоряет свое движение через дорогу. Чувства как бы определяют направление поиска, способное удовлетворить решение задачи. Эмоциональное переживание содержит образ предмета удовлетворения потребности и свое пристрастное отношение к нему, что и побуждает человека к действию.

В связи с тем, что чувства принимают самое непосредственное участие в обучении, выделяют подкрепляющую функцию чувств. Значимые события, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запечатлеваются в памяти. Эмоции успеха - неуспеха обладают способностью привить любовь к учению или навсегда угасить ее.

Переключательная функция чувств особенно ярко обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате которой определяется доминирующая потребность. Так, возможно возникновение противоречия между естественным для человека инстинктом самосохранения и социальной потребности следовать определенной этической норме, что, по сути дела, реализуется в борьбе между страхом и чувством долга, страхом и стыдом. Привлекательность мотива, его близость личностным установкам направит

деятельность личности в ту или другую сторону. В связи с этим нельзя не отметить и **приспособительную функцию чувств**. По утверждению Ч.Дарвина, эмоции возникли как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Благодаря вовремя возникшему чувству, организм имеет возможность эффективно приспособиться к окружающим условиям.

Вероятно, есть смысл говорить и о **коммуникативной функции чувств**. Мимические и пантомимические движения позволяют человеку передавать свои переживания другим людям, информировать их о своем отношении к предметам и явлениям окружающей действительности. Мимика, жесты, позы, выразительные вздохи, изменение интонации, являются “языком человеческих чувств”, средством сообщения не столько мыслей, сколько эмоций. Как показали исследования, не все проявления чувств одинаково легко распознать. Легче всего распознается ужас (57% испытуемых), затем отвращение (48%), удивление (34%). Наибольшую информативность об испытываемых человеком чувствах несет выражение его рта.

В рамках коммуникативной функции можно выделить и другие. Чувства, например, могут нести функцию воздействия на окружающих. Так, дети очень быстро замечают, что их эмоциональные реакции, связанные с физическим нездоровьем, обладают большой силой воздействия на окружающих. Пятилетний ребенок вполне сознательно говорит, что он будет плакать до тех пор, пока родители не выполнят его желание.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Аргументируйте, что человеческие чувства имеют длительную историю филогенетического развития.
2. В чём выражается отражательная функция чувств?
3. Как формируется эмоциональная оценка событий?
4. Почему значимые события, вызывающие сильную эмоциональную реакцию,



быстрее и надолго запечатлеваются в памяти?

5. В каких ситуациях особенно ярко обнаруживается переключательная функция чувств?
6. Охарактеризуйте приспособительную функцию чувств.
7. Расскажите о коммуникативной функции чувств?
8. Что позволяют человеку мимические и пантомимические движения?

### **Физиологические основы чувств и эмоций**

#### **Проблемы:**

- Именно адреналин вызывает изменение в работе органов и систем организма и приводит их в состояние готовности к экстренной трате энергии. Верна ли эта мысль?
- Кора мозга является субстратом чувств, свидетельствуют и клинические случаи, в которых наблюдается резкое расхождение между субъективным переживанием и их внешним выражением. Правильно ли это? Приведите свои аргументы и факты.

Чувства связаны с особыми физиологическими процессами в организме. Возникновение этих процессов имеет в своей основе изменения, происходящие во внешнем мире, но затрагивает деятельность всего организма. Так, например, при эмоциональных переживаниях изменяется кровообращение: учащается или замедляется сердцебиение, изменяется тонус кровеносных сосудов, повышается или понижается кровяное давление и т.д. В результате при одних эмоциональных переживаниях человек краснеет, при других - бледнеет. Сердце настолько чутко реагирует на все изменения эмоциональной жизни, что в народе его всегда считали вместилищем, органом чувств, несмотря на то, что изменения происходят и в дыхательной и в пищеварительной и в секреторной системах.

Ведущую роль в протекании чувств выполняет **кора больших полушарий**. И.П.Павловым было показано, что именно кора регулирует

протекание и выражение эмоций, держит под своим контролем все явления, происходящие в теле, оказывает тормозящее влияние на подкорковые центры, управляет ими.

Если кора мозга приходит в состояние чрезмерного возбуждения (при переутомлении, опьянении и т.д.), то происходит и перевозбуждение центров, лежащих ниже коры, вследствие чего исчезает обычная сдержанность. Животные с удаленными большими полушариями обнаруживают картину необычайно сильного и постоянного эмоционального возбуждения по малейшему поводу. Однако в случае распространения широкого торможения наблюдаются угнетение, ослабление или скованность мускульных движений, упадок сердечно-сосудистой деятельности и дыхания и т.д.

Возникая в коре головного мозга, физиологический процесс, являющийся основой чувств, распространяется на ниже лежащие подкорковые центры. Электрофизиологические исследования показали огромное значение для эмоциональных состояний особых образований нервной системы. Эмоциональный настрой и эмоциональная ориентировка в окружающей обстановке в значительной мере определяется функциями таламуса, гипоталамуса и лимбической системы. Эти участки получили название **центров удовольствия**. Раздражение других участков вызвало отрицательные эмоции и стремление избежать воздействия на эти структуры, за что они были названы **центром страдания**. Важные данные для выявления сущности эмоциональных реакций были получены при изучении функциональной асимметрии мозга. Было установлено, что **левое полушарие** в большей степени связано с возникновением и поддержанием положительных эмоций, а **правое** - отрицательных.

Следует также отметить роль **ретикулярной формации** как структуры, активизирующей эмоциональную жизнь человека. Получая из различных органов чувств нервные стимулы, ретикулярная формация посылает их после переработки в большие полушария головного мозга. Выступая аккумулятором

энергии, ретикулярная формация способна понижать и повышать активность мозга, усиливать, ослаблять или затормаживать ответы на раздражители.

Существенную роль в эмоциональных переживаниях человека играет **вторая сигнальная система**. Переживания могут возникнуть не только при непосредственных воздействиях внешней среды, но могут быть вызваны словами, мыслями. Так, прочитанный рассказ продуцирует соответствующее эмоциональное состояние. Связи второй сигнальной системы являются физиологической основой высших человеческих чувств - интеллектуальных, моральных, эстетических. Неразрывная связь второй сигнальной системы с первой обеспечивает сознательную регуляцию чувств и общественный характер их внешних проявлений.

Наиболее наглядно отражены чувства в **мимике**. Подтверждением этому может служить поговорка “Лицо - зеркало души”. Подвижность мышц лица позволяет придавать ему самые разнообразные выражения в зависимости от внутреннего состояния человека. Переживаемые человеком чувства выражаются также в пантомимике и в произвольных мышечных движениях. При положительных чувствах эти движения обычно направлены в сторону объекта чувств, а при отрицательных - в сторону от него.

Особенно полно отражаются чувства в речи, которая содержит не только определенные мысли, но и отношение к ним говорящего. Большую роль здесь играет **интонация**. Даже слушая незнакомую иностранную речь, нетрудно понять, в каком настроении находится говорящий человек. При различных эмоциональных переживаниях изменяется скорость речи, нарушается ее правильность.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Как чувства связаны с особыми физиологическими процессами в организме?
2. К чему подчиняются системы человеческого организма?
3. Какую роль играет симпатическая нервная система?
4. Охарактеризуйте роль коры больших полушарий. Приведите примеры.

5. Какие случаи свидетельствуют, что кора мозга является субстратом чувств?
6. Каким образом распространяется физиологический процесс, являющийся основой чувств?
7. Какие результаты имели электрофизиологические исследования чувств и эмоций?
8. Какие участки коры головного мозга получили название центров удовольствия?
9. Какие участки коры головного мозга названы центром страдания?
10. Отметьте роль ретикулярной формации как структуры, активизирующей эмоциональную жизнь человека.
11. Какую роль играет вторая сигнальная система в эмоциональных переживаниях человека?
12. Как наглядно отражены чувства в мимике? Приведите примеры.
13. Какую роль играет в выражении чувств и эмоций интонации?

### **Основные качества и значение эмоций и чувств**

#### **Проблемы:**

- Можно ли называть эмоцией чувства, испытываемые болельщиками, на трибуне стадиона, чувство любви к футболу, хоккею, теннису и спорту вообще?
- Верно ли, что аффект сопровождается сильной и беспорядочной двигательной активностью, происходит своего рода разрядка в действии. Приведите примеры.

**Выражение чувств**, как и сами чувства, общественно обусловлено. В каждом обществе существуют нормы выражения чувств, отвечающие представлениям о приличии, скромности, воспитанности. Избыток выразительных средств может рассматриваться в одном обществе как недостаток воспитания, в то время как в другом он может свидетельствовать о скрытности, недостаточной искренности. В процессе взаимодействия людей выразительные движения обогащаются, дифференцируются, приобретая

характер образного “языка”, специфического кода для передачи многообразных оттенков чувств. Таким образом, форма и употребление выразительных движений определяются системой конкретных общественных отношений, становясь объектом социального контроля.

Все многообразие чувств можно разделить (по их субъективному переживанию) на 2 категории: на чувства **положительного порядка**, связанные с удовлетворением жизненных потребностей человека и потому доставляющие удовольствие, и чувства **отрицательного порядка**, связанные с неудовлетворением жизненных потребностей и потому доставляющие неудовольствие. По содержанию все чувства можно классифицировать на **простые и сложные** в зависимости от того, какого уровня потребности удовлетворяются у человека. К более простым относятся гнев, страх, радость, горе, зависть, ревность, к более сложным - моральное чувство, эстетическое чувство, чувство патриотизма и любви к родине.

Наконец, по форме протекания все эмоциональные состояния делятся на **чувственный тон, настроение, эмоции, аффект, стресс, фрустрацию, страсть, высшие чувства**. Простейшая форма эмоционального переживания - это, так называемый **чувственный, или эмоциональный, тон**. Под чувственным тоном понимают эмоциональную окраску, своеобразный качественный оттенок психического процесса, побуждающие субъекта к их сохранению или устранению. Хорошо известно, что некоторые цвета, звуки, запахи могут сами по себе, независимо от их значения, от воспоминаний и мыслей, связанных с ними, вызвать у нас приятное или неприятное чувство. Так, хорошая музыка, запах розы, вкус апельсина приятны, имеют отрицательный эмоциональный тон. Если отрицательный чувственный тон переходит в болезненное отвращение, то говорят об **идиосинкразии**.

**Под настроением** понимают общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение длительного времени все поведение человека. Настроение очень разнообразно и может быть радостным или печальным,

веселым или угнетенным, бодрым или подавленным, спокойным или раздраженным и т.д. Настроение является эмоциональной реакцией не на непосредственные последствия тех или иных событий, а на их значение для жизни человека в контексте его общих жизненных планов, интересов и ожиданий.

**Эмоции** в узком значении слова - это непосредственное, временное переживание какого-нибудь чувства. Так, если рассмотреть чувства, испытываемые болельщиками, на трибуне стадиона, чувство любви к футболу, хоккею, теннису и спорту вообще, то их нельзя называть эмоцией. Эмоции будут представлены состоянием наслаждения, восхищения, которые переживает, испытывает болельщик, наблюдая хорошую игру высококлассных спортсменов. То же чувство переживается в форме отрицательной эмоции: возмущения, негодования при ленивой игре или неопытном судействе.

С точки зрения влияния на деятельность человека эмоции делятся на **стенические** и **астенические**.

**Стенические** эмоции стимулируют деятельность, увеличивают энергию и напряжение сил человека, побуждают его к поступкам, высказываниям. В этом случае человек готов “горы перевернуть”. И, наоборот, иногда переживания характеризуются своеобразной скованностью, пассивностью, тогда говорят об астенических эмоциях. Поэтому в зависимости от ситуации и индивидуальных особенностей эмоции могут по-разному влиять на поведение.

К.Изард выделил следующие основные, **“фундаментальные эмоции”**:

**Интерес** (как эмоция) - положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний, мотивирующее обучение.

**Радость** - положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика или во всяком случае неопределенна.

**Удивление** - не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший, и может переходить в интерес.

**Страдание** - отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным, чаще всего протекает в форме эмоционального стресса.

**Гнев** - эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

**Отвращение** - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и др.), соприкосновение с которыми (физическое взаимодействие, коммуникация в общении и пр.) вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. Отвращение, если оно сочетается с гневом, может в межличностных отношениях мотивировать агрессивное поведение, где нападение мотивируется гневом, а отвращение - желанием избавиться от кого-либо или чего-либо.

**Презрение** - отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства.

**Страх** - отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. В отличие от эмоции страдания, вызываемой прямым блокированием важнейших потребностей,

человек, переживая эмоцию страха, располагает лишь вероятностным прогнозом возможного неблагополучия и действует на основе этого (часто недостаточно достоверного или преувеличенного прогноза).

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

Эмоциональные переживания носят неоднозначный характер. Один и тот же объект может вызывать несогласованные, противоречивые эмоциональные отношения. Это явление получило название **амбивалентность** (двойственность) чувств. Амбивалентность может быть порождена и противоречием между устойчивыми чувствами к предмету и развивающимися из них ситуативными эмоциями (так, например, совмещаются любовь и ненависть при ревности).

Самой мощной эмоциональной реакцией является аффект.

**Аффект** (от лат. *apectuctus* - “душевное волнение”, “страсть”)- сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резко выраженными двигательными проявлениями и изменением в функциях внутренних органов. Аффект возникает на уже произошедшее событие и является как бы сдвинутым к его концу. Любое чувство может переживаться в аффективной форме. Причиной аффекта может стать конфликт, противоречие между сильным влечением, желанием, стремлением человека к чему-либо и объективной невозможностью удовлетворить возникшее побуждение, причем человек не в состоянии или не хочет осознать эту невозможность или не может с ней примириться (гнев, ярость).

**Аффект** возникает резко, внезапно в виде вспышки, порыва. При этом изменяются основные характеристики внимания и в поле восприятия удерживаются только те объекты, которые в связи с переживанием вошли в



комплекс. Все остальные раздражители осознаются недостаточно, и это одна из причин практической неуправляемости этим состоянием. **Аффекты** отрицательно сказываются на деятельности человека, резко снижая уровень ее организованности. В аффекте человек как бы теряет голову, его поступки неразумны, совершаются без учета обстановки.

Еще одна обширная область состояний человека объединяется понятием **стресс**.

Под **стрессом** (от англ. *stress* - “давление”, “напряжением”) понимают эмоциональное состояние, возникающее в ответ на разнообразные экстремальные воздействия. Это понятие было введено Г.Селье для обозначения неспецифической реакции организма на любое неблагоприятное воздействие. Его исследования показали, что в различные неблагоприятные факторы - усталость, страх, обида, холод, боль, унижение и многое другое вызывают в организме однотипную комплексную реакцию вне зависимости от того, какой именно раздражитель действует на него в данный момент. Причем эти раздражители необязательно должны существовать в реальности. Человек реагирует не только на действительную опасность, но и на угрозу или напоминание о ней.

В настоящее время в зависимости от стрессового фактора выделяют различные виды стресса, которые в наиболее общем виде могут быть сведены к физиологическому и психическому. **Психологический стресс** в свою очередь можно разделить на информационный и эмоциональный. Если человек не справляется с задачей, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе при высокой степени ответственности, т.е. когда возникает информационная перегрузка, может развиваться информационный стресс. **Эмоциональный стресс** появляется в ситуациях угрозы, опасности, обиды и т.д. Г.Селье выделил в развитии стресса 3 этапа.

**Первый этап** - реакция тревоги - фаза мобилизации защитных сил организма, повышающая устойчивость по отношению к конкретному

травмирующему воздействию. При этом происходит перераспределение резервов организма: решение главной задачи обеспечивается за счет второстепенных задач. Человек справляется с нагрузкой с помощью функциональной мобилизации, без структурных перестроек.

**На втором этапе** - этапе стабилизаций все параметры, выведенные из равновесия в первой фазе, закрепляются на новом уровне. Внешнее поведение мало отличается от нормы, все как будто налаживается, но внутренне идет перерасход адаптационных резервов. Если стрессовая ситуация продолжает сохраняться, наступает третий этап - истощение, что может привести к значительному ухудшению самочувствия, различным заболеваниям и даже смерти. Близким по своим проявлениям к стрессу является состояние **фрустрации**.

**Фрустрация** (от лат. *frustratio* - “обман”, “расстройство”, “разрушение планов”) - состояние человека, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели. Фрустрация сопровождается целой гаммой отрицательных эмоций, способных дезорганизовать сознание и деятельность. В состоянии фрустрации человек может проявлять озлобленность, подавленность, внешнюю и внутреннюю агрессию.

Особой формой эмоционального переживания является **страсть**. По интенсивности эмоционального возбуждения страсть приближается к аффекту, а по длительности и устойчивости напоминает настроение.

**Страстью** называют сильное, стойкое, всеохватывающее чувство, определяющее направление мыслей и поступков человека. Причины формирования страсти достаточно разнообразны - они могут, определяться осознанными убеждениями (например, страстность ученого в науке), могут исходить из телесных влечений или иметь патологическое происхождение (как бывает при паранойальном развитии личности).

**Страсть** захватывает все мысли человека, заставляет вспоминать все

обстоятельства, связанные с предметом страсти, представлять и всесторонне обдумывать пути достижения потребности. Все остальное, не связанное с предметом страсти, кажется второстепенным, не имеющим значения, и нередко попросту упускается из виду и забывается. Единство нравственного, разумного начала и страсти нередко выступает движущей силой великих дел, подвигов, открытий. Особую форму переживания представляют собой **высшие чувства**, в которых заключено все богатство подлинно человеческих отношений. В зависимости от предметной сферы, к которой они относятся, чувства подразделяются на **нравственные, эстетические, интеллектуальные**. Неповторимые индивидуальные проявления эмоционального облика человека складываются в течение всей жизни и неразрывно связаны с развитием личности в целом. Чувства не могут существовать вне конкретной личности, они не имеют своей истории, а образуют совместно со всеми структурами личности сложную систему, психический облик человека.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Как может рассматриваться в одном обществе избыток выразительных средств?
2. Приведите примеры к тому, что чувства обладают различной степенью интенсивности и продолжительности?
3. На какие категории можно разделить все многообразие чувств? Назовите их.
4. Как можно классифицировать все чувства по содержанию?
5. Перечислите и охарактеризуйте эмоциональные состояния.
6. Как называется простейшая форма эмоционального переживания?
7. Что мы понимаем под настроением?
8. Дайте характеристику эмоциям.
9. Охарактеризуйте стенические и астенические эмоции.
10. Перечислите основные, “фундаментальные эмоции по К. Изарду.
11. Что является самой мощной эмоциональной реакцией?

12. Что означает слово аффект?
13. Что означает слово стресс? Почему стресс считается обширной областью состояний человека?
14. Назовите и охарактеризуйте виды стресса.
15. Г.Селье выделил в развитии стресса 3 этапа. Назовите и охарактеризуйте их.
16. В переводе от латинского означает “обман”, “расстройство”, “разрушение планов”. Назовите это эмоциональное состояние.
17. От чего зависит уровень фрустрации?
18. Что называется страстью. Назовите и охарактеризуйте особую форму переживания - высшие чувства.

### **Проведение дискуссии на тему чувства и эмоции.**

#### **Памятка участника дискуссии!**

1. Дискуссия является методом решения проблем, а не выяснения отношений.
2. Не говори слишком долго, чтобы дать возможность высказаться другим.
3. Взвешивай слова, произноси их обдуманно, контролируй эмоции, чтобы твои разумные мысли достигли цели.
4. Стремись понять позицию оппонента, относись к ней уважительно.
5. Возражай корректно, не искажая и не передёргивая смысла сказанного оппонентом.
6. Высказывайся только по предмету дискуссии, не бравируй своей начитанностью и общей эрудицией.
7. Борись с соблазном кому-либо угодить или досадить своим выступлением.

### **Вопросы для обсуждения и формирования выводов**

- 1.1. Что мы называем чувством?
- 1.2. Человеческие чувства являются положительной ценностью. Аргументируйте.
- 1.3. Как называл большую часть эмоциональных реакций Ч.Дарвин?
- 1.4. Охарактеризуйте теорию когнитивного диссонанса Л.Фестингера.
- 1.5. Почему субъективно переживается состояние диссонанса?
- 1.7. В каких ситуациях возникают отрицательные эмоции?
- 1.8. Чувства носят личностный характер. Аргументируйте.

## **Выводы:**

Человеческие чувства являются положительной ценностью. Человеческая жизнь невыносима без переживаний, многие чувства притягательны сами по себе, и если человек лишен возможности испытывать чувства, то наступает так называемый “эмоциональный голод”, который он стремится утолить, слушая любимую музыку, читая остросюжетную книгу и т.д. Причем для эмоционального насыщения нужны не только положительные чувства, но и чувства, связанные со страданием. Большая группа психологов склонна рассматривать эмоцию не как психическое состояние, а как ответ организма на ситуацию. Такой подход можно обнаружить уже у Ч.Дарвина, считавшего, что большая часть эмоциональных реакций объясняется либо тем, что они полезны (выражение гнева пугает врага), либо просто тем, что они являются рудиментами движений, целесообразных на предыдущей стадии эволюции. Среди них следует отметить теорию когнитивного диссонанса Л.Фестингера. Исходное ее положение: **диссонанс** - есть отрицательное, эмоциональное состояние, возникающее в ситуации, когда субъект располагает двумя психологически противоречивыми “знаниями” об одном объекте.

- 2.1. В чём выражается отражательная функция чувств?
- 2.2. Как формируется эмоциональная оценка событий?
- 2.3. Почему значимые события, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запечатлеваются в памяти?
- 2.4. В каких ситуациях особенно ярко обнаруживается переключательная функция чувств?
- 2.5. Охарактеризуйте приспособительную функцию чувств.
- 2.6. Расскажите о коммуникативной функции чувств?
- 2.7. Что позволяют человеку мимические и пантомимические движения?

## **Выводы:**

Эмоциональное переживание содержит образ предмета удовлетворения

потребности и свое пристрастное отношение к нему, что и побуждает человека к действию.

В связи с тем, что чувства принимают самое непосредственное участие в обучении, выделяют подкрепляющую функцию чувств. Значимые события, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запечатлеваются в памяти. Эмоции успеха - неуспеха обладают способностью привить любовь к учению или навсегда угасить ее.

- 3.1. Как чувства связаны с особыми физиологическими процессами в организме?
- 3.2. К чему подчиняются системы человеческого организма?
- 3.3. Какую роль играет симпатическая нервная система?
- 3.4. Охарактеризуйте роль коры больших полушарий. Приведите примеры.
- 3.5. Какие случаи свидетельствуют, что кора мозга является субстратом чувств?
- 3.6. Каким образом распространяется физиологический процесс, являющийся основой чувств?
- 3.7. Какие результаты имели электрофизиологические исследования чувств и эмоций?

**Выводы:** ведущую роль в протекании чувств выполняет **кора больших полушарий**. И.П.Павловым было показано, что именно кора регулирует протекание и выражение эмоций, держит под своим контролем все явления, происходящие в теле, оказывает тормозящее влияние на подкорковые центры, управляет ими.

## **14-ТЕМА: ВОЛЯ**

### **Основные вопросы:**

1. Психология воли. Волевые действия и управление воли.
2. Акт воли и его строение.
3. Волевые свойства личности.
4. Диагностика уровня развития воли и его воспитание.

**Ключевые слова и понятия:** воля, детерминированность, активизирующая и тормозящая, побудительная или стимулирующая функция, абулия, апраксия, влечение и желание, волевое усилие, целеустремленность, решительность, самостоятельность, настойчивость, мужество, организованность, дисциплинированность, деловитость.

### **Психология воли. Волевые действия и управление воли**

#### **Проблемы:**

- Можно ли считать волю как форма активности личности?
- Чем взаимосвязано скорость принятия решения? Приведите примеры.

**Воля** - это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков. Воля соотносится со всем сознанием человека как одна из форм отражения действительности, функцией которой является сознательная саморегуляция его активности в затрудненных условиях жизнедеятельности. В **основе** этой саморегуляции лежит взаимодействие процессов возбуждения и торможения нервной системы. В соответствии с этим психологи выделяют в качестве конкретизации указанной выше общей функции, две другие - **активизирующую и тормозящую**. Иногда первую функцию обозначают термином **побудительная** или **стимулирующая**.

Волевые или произвольные действия развиваются на основе непроизвольных движений и действий. Простейшими из непроизвольных движений являются рефлекторные, как, например, сужение и расширение зрачка, мигание, глотание, чихание и т.п. К этому же классу движений относится одергивание руки при прикосновении к горячему предмету, невольный поворот головы в сторону раздавшегося звука и т.д. Непроизвольный характер носят обычно и наши выразительные движения: при удивлении мы поднимаем брови и приоткрываем рот; радуясь, начинаем улыбаться; в гневе невольно стискиваем зубы, морщим лоб и т.д. В

противоположность непроизвольным сознательные действия, более характерные для поведения человека, направлены на достижение поставленной цели. Именно сознательная целеустремленность действий характеризует волевое поведение.

Еще одним важнейшим признаком волевого поведения считают связь его с преодолением препятствий, внутренних или внешних. Внутренние, субъективные, препятствия обусловлены поведением человека, субъекта волевого действия и могут быть вызваны усталостью, желанием развлечься, страхом, стыдом, ложным самолюбием, инертностью, просто ленью и т.д.

Механизмы психологической защиты позволяют субъекту считать эту внутреннюю причину внешней, объективной, скрывая от окружающих существование у него побуждений, направленных на выполнение данного действия.

В связи с этим определенный интерес представляет трактовка воли И.П.Павловым, который рассматривал ее как “инстинкт” (рефлекс) свободы”, как проявление жизненной активности, когда она встречается с препятствиями, ограничивающими эту активность. Как “инстинкт свободы” воля выступает не меньшим **стимулом поведения, чем инстинкты голода и опасности**. “**Не будь его, - писал И.П.Павлов, - всякое малейшее препятствие, которое бы встречало животное на своем пути, совершенно прерывало бы течение его жизни**”. Для человеческого же поступка такой преградой может быть не только внешнее препятствие, ограничивающее двигательную активность, но и содержание его собственного самосознания, контролирующие интересы и т.д.

В действительности мотивы волевых действий складываются и возникают в результате активного взаимодействия человека с внешним миром. Детерминированность (причинная обусловленность) воли не означает принуждение человека к той или иной форме поведения. Просто без надлежащих внешних условий человек не сможет ни поддерживать, ни



продолжать свою жизнь. Свобода воли означает не отрицание всеобщих законов природы и общества, а предполагает познание их и выбор поведения, адекватного их действию.

Материальной основой произвольных движений является деятельность так называемых гигантских пирамидных клеток, расположенных в одном из слоев коры мозга в области передней центральной извилины. В них зарождаются импульсы к движению, отсюда берут начало волокна, образующие массивный пучок, который идет в глубину мозга, спускается вниз, проходит внутри спинного мозга и достигает, наконец, мышц противоположной стороны тела (пирамидный путь). При поражении тех или иных из этих клеток у человека наступает паралич соответствующих им органов движения.

На почве мозговой патологии может возникнуть и **абулия** (болезненное безволие), проявляющаяся в отсутствии побуждений к деятельности, в неспособности принять решение и осуществить нужное действие, хотя необходимость его осознается. Абулия вызвана патологическим торможением коры, в результате которого интенсивность импульсов к действию оказывается значительно ниже оптимального уровня

Особое значение в выполнении волевого действия имеет **вторая сигнальная система**, осуществляющая всю сознательную и целесообразную регуляцию человеческого поведения. Вторая сигнальная система активизирует не только моторную часть поведения человека, она является пусковым сигналом для многих психических процессов: мышления, воображения, памяти, регулирует внимание, вызывает чувства.

В целом воля имеет условнорефлекторную природу. На основе временных нервных связей складываются и закрепляются различные ассоциации. Получаемая информация о действиях сличается с уже имеющейся программой. Если поступившие сведения не соответствуют созданной в коре мозга программе, то изменяется либо сама деятельность, либо программа.

Рефлекторная природа волевой регуляции поведения предполагает создание в коре мозга **очага оптимальной возбудимости**, который выступает в качестве носителя цели действия. Существующий в коре очаг оптимальной возбудимости нуждается в постоянной энергетической подпитке. Задачу энергетического снабжения коры выполняет **ретикулярная формация**, являясь своеобразным аккумулятором. Человек может проявить большую энергию при выполнении какого-либо дела, упорно стремиться к достижению цели именно благодаря тому, что ретикулярная формация поддерживает своей энергией очаг оптимальной возбудимости.

Основным содержанием первой ступени в развитии волевого действия является возникновение побуждения и осознание цели. Не всякое побуждение носит сознательный характер.

В зависимости от того, насколько осознана та или иная потребность, их разделяют на **влечение и желание**. Если индивид осознает лишь неудовлетворенность текущей ситуации и при этом сама потребность осознается недостаточно отчетливо, недифференцировано, а, следовательно, не осознаются пути и средства к достижению цели, то мотивом деятельности является влечение.

**Влечение** - смутно, неясно: человек осознает, что ему чего-то не хватает или что ему что-то нужно, но, что именно, он не понимает. Обычно люди переживают влечение как специфическое тягостное состояние в виде скуки, тоски, неопределенности. В таких случаях говорят: "Он сам не знает, что ему нужно". Из-за своей неопределенности влечение не может перерасти в деятельность. Поэтому же влечение - переходящее явление, и представленная в нем потребность либо угасает, либо осознается, превращаясь в конкретное желание, намерение, мечту и т.д.

Однако желать еще не означает действовать. Отражая содержание потребности, желание не содержит активного элемента.

**Желание** - это скорее знание того, что побуждает к действию. Прежде

чем желание превратится в непосредственный мотив поведения, а затем в цель, оно оценивается человеком, который взвешивает все условия, помогающие и мешающие его осуществлению. Желание как мотив деятельности характеризуется четкой осознанностью, породившей его потребности. Имея побуждающую силу, желание обостряет осознание цели будущего действия и построение им плана, осознаются также при этом возможные пути и средства достижения цели.

Принятие решения является заключительным моментом борьбы мотивов: человек решается действовать в определенном направлении, отдавая предпочтение одним целям и мотивам и отвергая другие. Принимая решение, человек чувствует, что дальнейший ход событий зависит от него, и это порождает специфическое для волевого акта чувство ответственности.

Процесс принятия решения достаточно сложен, и внутреннее напряжение, сопровождающее его, прогрессивно нарастает. Но после того, как решение принято, человек испытывает определенное облегчение, так как внутренняя напряженность снижается.

Однако принять решение не означает выполнить его. Иногда намерение может быть не реализовано и начатое дело не доводится до конца. Сущность волевого действия лежит не в борьбе мотивов и не в принятии решения, а в его исполнении. Только тот, кто умеет приводить свои решения в исполнение, может считаться человеком с достаточно сильной волей.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Дайте характеристику активизирующей и тормозящей функции воли.
2. Чем отличаются побудительные или стимулирующие функции от активизирующей и тормозящей?
3. Как рассматривал И.П.Павлов процесс воли?
4. Какой психический процесс был назван под этим названием “**инстинкт**” (рефлекс) свободы”?
5. Чем является принятие решения?

6. Что такое абулия?
7. Что не означает детерминированность (причинная обусловленность) воли?
8. Охарактеризуйте понятия **влечение и желание**.

### **Акт воли и его строение**

#### **Проблемы:**

- Могут ли люди со слабой волей в своих действиях показать такие качества как смелость, упрямство, решительность? Аргументируйте свою мысль.
- При принятии решений имеется ли место волевым качествам? Приведите примеры.

Исполнительный этап волевого действия имеет сложную внутреннюю структуру. Собственно исполнение решения обычно связано с тем или иными временем - сроком. Если исполнение решения откладывается на длительный срок, то говорят о **намерении**. Намерение является внутренней подготовкой отсроченного действия и представляет собой зафиксированную решением направленность на осуществление цели. Так, например, ученик может принять решение (намерение) учиться со следующего года только на “отлично”. Однако только намерения для исполнения волевого действия недостаточно. Как и в любом другом действии, здесь можно выделить этап планирования путей достижения поставленной задачи. Планирование представляет собой сложную умственную деятельность, поиск наиболее рациональных способов и средств реализации принятого решения.

План может быть детализирован в разной степени. Для одних людей характерно стремление все предусмотреть, спланировать каждый шаг, в то время как другие довольствуются самой общей схемой. Обычно детальнее разрабатывается план ближайших действий, более схематично или даже неопределенно намечается исполнение действий отдаленных. Спланированное действие не реализуется автоматически: чтобы решение перешло в действие, необходимо сознательное волевое усилие. Волевое усилие переживается как сознательное напряжение, находящее разрядку в волевом действии. В

настоящее время под **волевым усилием** понимают форму эмоционального стресса, мобилизующего внутренние ресурсы человека и создающего дополнительные мотивы к действию по достижению цели. Волевое усилие характеризуется количеством энергии, затраченной на выполнение целенаправленного действия или удержание от нежелательных поступков. Волевое усилие пронизывает все звенья волевого акта, начиная от осознания цели и заканчивая исполнением решения. В исполнительном звене, когда человек преодолевает не только внутренние, но и внешние трудности, оно становится доступнее для наблюдения.

Волевое усилие качественно отличается от усилия мышечного. В волевом усилии движения часто минимальны, а внутреннее напряжение может быть огромным и даже разрушительным для организма. Так, боец, остающийся на посту, несмотря на интенсивный обстрел неприятеля, может испытать сильное нервное потрясение. Конечно, нельзя утверждать, что мышечное усилие отсутствует абсолютно - человек может напрягать мышцы лица, сжимать кулаки и т.д., однако качественно оно отличается от содержания волевого усилия. В исследованиях установлено, что интенсивность волевого усилия зависит от следующих факторов:

1. Мировоззрения личности (так, например, совершенно различное отношение к смерти будет обуславливать различное поведение в бою японского самурая, русского гусара и воина, исповедующего ислам).
2. Моральной устойчивости. (Ответственные люди преодолевают значительные препятствия для достижения цели, в то время как безответственный человек обычно неспособен к напряжению.)
3. Наличия общественной значимости целей.
4. Установки по отношению к деятельности.
5. Уровня самоуправления и самоорганизации личности. (Люди, потратившие много усилий для развития своей воли, например спортсмены, фанатики и т.д., гораздо легче встречают внешние препятствия, чем лица, не занимавшиеся

самосовершенствованием.)

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что имеет исполнительный этап волевого действия? Аргументируйте.
2. Что такое намерение? Приведите примеры.
3. В настоящее время под волевым усилием понимают.... Продолжите мысль.
4. От каких факторов зависит интенсивность волевого усилия?
5. В каких случаях осознается чувство волевого усилия?

### **Волевые свойства личности.**

При помощи волевого усилия человек не уничтожает произвольной активности, а только изменяет ее форму или подавляет внешнее проявление. Поэтому воля - это еще и власть человека над собой, своими стремлениями, чувствами, страстями. **Воля** - это способность человека управлять собой, сознательно регулировать свое поведение и деятельность. В процессе реализации волевого действия, и особенно после исполнения, следует его оценка. Оценка действий может даваться с точки зрения социально-политической, моральной, эстетической и т.п., а может выражать обобщенное интегрированное отношение к поступку. В оценке отражено не только личное отношение, но и отношение к поступку референтной группы. Именно эта групповая оценка является наиболее действенной для коррекции поведения индивида.

Обобщенной характеристикой волевого действия является и **целеустремленность**. Под целеустремленностью понимают сознательную и активную направленность личности на определенный результат деятельности. Можно сказать, что целеустремленность является важнейшим мотивационно-волевым свойством личности, определяющим содержание и уровень развития всех других волевых качеств. Различают целеустремленность стратегическую, т.е. умение личности руководствоваться во всей своей жизнедеятельности определенными принципами и идеалами, и целеустремленность оперативную - умение ставить ясные цели для отдельных действий и не отключаться от них в

процесс исполнения. Целеустремленный человек имеет ясные личные цели и не разменивается на мелочи. Такие люди точно знают, чего хотят, куда идут, за что борются. Это люди - одержимые в лучшем смысле этого слова.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Воля - это еще и власть человека над собой, своими стремлениями, чувствами, страстями. Вы согласны с этим?
2. Что следует после исполнения волевого действия?
3. Что может выражать оценка волевого действия?
4. Воля как сознательная организация и саморегуляция позволяет человеку....  
Продолжите мысль.
5. Когда ярче всего проявляется сила воли?
6. Что является объективным показателем проявления силы воли?
7. Что является обобщенной характеристикой волевого действия?
8. Назовите и охарактеризуйте виды целеустремленности.
9. Какими качествами владеет целеустремленный человек?

### **Диагностика уровня развития воли и его воспитание**

#### **Проблема:**

- Для многих людей самым трудным является преодоление собственной инертности, изменение привычного течения дел, они не могут что-то предпринять сами, без стимуляции извне. Как вы думаете, что является причиной этого?
- Другая крайность семейного воспитания заключается в перегрузке детей непосильными заданиями, которые обычно не выполняются. Вы согласны с этим, и каков может следовать результат?
- Каждый момент жизнедеятельности ребенка может быть использован для закалки воли, состоящей в преодолении сиюминутных желаний, мешающих достижению стоящих перед ним задач. Приведите примеры.
- Трудовая деятельность невозможна без волевых усилий, преодоления препятствий. Ничто не является таким мощным механизмом формирования

воли человека, как трудовая деятельность. Поэтому чрезвычайно важно с самого детства предоставить ребенку условия для включения в настоящий производительный труд. Вы согласны с этим?

Рассматривая отдельные звенья волевого акта, можно заключить, что первый пусковой этап волевого действия во многом зависит от таких качеств, как **инициативность, самостоятельность, независимость.**

**Инициативность**, как правило, основывается на обилии и яркости новых идей, планов, богатом воображении. Для многих людей самым трудным является преодоление собственной инертности, изменение привычного течения дел, они не могут что-то предпринять сами, без стимуляции извне. Инициативность тесно связана с самостоятельностью.

**Самостоятельность** волевого акта проявляется в умении не поддаваться влиянию различных факторов, критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений. Самостоятельные люди без посторонней помощи видят проблему и, исходя из нее, ставят цель, не ожидая подсказок и указаний от других людей. Обычно такие люди активно отстаивают свою точку зрения, свое понимание задачи, цели и пути ее реализации. Инициативность, самостоятельность как волевые качества личности, с одной стороны, противостоят таким качествам, как внушаемость, податливость, инертность, но, с другой стороны, их надо отличать от негативизма, как немотивированной склонности поступать наперекор другим.

На этапе побуждения волевого действия нельзя не отметить и такое качество воли, как **выдержка.**

**Выдержка** позволяет затормозить действия, чувства, мысли, неадекватные ситуации. Особенно трудно удержаться от импульсивного действия в эмоционально напряженной обстановке. Сдержанный человек сумеет выбрать уровень активности, соответствующий условиям и оправданный обстоятельствами. В дальнейшем это обеспечит успех в



достижении поставленной цели. По сути дела, выдержка - это проявление тормозной функции воли.

Индивидуальным параметром, характеризующим особенности этапа борьбы мотивов и принятия решения, является **решительность** - умение принимать и претворять в жизнь быстрые, обоснованные и твердые решения.

**Решительность** проявляется и в выборе доминирующего мотива, и в выборе правильных действий, и в выборе адекватных средств достижения цели. Внешне решительность проявляется в отсутствии колебаний и может казаться, что решительный человек легко и свободно выбирает цель. Однако это не так. Решительные люди всесторонне и глубоко обдумывают цели действия, способы их достижения, переживая сложную внутреннюю борьбу, столкновение мотивов. Однако к нужному сроку все переживания отбрасываются, и своевременно принимается правильное решение.

Важнейшей характеристикой исполнительного этапа являются **энергичность** и **настойчивость**. Энергичные люди могут сконцентрировать все свои силы на достижение целей. Однако нередко энергичность наблюдается лишь на начальных этапах выполнения действия, а в тех случаях, когда требуются длительные усилия, энергичность прогрессивно уменьшается и проявляется слабо. Поэтому подлинно ценным качеством энергичность становится, лишь соединившись с настойчивостью.

**Настойчивость** - умение постоянно и длительно преследовать цель, не снижая энергии в борьбе с трудностями. Настойчивый человек способен найти в окружающих условиях именно то, что поможет достижению цели. Настойчивые люди не останавливаются перед неудачами, не поддаются сомнениям, не обращают внимание на упреки или противодействие других людей.

Существенную роль в выполнении принятого решения играют **самоконтроль** и **самооценка**. Принятые цели лишь тогда будут реализованы, когда личность контролирует свою деятельность. В противном случае

обязательства и конкретное поведение резко расходятся. В процессе достижения цели самоконтроль обеспечивает господство высших мотивов над низшими, общих принципов - над мгновенными импульсами и минутными желаниями, пренебрежение - над усталостью и т.д. Однако в зависимости от самооценки проявление и адекватность контроля существенно изменяются. Так, отрицательная самооценка ведет к тому, что человек будет преувеличивать свои отрицательные черты, потеряет веру в себя и совсем откажется от деятельности. Положительное отношение к себе может привести к тому, что самоконтроль превратится в самолюбование.

Когда люди склонны приписывать причины своего поведения и свои деяния внешним факторам (сложившимся обстоятельствам, случаю, судьбе и т.д.), говорят о **внешней, экстернальной, локализации контроля**. Школьники с таким типом контроля легко находят объяснение своим неудовлетворительным отметкам. (“Учитель не дал задание, а сам спрашивал”, “Дома не было света”, “Мне неверно подсказали” и т.д.) В исследованиях показано, что для лиц с экстернальной локализацией контроля характерна неуверенность в своих способностях, неуравновешенность, стремление откладывать реализацию своих намерений на неопределенный срок, безответственность, тревожность, подозрительность, агрессивность, конформность.

Учащиеся с **внутренней, интернальной локализацией контроля**, как правило, принимают ответственность за свои деяния на себя. Получив плохую отметку, такой школьник видит причину неудачи в своих способностях, характере и т.п. (“Задание было очень скучным, и я его не сделал до конца”, “Я забыл...,” и т.д.). Выявлено, что люди, обладающие внутренней локализацией контроля, увереннее в себе, последовательней и настойчивей в достижении поставленной цели, они склонны к самоанализу, уравновешенны, общительны, доброжелательны, независимы и т.д.

Следует отметить, что воля человека характеризуется и многими другими

свойствами, такими, как **мужество, организованность, дисциплинированность, деловитость,** и т.д., но все они являются производными рассмотренных выше волевых качеств.

Большинство отрицательных волевых качеств синтезируется в житейском понятии лень. У ленивого человека могут отсутствовать как соответствующие побуждения к деятельности, так и способность реализовать их на практике.

Все волевые качества формируются на протяжении жизни и деятельности человека, и особенно важным этапом в волевом развитии является детский возраст. Как и все психические процессы, воля развивается не сама по себе, а в связи с общим развитием личности. Рассматривая основные факторы, обеспечивающие формирование волевых качеств личности в детском возрасте, следует, прежде всего, отметить роль семейного домашнего воспитания.

Основа воспитания воли лежит в систематическом преодолении трудностей в повседневной, обыденной жизни. Каждый момент жизнедеятельности ребенка может быть использован для закалки воли, состоящей в преодолении сиюминутных желаний, мешающих достижению стоящих перед ним задач.

Большая роль в развитии воли принадлежит физическому воспитанию, так как, с одной стороны, люди бывают безвольными в связи с отсутствием у них достаточного запаса сил к преодолению препятствий, а с другой - физические упражнения, соревнование с другими позволяют выработать навыки преодоления трудностей.

Огромное место в деле воспитания воли ребенка принадлежит детскому коллективу. По сути дела, дошкольное воспитание как начальная ступень общественного воспитания ребенка впервые систематически формирует волю ребенка именно потому, что общественная, коллективная подготовка развития позволяет воздействовать на ребенка волей других и стимулировать его собственную волю организацией его воздействия на других в процессе коллективной игры и совместной жизни и деятельности. Сверстники имеют

достаточно средств побуждения ребенка к большей настойчивости, стойкости, решительности, разоблачения проявлений малодушия, трусости.

Наконец, необходимо особо подчеркнуть значение деятельности в развитии воли ребенка. Трудовая деятельность невозможна без волевых усилий, преодоления препятствий. Ничто не является таким мощным механизмом формирования воли человека, как трудовая деятельность. Поэтому чрезвычайно важно с самого детства предоставить ребенку условия для включения в настоящий производительный труд.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. От чего во многом зависит первый пусковой этап волевого действия?
2. На что основывается инициативность?
3. С чем тесно связана инициативность?
4. В каких случаях волевого акта проявляется самостоятельность?
5. Чем отличаются самостоятельные люди от других?
6. К каким качествам противостоят инициативность, самостоятельность как волевые качества личности?
7. На этапе побуждения волевого действия, какую роль играет выдержка?
8. Как себя проявляет сдержанный человек?
9. Какое волевое качество является индивидуальным параметром?
10. В каких ситуациях проявляется решительность?
11. Что является важнейшей характеристикой исполнительного этапа?
12. На что могут сконцентрировать все свои силы энергичные люди?
13. Дайте характеристику настойчивости?

### **5-МОДУЛ. ЛИЧНОСТЬ И ЕГО СВОЙСТВА**

#### **15-ТЕМА: ЛИЧНОСТЬ. ГРУППА И КОЛЛЕКТИВ**

#### **Основные вопросы:**

1. Понятие о личности. Индивид, личность, индивидуальность.
2. Структура личности. Деятельность личности и его направления.
3. Мотивационная - потребностная сфера личности.

4. Направленность, самосознание и психологическая защита личности.
5. Понятие о личности и группах
6. Проблемы малых групп в психологии.
7. Понятие о лидерах.
8. Межличностные отношения в группах. Методы управления группой.

**Ключевые слова и основные понятия:** референтная группа, агрегация, официальная, неофициальная группа, психологическая совместимость, конформизм, социометрия, индивид, индивидуальность, биологические факторы, личность, социальные факторы, установки, интересы, направленность личности, биогенетические и социогенетические концепции, самосознание личности, образ “Я”, когнитивная, эмоционально-оценочная, поведенческая подструктура .

**Человек: индивид, личность, индивидуальность.**

**Проблемы:**

- Можно ли назвать новорожденного ребёнка индивидом?
- Возможно ли формирования личности, в отдельности от общества?
- Чем отличается понятие “личность” от понятий “человек”, “индивид” и “индивидуальность”? Или, по-вашему, они тождественны?
- Можно ли подвести под определение личности, данное Немовым, любого индивида, в том числе умалишённого или новорождённого.

В понятии **индивид** выражена родовая принадлежность человека, т.е. любой человек - это индивид. Но, появляясь на свет, как индивид, человек приобретает особое социальное качество, он становится личностью. Понять, что такое личность, можно только через изучение реальных общественных связей и отношений, в которые вступает человек. Общественная природа личности всегда имеет конкретное историческое содержание. Именно из конкретных социально-исторических отношений человека нужно выводить не только общие условия развития, но и исторически конкретную сущность личности. Специфика общественных условий жизни и образа деятельности

человека определяет особенности его индивидуальных признаков и свойств. Все люди принимают определенные психические черты, взгляды, обычаи и чувства своего общества, того общества, к которому они принадлежат.

Человеческий индивид рождается с определенным набором биологических свойств и физиологических механизмов, которые и выступают в роли такой основы. Вся генетически закреплённая система свойств и механизмов является общей исходной предпосылкой дальнейшего развития индивида, обеспечивает универсальную его готовность к развитию, в том числе и к психическому.

Развитие организма происходит на протяжении всей жизни индивида, т.е. всегда эти свойства и механизмы выполняют функцию общей предпосылки психического развития: биологическая детерминанта действует в течение всей жизни индивида, хотя в разные периоды эта роль различна.

В психологии сейчас накоплено немало данных, раскрывающих особенности ощущений, восприятия, памяти, мышления и т.д. в разные периоды развития индивида. Показательно, что эти психические процессы развиваются в деятельности и общении с другими людьми. Между тем без изучения того, как изменяется биологическое обеспечение развивающихся психических процессов, трудно выявить законы, управляющие психическим развитием человека. Не изучая биологическое развитие организма, трудно понять и действительные законы психических процессов. Речь идет о развитии той самой высокоорганизованной материи, свойством которой является психика.

**Личностью** в психологии обозначается системное социальное качество, приобретаемое индивидом в предметной деятельности и общении и характеризующее уровень и качество представленности общественных отношений в индивиде. Личность воплощает в себе систему отношений, общественных по своей природе, которые вмещаются в сферу бытия индивида как его системное (внутренне расчлененное, сложное) качество.

Только анализ отношения “индивид-общество” позволяет раскрыть основания свойств человека как личности. Чтобы понять основания, на которых формируются те или иные свойства личности, нужно рассмотреть ее жизнь в обществе, ее движение в системе общественных отношений. Включенность индивида в те или иные общности определяет содержание и характер выполняемых ими деятельности, круг и способы общения с другими людьми, т.е. особенности его социального бытия, образа жизни.

Личность каждого человека наделена только ей присущим сочетанием черт и особенностей, образующих ее *индивидуальность* - сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, его отличие от других людей. Индивидуальность проявляется в чертах характера, темперамента, привычках, преобладающих интересах, в качествах познавательных процессов, в способностях, индивидуальном стиле деятельности. Индивидуальные особенности человека до известного времени никак не проявляются, пока они не станут необходимыми в системе межличностных отношений, субъектом которых выступит данный человек как личность. Итак, индивидуальность - лишь одна из сторон личности человека.

В широком плане **личность человека** является интегральной целостностью биогенных, социогенных и психогенных элементов.

*Биологическая основа личности* охватывает нервную систему, систему желез, процессы обмена веществ (голод, жажда, половой импульс), половые различия, анатомические особенности, процессы созревания и развития организма.

*Социальное «измерение» личности* обуславливается влиянием культуры и структуры общностей, в которых человек был воспитан и в которых он участвует. Важнейшими социогенными слагаемыми личности являются социальные роли, выполняемые ею в различных общностях (семье, школе, группе ровесников), а также субъективное «Я», то есть созданное под влиянием воздействия других представление о собственной особе, и

отраженное «Я», то есть комплекс представлений о себе, созданных из представлений других людей о нас самих.

В современной психологии нет единого понимания личности. Однако большинство исследователей считает, что личность есть прижизненно формирующаяся и индивидуально своеобразная совокупность черт, определяющих образ (стиль) мышления данного человека, строй ее чувств и поведения. В основе личности лежит ее структура - связь и взаимодействие относительно устойчивых компонентов (сторон) личности: способностей, темперамента, характера, волевых качеств, эмоций и мотивации.

Способности человека определяют его успехи в различных видах деятельности. От темперамента зависят реакции человека на окружающий мир - других людей, обстоятельства жизни и т. п. Характер человека определяет его поступки в отношении других людей. Волевые качества характеризуют стремление человека к достижению поставленных целей. Эмоции и мотивация - это, соответственно, переживания людей и побуждения к деятельности и общению.

Уже в 1734 г. немецкий философ Христиан Вольф дал дефиницию личности следующим образом: "То, что сохраняет воспоминания о самом себе и воспринимает себя, как одного и того же и раньше, и теперь". Эту традицию понимания личности продолжил американский психолог и философ Уильям Джемс, который трактовал личность, как сумму всего, что человек может назвать своим. В этих определениях понятие личности становится тождественным понятию самосознания, поэтому более обосновано определение личности через социальные взаимоотношения. При таком подходе личность предстает как система социального поведения индивида. Стержневым образованием личности является самооценка, которая строится на оценках индивида другими людьми и его оценивании этих других. При этом особое значение придается идентификации личности. Модель личности, развиваемая в глубинной психологии, прежде всего в



психоанализе (З. Фрейд, А. Адлер, Г. Салливен, Э. Фромм, К. Хорни), ориентирована на объяснение внутриспсихологических процессов при обращении по преимуществу к понятиям структуры и динамики "внутреннего конфликта". Наоборот, модель личности, разработанная в бихевиоризме, основана на внешне наблюдаемом поведении, на действиях и взаимодействиях с другими людьми в актуальной ситуации (ситуационизм, интеракционизм). В современном бихевиоризме личность понимается как система генерированных форм поведения, которые образуются на основе ситуационно-специфического поведения (теория социального научения Роттера). В рамках гуманистической психологии личность рассматривается прежде всего как принимающая ответственные решения (имплицитная теория личности, теория самоактуализирующейся личности).

В психологии личность определяется как продукт исторического развития индивида, прежде всего в рамках совместной трудовой деятельности (А. Валлон, И. Мейерсон, Ж. Политцер, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев). В частности, у А.Н. Леонтьева личность рассматривается как создаваемая общественными отношениями, в которые субъект вступает в рамках своей деятельности. При этом отдельные деятельности субъекта, представленные, прежде всего своими мотивами, вступают между собой в иерархию отношений, образуя так называемую иерархию мотивов. В концепции А.В. Петровского тип развития личности определяется через тип группы, в которую она включена и в которой она интегрирована; собственно личностная активность представляет собой стремление выйти за пределы привычного и действовать за границами требований ситуации или ролей.

С.Л. Рубинштейн (1946) выделял следующие составляющие личности:

1. Направленность (установки, интересы, потребности).
2. Способности.
3. Темперамент.

В классификации свойств личности В.С. Мерлина (1967), основанной на определении доминирования или природного, или социального начала, представлены следующие уровни:

Свойства индивида (темперамент и индивидуальные особенности психических процессов).

Свойства индивидуальности (мотивы, отношения, характер, способности). В современных исследованиях структуры личности - наряду с проверкой экспериментальных гипотез, в которых определяется роль конкретных факторов, влияющих на личностные переменные, - большая роль отводится факторно-аналитическим стратегиям (трехфакторная теория личности, модель большой пятерки).

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Человек на свет рождается уже человеком. Можно ли сказать то же о личности?
2. Назовите признаки, характеризующие человека, как личность?
3. Докажите, что личность всегда является субъектом общественных отношений.
4. По какой причине понятие “личность” не может быть отождествлено с понятием “индивидуальность”?
5. Входят ли в структуру личности какие-либо природные свойства человека?
6. Яркая индивидуальность, всегда ли благо для общества?
7. Как вы аргументируете утверждение, что врождённые свойства организма представляют собой одно из внутренних условий формирования личности?

### **Мотивационно-потребностная сфера личности**

#### **Проблемы:**

- Мотив - это то, что, отражаясь в сознании человека, побуждает его к деятельности, направляя ее на удовлетворение определенной потребности. Исходя из этого определения, скажите, могут ли мотивы воздействовать на человека отрицательно?

- Как вы докажете многомерный и многоуровневый характер мотивов.
- Можно ли считать потребности и мотивы учащихся вескими обоснованиями для характеристики их личности?

В психологии сложилось следующее определение мотива:

**Мотив** - это то, что, отражаясь в сознании человека, побуждает его к деятельности, направляя ее на удовлетворение определенной потребности. В общем виде мотив есть отражение потребности, которая действует как объективная закономерность, выступает как объективная необходимость.

**Мотивация** есть специфический вид психической регуляции поведения и деятельности. Таким образом, в наиболее широком смысле мотивация определяем поведение.

**Мотив** является не просто одной из составляющих деятельности, а выступает в качестве компонента сложной системы - мотивационной сферы личности.

Под **мотивационной сферой личности** понимается вся совокупность ее мотивов, которые формируются и развиваются в течение ее жизни. В целом эта сфера динамична и развивается в зависимости от обстоятельств. Но некоторые мотивы относительно устойчивы и, доминируя, образуют как бы стержень всей сферы (в них проявляется направленность личности).

Изучая зависимости мотивационной сферы личности, важно иметь в виду, что они имеют многомерный и многоуровневый характер, не только непосредственные, но и опосредствованные контакты. В процессе развития в обществе индивид как бы выходит за пределы непосредственных связей с другими людьми, а его мотивационная сфера начинает формироваться под существенным влиянием жизни общества: идеологии, политики, этики и т.п. Огромную роль в формировании мотивационной сферы играют общественные институты. На эмпирическом уровне психологического анализа речь должна идти, прежде всего, о тех общностях людей, к которым принадлежит данный конкретный индивид. Принадлежность к общности

является одной из важнейших детерминант мотивационной сферы личности. Так как любой индивид принадлежит ряду общностей, а в процессе его развития число общностей, в которые он включается, изменяется, естественно, изменяется и его мотивационная сфера. Во множестве мотивов индивида отражаются потребности, свойственные различным общностям, в которые он включен.

Среди неосознаваемых побуждений личности лучше всего изучены установки. Установкой в психологии обозначается неосознаваемое личностью состояние готовности, предрасположенности к деятельности, с помощью которой может быть удовлетворена та или иная потребность.

**Установка** - это готовность, предрасположенность определенным образом воспринять, понять, осмыслить объект или действовать с ним в соответствии с прошлым опытом. Установки по отношению к различным фактам общественной жизни могут быть позитивными и негативными, принимающими характер предубеждения. Психологическими исследованиями в структуре установки выделены три составляющие (подструктуры).

**Когнитивная** (от лат. *cogito* - “познание”) **подструктура** есть образ того, что готов познать и воспринять человек;

**Эмоционально-оценочная подструктура** есть комплекс симпатий и антипатий к объекту установки;

**Поведенческая подструктура** - готовность определенным образом действовать в отношении объекта установки, осуществлять волевые усилия. К неосознаваемым мотивам относятся также влечения, которые определяются как неопредмеченное побуждение.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Чем является мотив? Какую функцию выполняет он в деятельности человека?
2. Что в психологии понимается под мотивационной сферой личности?
3. Как называется готовность, предрасположенность определенным образом

воспринять, понять, осмыслить объект или действовать с ним в соответствии с прошлым опытом?

4. Назовите три вида подструктуры установки.

5. Что собой представляет когнитивная подструктура? Приведите примеры.

6. Раскройте суть эмоционально-оценочной и поведенческой подструктуры.

7. Какая форма направленности относится к неосознаваемым мотивам?

8. Почему человек часто не осознает (или осознает неполно) истинные причины или побуждения к совершению определенных поступков?

## **Направленность, самосознание и психологическая защита личности**

### **Проблемы:**

- В чём заключается источник жизненных энергий человека?
- Могут ли интересы определить направленности личности? Аргументируйте своё мнение.
- Как вы думаете, мировоззрения могут повлиять на определение статуса личности?

Совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличных ситуаций, называется направленностью личности человека. Направленность личности всегда социально обусловлена и формируется путем воспитания.

**Направленность** - это установки, ставшие свойствами личности. Направленность включает несколько связанных иерархически форм: влечение и желание, стремление и интерес, склонность и идеал, мировоззрение и убеждение. Все формы направленности личности вместе с тем являются мотивами ее деятельности.

Кратко охарактеризуем каждую из выделенных форм направленности:

- 1) влечение - наиболее примитивная биологическая форма направленности;
- 2) желание - осознанная потребность и влечение к чему-либо вполне определенному;

- 3) стремление - возникает при включении в структуру желания волевого компонента;
- 4) интерес - познавательная форма направленности на предметы;
- 5) при включении в интерес волевого компонента он становится склонностью;
- 6) конкретизируемая в образе или представлении предметная цель склонности есть идеал;
- 7) мировоззрение - система философских, эстетических, этических, естественнонаучных и других взглядов на окружающий мир;
- 8) убеждение - высшая форма направленности - это система мотивов личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением.

Мотивы могут быть в большей или меньшей мере осознанными или совсем не осознаваемыми. Основная роль направленности личности принадлежит осознанным мотивам. Необходимо заметить, что потребностно-мотивационная сфера характеризует направленность личности лишь частично, является как бы исходным ее звеном, фундаментом. На этом фундаменте формируются жизненные цели личности. Жизненная цель выступает в качестве общего интегратора всех частных целей, связанных с отдельными деятельностями. Реализация каждой из них есть вместе с тем частичная реализация общей жизненной цели личности. С жизненными целями связан уровень достижений личности. В жизненных целях личности находит выражение сознаваемая ею “концепция собственного будущего”. Осознание человеком не только цели, но и реальности ее осуществления рассматривается как перспектива личности.

Состояние расстройства, подавленности, противоположное переживаниям, свойственным человеку, осознающему перспективу, называется **фрустрацией**. Она возникает в тех случаях, когда человек на пути к достижению цели сталкивается с реально непреодолимыми препятствиями,

барьерами, или когда они воспринимаются как таковые. Необходимыми признаками фрустрирующей ситуации является ярко выраженная мотивированность достижения цели (удовлетворения потребности) и возникновение преграды, препятствующей этому достижению. Выделяют следующие виды фрустрационного поведения:

- а) двигательное возбуждение - бесцельные и неупорядоченные реакции;
- б) апатия;
- в) агрессия и деструкция;
- г) стереотипия - тенденция к слепому повторению фиксированного поведения;
- д) регрессия, которая понимается либо “как обращение к поведенческим моделям, доминировавшим в более ранние периоды жизни “индивида”, либо как “примитивация” поведения, проявляющаяся в падении “конструктивности” поведения.

**Самосознание личности.** Интерес человека к себе, к своему “Я”, издавна был предметом особого внимания. И кто знает, может быть, из этого интереса и возникла сама психология как наука. Внутренний мир личности, ее самосознание всегда были в центре внимания не только философов, ученых, но и писателей и художников. Поведение человека всегда, так или иначе, сочетается с его представлением о себе (“образ “Я””) и с тем, каким он хотел бы быть. Изучение свойств самосознания адекватности самооценок, структуры и функций “образа “Я”” представляет не только теоретический, но и практический интерес в связи с формированием жизненной позиции личности.

Проблема самосознания человека чрезмерно сложна. Каждый человек имеет множество образов своего “Я”, существующих в разных ракурсах: каким воспринимает себя сам человек в настоящий момент, каким он мыслит идеал своего “Я”, каким это “Я” выглядит в глазах других людей и т.д. Будучи субъектом познания, человек, вместе с тем выступает и как объект для

самого себя.

Что же такое самосознание? Один из самых авторитетных исследователей феномена самосознания И.О.Кон дает следующее определение: *“Совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности, называется самосознанием, а его представления о самом себе складываются в определенный “образ “Я””*

**“Я”** - это регулятивный принцип психической жизни, сам о контролирующая сила духа; это все, чем мы являемся и для мира, и для других людей в своей сущности и прежде всего для самих себя в своем самосознании, само оценке и самопознании. “Я” предполагает знание и отношение к объективной реальности, и постоянное ощущение в ней самого себя”.

“Образ “Я”” - это не просто отражение в форме представления или понятия, а асоциальная установка, отношение личности к самой себе, которое включает три компонента: 1) познавательный (когнитивный) - знание себя; 2) эмоциональный, (оценка своих качеств); 3) поведенческий (практическое отношение к себе).

**Психологическая защита личности.** В каждодневной жизни человека часто встречаются ситуации, когда имеющаяся потребность по каким-либо причинам не может быть удовлетворена, т.е. отсутствует возможность ее удовлетворения. В таких случаях поведение регулируется с помощью механизмов психологической защиты. Психологическая защита определяется как нормальный механизм, направленный на предупреждение расстройств поведения. Такого рода психическая деятельность реализуется в форме специфических приемов переработки информации, которые позволяют сохранять достаточный уровень самоуважения в условиях эмоционального конфликта.

Механизм психологической защиты связан с реорганизацией системы



внутренних ценностей личности, изменением ее иерархии, направленной на снижение уровня субъективной значимости соответствующего переживания с тем, чтобы свести к минимуму психологически травмирующие моменты.

Защитные механизмы начинают свое действие, когда достижение цели нормальным способом невозможно или когда человек полагает, что оно невозможно. К механизмам психологической защиты обычно относят отрицание, вытеснение, проекцию, идентификацию, рационализацию, замещение, отчуждение и некоторые другие.

**Отрицание** сводится к тому, что информация, которая тревожит и может привести к конфликту, не воспринимается. Имеется в виду конфликт, возникающий при появлении мотивов, противоречащих основным установкам личности, или информации, которая угрожает самосохранению, престижу, самооценке. Этот способ защиты характеризуется заметным искажением восприятия действительности. Отрицание формируется еще в детском возрасте и зачастую не позволяет человеку адекватно оценивать происходящее вокруг, что в свою очередь вызывает затруднения в поведении.

**Вытеснение** - наиболее универсальный способ избавления от внутреннего конфликта путем активного выключения из сознания неприемлемого мотива или неприятной информации. Ущемленное самолюбие, задетая гордость и обида могут порождать декларирование ложных мотивов своих поступков, чтобы скрыть истинные не только от других, но и от себя. Истинные, но неприятные мотивы вытесняются с тем, чтобы их заместили другие, приемлемые с точки зрения социального окружения и потому не вызывающие стыда и угрызений совести.

**Ложный мотив** в этом случае может быть опасен тем, что позволяет прикрывать общественно приемлемой аргументацией личные эгоистические устремления. Интересно, что быстрее всего вытесняется и забывается человеком не то плохое, что ему сделали люди, а то плохое, что он причинил себе или другим. Неблагодарность связана с вытеснением, все разновидности

зависти и бесчисленные компоненты комплексов собственной неполноценности вытесняются с огромной силой. Важно, что человек не делает вид, а действительно забывает нежелательную, травмирующую его информацию, она полностью вытесняется из его памяти.

**Проекция** - бессознательный перенос на другое лицо, приписывание собственных чувств, желаний и влечений, в которых человек не хочет себе признаться, понимая их социальную неприемлемость. Например, когда человек по отношению к кому-то проявил агрессию, у него нередко возникает тенденция понизить привлекательные качества пострадавшего.

**Идентификация** - бессознательный перенос на себя чувств и качеств, присущих другому человеку и недоступных, но желательных для себя. У детей - это простейший механизм усвоения норм социального поведения и этических ценностей. Так, мальчик бессознательно старается походить на отца и тем самым заслужить его любовь и уважение. В широком смысле идентификация - это неосознаваемое следование образцам, идеалам, позволяющее преодолеть собственную слабость и чувство неполноценности.

**Рационализация** - псевдоразумное объяснение человеком своих желаний, поступков, в действительности вызванных причинами, признание которых грозило бы потерей самоуважения. Рационализация используется человеком в тех особых случаях, когда он, страшась осознать ситуацию, пытается скрыть от себя тот факт, что его действия побуждаются мотивами, находящимися в конфликте с его собственными нравственными стандартами.

**Замещение** - перенос действия, направленного на недоступный объект, на действие с доступным объектом. Замещение разряжает напряжение, созданное недоступной потребностью, но не приводит к желаемой цели. Когда человеку не удастся выполнить действие, необходимое для достижения поставленной перед ним цели, он иногда совершает первое попавшееся бессмысленное движение, дающее какую-то разрядку внутреннему напряжению. Замещающая деятельность может отличаться от исходной

переводом активности в иной план, например, из практического осуществления в мир фантазии.

**Изоляция, или отчуждение** - обособление внутри сознания травмирующих человека факторов. При этом неприятные эмоции блокируются сознанием, так что связь между каким-то событием и его эмоциональной окраской в нем не отражается. Этот вид защиты напоминает синдром отчуждения, для которого характерно чувство утраты эмоциональной связи с другими людьми, ранее значимыми событиями или собственными переживаниями, хотя их реальность и осознается.

В целом важно знать, что воздействие психологической защиты может способствовать сохранению внутреннего комфорта человека, даже при нарушении им социальных норм и запретов, поскольку, снижая действенность социального контроля, она создает почву для самооправдания.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Кратко охарактеризуйте каждую из выделенных форм направленности.
2. Чем обусловлена направленность личности и как формируется.
3. Полно ли характеризует потребностно-мотивационная сфера направленность личности?
4. Аргументируйте факт, что поведение человека всегда, так или иначе, сочетается с его представлением о себе ("образ "Я"").
5. Кто из самых авторитетных исследователей человеческой личности даёт определения самосознания?
6. Что такое фрустрация? Дайте определение видам фрустрационного поведения.
7. Что же такое самосознание? Дайте его научное определение.
8. Какую роль играет самосознание в жизнедеятельности личности?
9. Когда защитные механизмы начинают свое действие и что относится к ним? Классифицируйте механизмы психологической защиты и дайте определение каждой.

## Понятие о личности и группах

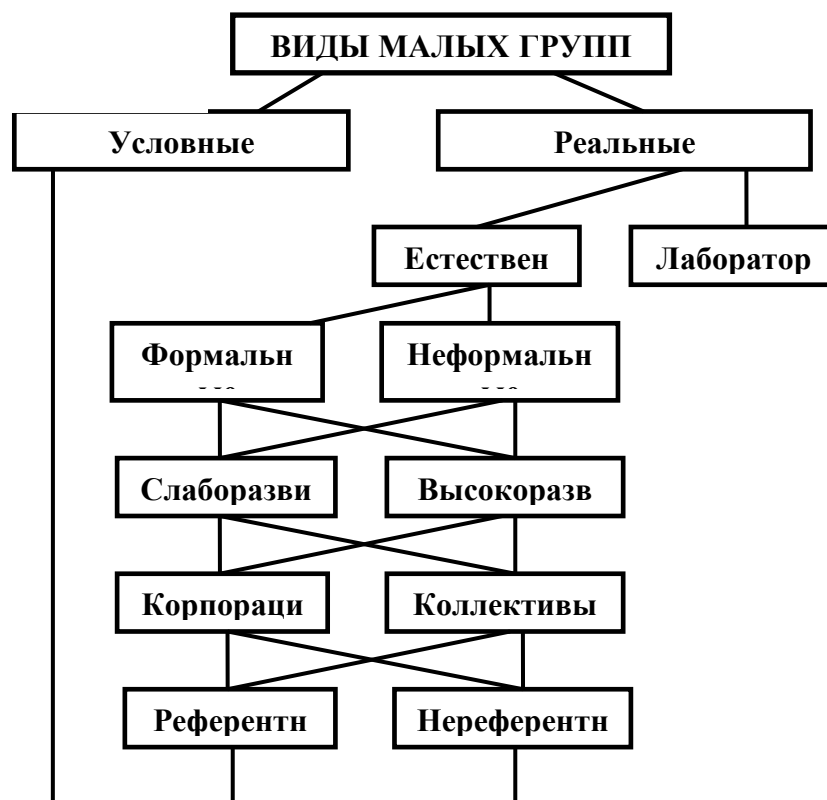
Психология и поведение отдельного человека как личности существенно зависят от социальной среды. Последняя представляет собой сложно устроенное общество, в котором люди объединены друг с другом в многочисленные, разнообразные, более или менее устойчивые соединения, называемые *группами*. Среди таких групп можно выделить большие и малые. *Большие* представлены государствами, нациями, народностями, партиями, классами, другими социальными общностями, выделяемыми по профессиональным, экономическим, религиозным, культурным, образовательным, возрастным, половым и другим всевозможным признакам. Через эти группы опосредованно осуществляется воздействие идеологии общества на психологию составляющих их людей.

Непосредственным проводником влияния общества и больших социальных групп на индивида является *малая группа*. Она представляет собой небольшое объединение людей (от 2—3 до 20—30 человек), занятых каким-либо общим делом и находящихся в прямых взаимоотношениях друг с другом. Малая группа представляет собой элементарную ячейку общества. В ней человек проводит большую часть своей жизни. Известный тезис о зависимости психологии и поведения личности от социальной среды правильнее было бы сформулировать как мысль о зависимости личности от психологии и отношений, существующих в малых группах. Примерами малых групп, наиболее значимых для человека, являются семья, школьный класс, трудовой коллектив, объединения близких друзей, приятелей и т.п.

Малую группу характеризует психологическая и поведенческая общность ее членов, которая выделяет и обособляет группу, делает ее относительно автономным социально-психологическим образованием. Эта общность может обнаруживаться по разным характеристикам — от чисто внешних (например, территориальная общность людей как соседей) до достаточно глубоких внутренних (например, члены одной семьи). Мера

психологической общности определяет сплоченность группы — одну из основных характеристик уровня ее социально-психологического развития.

Малые группы могут быть разными по величине, по характеру и структуре отношений, существующих между их членами, по индивидуальному составу, особенностям ценностей, норм и правил взаимоотношений, разделяемых участниками, межличностным отношениям, целям и содержанию деятельности. Количественный состав группы на языке науки называется ее размером, индивидуальный — композицией. Структуру межличностного общения, или обмена деловой и личностной информацией, именуют *каналами коммуникаций*, нравственно-эмоциональный тон межличностных отношений — *психологическим климатом группы*. Общие правила поведения, которых придерживаются члены группы, называют *групповыми нормами*. Все перечисленные характеристики представляют собой основные параметры, по которым выделяют, разделяют и изучают малые группы в социальной психологии. Рассмотрим классификацию малых групп (рис. 1).



### Рис. 1. Классификация малых групп.

**Условные или номинальные** — это группы, которые объединяют людей, не входящих в состав ни одной малой группы. Иногда выделение таких групп необходимо в исследовательских целях, чтобы сравнить результаты, полученные в реальных группах, с теми, которые характеризуют случайное объединение людей, не имеющих ни постоянных контактов друг с другом, ни общей цели.

В противоположность номинальным группам выделяются **реальные**. Они представляют собой действительно существующие объединения людей, полностью отвечающие определению малой группы.

**Естественными** называют группы, которые складываются сами по себе, независимо от желания экспериментатора. Они возникают и существуют, исходя из потребностей общества или включенных в эти группы людей. В отличие от них **лабораторные** группы создаются экспериментатором с целью проведения какого-либо научного исследования, проверки выдвинутой гипотезы. Они столь же действенны, как и другие группы, но существуют временно — только в лаборатории.

Условные, или номинальные, группы представляют собой искусственно выделяемые исследователем объединения людей. В отличие от них все остальные виды групп реально существуют в обществе и достаточно широко в нем представлены среди людей разных профессий, возрастов, социальной принадлежности.

Естественные группы делятся на

- **формальные и неформальные**, другое название —
- **официальные и неофициальные**.

Первых отличает то, что они создаются и существуют лишь в рамках официально признанных организаций, вторые возникают и действуют как бы вне рамок этих организаций (сравните, к примеру, школьный класс как официальную малую группу и неформальное молодежное объединение как

неофициальную группу). Цели, преследуемые официальными группами, задаются извне на основе задач, стоящих перед организацией, в которую данная группа включена. Цели неофициальных групп обычно возникают и существуют на базе личных интересов их участников, могут совпадать и расходиться с целями официальных организаций.

Малые группы могут быть **референтными и нереферентными**. Референтная — это любая реальная или условная (номинальная) малая группа, к которой человек добровольно себя причисляет или членом которой он хотел бы стать. В референтной группе индивид находит для себя образцы для подражания. Ее цели и ценности, нормы и формы поведения, мысли и чувства, суждения и мнения становятся для него значимыми образцами для подражания и следования. Нереферентной считается такая малая группа, психология и поведение которой чужды для индивида или безразличны для него. Кроме этих двух типов групп, могут существовать и **антиреферентные** группы, поведение и психологию членов которых человек совершенно не приемлет, осуждает и отвергает.

Все естественные группы можно разделить на **высокоразвитые и слаборазвитые**. Слаборазвитые малые группы характеризуются тем, что в них нет достаточной психологической общности, налаженных деловых и личных взаимоотношений, сложившейся структуры взаимодействия, четкого распределения обязанностей, признанных лидеров, эффективной совместной работы. Вторые представляют собой социально-психологические общности, отвечающие всем перечисленным выше требованиям. Слаборазвитыми по определению являются, например, условные и лабораторные группы (последние часто лишь на первых этапах их функционирования).

Среди высокоразвитых малых групп особо выделяются коллективы. Психология развитого коллектива характеризуется тем, что деятельность, ради которой он создан и которой на практике занимается, имеет, несомненно, положительное значение для очень многих людей, не только для

членов данного коллектива. В коллективе межличностные отношения основаны на взаимном доверии людей, открытости, честности, порядочности, взаимном уважении и т.п.

Для того чтобы назвать малую группу коллективом, она должна соответствовать ряду весьма высоких требований: успешно справляться с возложенными на нее задачами (быть эффективной в отношении основной для нее деятельности), иметь высокую мораль, хорошие человеческие отношения, создавать для каждого своего члена возможность развития как личности, быть способной к творчеству, т.е. как группа давать людям больше, чем может дать сумма того же количества индивидов, работающих в отдельности.

Психологически развитой как коллектив считается такая малая группа, в которой сложилась дифференцированная система различных деловых и личных взаимоотношений, строящихся на высокой нравственной основе. Такие отношения можно назвать коллективистскими.

Что же такое коллективистские отношения? Они определяются через понятия нравственности, ответственности, открытости, коллективизма, контактности, организованности, эффективности и информированности. Под *нравственностью* имеется в виду построение внутриколлективных и внеколлективных отношений на нормах и ценностях общечеловеческой морали.

**Ответственность** трактуется как добровольное принятие коллективом на себя моральных и других обязательств перед обществом за судьбу каждого человека независимо от того, является он членом данного коллектива или нет. Ответственность также проявляется в том, что члены коллектива свои слова подтверждают делом, требовательны к себе и друг к другу, объективно оценивают свои успехи и неудачи, никогда не бросают начатое дело на полпути, сознательно подчиняются дисциплине, интересы



других людей ставят не ниже своих собственных, по-хозяйски относятся к общественному добру.

Под **открытостью** коллектива понимается способность устанавливать и поддерживать хорошие, строящиеся на коллективистской основе взаимоотношения с другими коллективами или их представителями, а также с новичками в своем коллективе. На практике открытость коллектива проявляется в оказании разносторонней помощи другим коллективам, не членам коллектива. Открытость является одной из важнейших характеристик, по которой можно отличить коллектив от внешне похожих на него социальных объединений.

Понятие **коллективизма** включает в себя постоянную заботу членов коллектива о его успехах, стремление противостоять тому, что разобщает, разрушает коллектив. Коллективизм — это также развитие добрых традиций, уверенности каждого в своем коллективе. Чувство коллективизма не позволяет его членам оставаться равнодушными, если задеты интересы коллектива. В таком коллективе все важные вопросы решаются сообща и, по возможности, при общем согласии.

Для подлинно коллективистских отношений характерна **контактность**. Под ней понимаются хорошие личные, эмоционально благоприятные дружеские, доверительные взаимоотношения членов коллектива, включающие внимание друг к другу, доброжелательность, уважение и тактичность. Такие взаимоотношения обеспечивают в коллективе благоприятный психологический климат, спокойную и дружелюбную обстановку.

**Организованность** проявляется в умелом взаимодействии членов коллектива, в бесконфликтном распределении обязанностей между ними, в хорошей взаимозаменяемости. Организованность — это также способность коллектива самостоятельно обнаруживать и исправлять недостатки, предупреждать и оперативно решать возникающие проблемы. От

организованности непосредственно зависят результаты деятельности коллектива.

Одним из условий успешной работы коллектива и установления доверительных взаимоотношений является хорошее знание членами коллектива друг друга и состояния дел в коллективе. Это знание называется **информированностью**. Достаточная информированность предполагает знание задач, стоящих перед коллективом, содержания и итогов его работы, положительных и отрицательных сторон, норм и правил поведения. Сюда же входит хорошее знание членами коллектива друг друга.

**Эффективность** понимается как успешность решения коллективом всех имеющихся у него задач. Одним из важнейших показателей эффективности высокоразвитого коллектива является *сверхаддитивный эффект*. Он представляет собой способность коллектива как целого добиваться результатов в работе гораздо более высоких, чем это может сделать такая же по численности группа людей, работающих независимо друг от друга, не объединенных системой описанных отношений.

**Конформизм.** Власть удерживать легче, если сама группа оказывает на своих членов постоянное давление, направленное на то, чтобы их действия, мысли и ценности совпадали с поступками, мыслями и ценностями других. В условиях изменчивой и неоднозначной действительности самое простое решение этой проблемы состоит для человека в том, чтобы придерживаться коллективных истин, позволяющих каждому понять тот мир, в котором он живет. В том, кто отклоняется от нормы, начинают видеть источник социальной угрозы, и поэтому большинство будет оказывать на него давление, чтобы он вернулся на путь истинный и вновь стал как ВСЕ. Это давление **конформности** может проявиться в виде насмешек, социального осуждения или даже прямого отторжения отклоняющегося лица. Давление это сказывается на человеке особенно сильно, если тот нуждается в одобрении и поддержке или испытывает тревогу и недостаточно верит в

себя. С другой стороны, неконформист способен успешно сопротивляться давлению группы, если обладает достаточным умом и творческими способностями, проявляет терпимость и чувство долга и, кроме того, верит в себя, устойчив к стрессу. Чаще всего именно благодаря таким людям осуществляются нововведения и действуют силы общественного преобразования.

Люди испытывают дискомфорт, когда слишком выделяются на фоне других. Но, по крайней мере в западных культурах, они испытывают некоторое неудобство и тогда, когда выглядят в точности также, как все. Людям нравится ощущать себя неповторимыми, более того, своим поведением люди отстаивают свою индивидуальность. Нам не нравится слишком отличаться от группы, но мы не хотим и выглядеть в точности как все. Поэтому наши действия защищают наше чувство собственной неповторимости и индивидуальности. В группе мы лучше всего осознаем, чем отличаемся от других.

### **Понятие о лидерах**

Управление группой, ее самоуправление, воздействие на психологию и поведение отдельных членов группы обычно осуществляется и через официально назначенных лиц — руководителей, и через неофициальных лиц, пользующихся авторитетом среди членов данной группы, имеющих в ней высокий статус и именуемых *лидерами*. Авторитет лидера в группе обычно не менее силен, чем авторитет руководителя. Лидер в состоянии поднять, увлечь членов группы на любое дело. Нужен ли лидер в группе и почему он появляется в ней?

Но при всех условиях лидер в группе нужен. Его необходимость диктуется тем, что в каждой группе существуют и должны кем-то регулироваться две взаимодополняющие системы отношений: деловые и личные. Если каждая из них не отрегулирована, если отношения, складывающиеся в одной системе, противоречат отношениям,

культивируемым в другой, то такая группа не сможет успешно работать, никогда не станет высокоэффективной. Это обстоятельство и требует наличия в группе лидера наряду с официальным руководителем.

Кто может стать и реально становится лидером в группе? Как и при каких условиях это происходит? На два этих вопроса в науке имеются разные ответы. Обсудим их..

Одни ученые считают, что настоящим лидером в группе, способным повести за собой остальных ее членов, становится человек, который обладает особым набором лидерских личностных черт. Эти черты, полагают сторонники данной точки зрения, даны человеку от природы. Тот, кто лишен специфических лидерских черт и способностей, никогда не становится хорошим, признанным лидером, имеющим высокий статус в группе.

Кроме понятия лидерства в психологии используется другое уточняющее представление о нем, в частности понятие *стиля*

*лидерства*. Стиль лидерства — это совокупность средств психологического воздействия, которыми пользуется лидер для оказания влияния на других членов группы, среди которых он имеет высокий статус. Традиционно принято различать три основных стиля лидерства: авторитарный, демократичный и либеральный.

*Авторитарный стиль* характеризуется выраженной властью лидера, директивностью его действий, единоначалием в принятии решений, систематическим контролем за действиями ведомых. Авторитарный лидер обычно не позволяет зависимым от него людям вмешиваться в руководство, подвергать сомнению, оспаривать принимаемые им решения. Он четко разделяет свои собственные права и обязанности ведомых, ограничивая действия последних лишь исполнительскими функциями. Для него идеальный подчиненный — дисциплинированный исполнитель.

*Демократичный стиль* лидерства отличается от авторитарного тем, что лидер постоянно обращается к мнению зависимых от него людей, советуется

с ними, привлекает их к выработке и принятию решений, к сотрудничеству в управлении группой. Он не проводит четкой линии между собственными правами и обязанностями ведомых. Часть своих полномочий он добровольно передает членам группы; они в свою очередь так же добровольно принимают на себя часть его обязанностей, если в этом возникает необходимость. Демократичный лидер особенно ценит таких подчиненных, кто самостоятелен и инициативен, творчески подходит к работе. Он уделяет большое внимание не только деловым, но и личным взаимоотношениям в группе.

*Либеральный стиль* лидерства — это такая форма поведения лидера, при которой он фактически уходит от своих обязанностей по руководству группой и ведет себя так, как будто он не лидер, а рядовой член группы. Все вопросы внутригрупповой жизни в этом случае решаются коллективным мнением, которое в группе принимается как закон, и этому в своем поведении следуют не только рядовые участники группы, но и сам ее лидер. Фактически в данном случае он является лидером лишь номинально.

На протяжении многих лет исследования лидерства перед психологами неоднократно возникал вопрос: ***какой из рассмотренных стилей лидерства наиболее целесообразен?*** Поначалу, когда только еще зарождались соответствующие исследования, считалось, что демократичный стиль лидерства является наилучшим. Действительно, в нем больше привлекательных черт, чем в других. При данном стиле лидерства в группе создается самая благоприятная атмосфера для творческой работы и для удовлетворения других важных социальных потребностей людей. Этот стиль лидерства способствует постановке и решению группой наиболее сложных задач. Он и людьми психологически воспринимается как наиболее благоприятный.

И, тем не менее, сказать, что данный стиль лидерства является наилучшим и к нему надо стремиться во всех без исключения случаях жизни,

нельзя. Нередко предпочтительнее оказывается авторитарный и даже либеральный стиль лидерства, например, когда в условиях дефицита времени необходимо добиться высокой организованности, дисциплины, согласованности действий или когда необходимо принимать решение, которое затрагивает интересы всех членов группы. Поэтому на практике самым удачным является не какой-либо один из трех перечисленных стилей лидерства, а гибкий, или комбинированный, стиль лидерства, при котором лидер, умея вести себя по-разному, гибко меняет стиль своего поведения в зависимости от сложившейся в группе обстановки.

На группу могут влиять и лидеры. Лидерство является одним из примеров силы личности, процесс посредством которого определенные индивидуумы мобилизуют и ведут за собой группу. Личность лидера безусловно имеет значение. Как ,правило, именно доминирующая личность берет в свои руки инициативу в ситуациях, в которых участвуют и другие люди. Часто она чувствует, что вынуждена взять на себя ответственность в полной уверенности, что если не вмешаться, то ничего не получится. Сильная личность задает тон и на собраниях, приспосабливаясь к общему сиюминутному настроению, что позволяет ей играть ту роль, которая ей подобает. Такая личность редко руководствуется заранее спланированным сценарием: она любит импровизировать. Она может позволить себе поздравлять других, ободрять их или хвалить в полной уверенности, что ее комплименты будут оценены. Наконец, она умеет проявлять внимание к слабым. Хотя, бесспорно, подобные качества (если они не наиграны) действительно присущи многим людям, пользующимся властью, само по себе их наличия еще не достаточно для того, чтобы их обладатель мог автоматически получить власть. Необходимо также, чтобы у него был вкус и склонность к власти, и особенно, чтобы достижению власти помогали обстоятельства. Чаще всего жажда власти сопровождается сильным желанием брать на себя ответственность и выполнять какие-либо задачи.

Человеку, стремящемуся к власти, в значительной степени присущи такие качества, как равнодушие в межличностных отношениях, вкус к торгу и большое удовлетворение от возможности манипулировать другими людьми. Претендующий на командование другими людьми умеет сопротивляться социальному давлению, кроме того, он проявляет известную смелость и оригинальность в решении проблем, а также рвение и настойчивость в преследовании целей.

Какими преимуществами располагают те, кто имеет власть, что позволяет им манипулировать людьми?

Могут быть выделены **четыре основных инструмента** (мы рассмотрим их как основы власти), позволяющих влиять на поведение в нужном держателю власти направлении –

Власть, основанная на страхе (например, боязнь увольнения, разглашения личной тайны).

Власть, основанная на убеждении (например, успешная презентация товара может повлиять на заключение договоров).

Власть, основанная на вознаграждении (повышение заработной платы, распределение премии и т.д.).

Власть, основанная на владении важной информацией (особенно если эта информация необходима для принятия решения).

Наряду с понятием основы власти существует понятие источники власти. В первом случае идет речь о том, что дает власть, во втором как прийти к ней.

К числу основных источников власти могут быть отнесены –

- получение формальной власти, предусмотренной структурой организации,
- власть, которую дают определенные личностные качества (харизматические, позволяющие вести людей за собой),
- власть, которую дают знания.

## Межличностные отношения в группах. Методы управления группой

Особое внимание в ходе социально-психологического изучения групп и коллективов уделяется взаимоотношениям. Они, в свою очередь, делятся на официальные и неофициальные, отношения руководства и подчинения (в частности, лидерства), деловые и личные, рациональные и эмоциональные.

*Официальными* называют отношения, возникающие между людьми на должностной основе. Они фиксируются законом, регулируются положениями, утвержденными официально, соответствующими правилами и нормами. В отличие от них *неофициальные* отношения складываются на базе личных, или частных, взаимоотношений людей. Для них не существует соответствующей юридической основы, общепринятых законов, твердо установленных норм.

*Деловые* отношения возникают в связи с совместной работой или по ее поводу, а *личные* — как отношения, складывающиеся между людьми независимо от выполняемой работы.

В *рациональных* межличностных отношениях на первый план выступают знания людей друг о друге и объективные оценки, которые им дают окружающие. *Эмоциональные* отношения — это, напротив, оценки субъективные, основанные на личном, индивидуальном восприятии человека человеком. Такие отношения обязательно сопровождаются положительными или отрицательными эмоциями; они далеко не всегда основаны на действительной, объективной информации о человеке.

Отношения *руководства и подчинения* мы уже кратко рассмотрели на примере лидерства.

Межличностные отношения в группе можно рассматривать в *статике*, в том виде, в каком они сформировались на данный момент времени, и в *динамике*, т.е. в процессе развития. В первом случае анализируются особенности существующей системы отношений, во втором — законы их преобразования и развития. Эти два подхода часто соседствуют друг с



другом, взаимно дополняют друг друга, и это характерно, в частности, для дальнейшего рассмотрения их в учебнике.

Отношения в группах закономерно изменяются. Сначала, на исходном этапе группового развития, они бывают относительно безразличными (люди, не знающие или слабо знающие друг друга, не могут определенно относиться друг к другу), затем могут становиться конфликтными, а при благоприятных условиях превращаться в коллективистские. Все это обычно происходит за сравнительно короткое время, в течение которого индивиды, составляющие группу, не могут измениться как личности. Как согласовать сложную динамику и ситуативную изменчивость внутригрупповых отношений с относительной личностной устойчивостью?

Статическую картину внутригрупповых отношений можно получить с помощью методики, которая называется *социометрия*. Слово «социометрия» буквально обозначает «социальное измерение». Чаше всего этот термин используют для характеристики комплекса методик, предназначенных для исследования личных, эмоционально-непосредственных отношений: взаимных симпатий и антипатий людей, их взаимной привлекательности и непривлекательности, авторитетности или неавторитетности. Кроме того, социометрическая методика позволяет выявить лидера в группе или коллективе, а также оценить их сплоченность.

Процедура применения методики следующая:

1. Члены группы получают инструкцию, в которую заложен социометрический критерий — основание для проявления взаимных эмоциональных отношений. Таким критерием может явиться любой повод, в частности — некоторая предполагаемая совместная деятельность членов данной группы.

2. Исходя из заданного критерия, членам группы предлагается высказаться друг о друге, осуществить взаимные выборы или отклонения, предпочесть или отвергнуть друг друга. Делается это на основе серии

специальных вопросов, отвечая на которые члены группы в письменной форме выражают свои предпочтения друг другу.

3. Полученные письменные ответы на соответствующие вопросы статистически обрабатываются и представляются в виде социометрической матрицы, различных социограмм и социометрических индексов, по которым судят о системе межличностных, эмоционально-непосредственных личных отношений в данной группе и о положении, занимаемом каждым членом группы в системе этих отношений.

Люди объединяются в группы, чтобы удовлетворить свои потребности. Каждая группа формируется и развивается по-своему. Вместе с тем в развитии различных групп могут быть выявлены некоторые общие закономерности.

**Лидерство** – это способность вести за собой людей для достижения конкретных целей. Лидер может быть формальным и неформальным. Влияние неформального лидера может быть более значимым

#### **Вопросы для обсуждения на семинарских занятиях:**

1. Проблема личности и группы. Классификация групп.
2. Психологические особенности групп и коллектива.
3. Формирование норм поведения в группах.
4. Динамические процессы групп.
5. Социально-психологическая совместимость и её критерии.
6. Социометрическая техника и её применение на практике.

#### **Темы самостоятельных работ:**

1. Эффективность групповой деятельности.
2. Психологические явления происходящие в коллективе.
3. Природа лидерства.
4. Харизматический лидер.
5. А также предлагается примерная тематика научных работ для экономических специальностей ТГЭУ и вузов стран СНГ по написанию

бакалаврских квалификационных работ, магистерских, кандидатских и докторских диссертаций.

### **Материал к практическим занятиям:**

#### **ТЕСТ: ЛИДЕР**

Вам будет предложено 50 вопросов, к каждому из которых дано два варианта ответов. Выберите один из вариантов и пометьте его на бланке ключа.

1. Часто ли вы бываете в центре внимания окружающих ?  
а) да; б) нет.
2. Считаете ли вы, что многие из окружающих вас людей занимают более высокое положение по службе, чем вы?
3. Находясь на собрании людей, равных вам по служебному положению, испытываете ли вы желание не высказывать своего мнения, даже когда это необходимо?  
а) да; б) нет.
4. Когда вы были ребенком, нравилось ли вам руководить играми ваших друзей ?  
а) да; б) нет.
5. Испытываете ли вы большое удовольствие, когда вам необходимо убедить кого-либо, кто вам возражал до этого?  
а) да; б) нет.
6. Случается ли, что вас называют нерешительным человеком?  
а) да; б) нет.
7. Согласны ли вы с утверждением: “Все самое полезное в мире есть творение небольшого числа выдающихся личностей ?”.
8. Испытываете ли вы настоятельную необходимость в советчике, который бы мог направить вашу профессиональную активность?  
а) да; б) нет.
9. Теряли вы иногда хладнокровие в беседе с людьми?

а) да; б) нет.

10. Доставляет ли вам удовольствие, когда вы видите, что окружающие вас побаиваются?

а); да б) нет.

11. Во всех обстоятельствах стараетесь ли вы занять свое место за столом, расположенное таким образом, чтобы оно позволяло вам легче всего контролировать ситуацию и привлекать к себе некоторое внимание?

а) да; б) нет

12. Считаете ли вы обычно, что ваша внешность производит внушительное впечатление?

а) да; б) нет.

13. Считаете ли вы себя мечтателем?

а); б) нет

14 Легко ли вы теряетесь, если люди, которые вас окружают, не согласны с вашим мнением?

а) да; б) нет.

15. Случалось ли вам по личной инициативе заниматься организацией рабочих групп?

а) да; б) нет.

16. Если мероприятие, которым вы занимаетесь, не дает намечающихся результатов?

а) Вы радуетесь, если ответственность возложат на кого-то другого;

б) сумеете взять на себя всю ответственность за решение, которое было принято.

17. Какое из этих двух мнений приближается к вашему собственному?

а) настоящий руководитель должен сам делать дело, даже в мелочах;

б) настоящий руководитель должен уметь управлять.

18. С кем вы предпочитаете работать?

а) с людьми покорными; б) с людьми строптивыми.

19. Стараетесь ли вы избегать горячих дискуссий?
- а) да; б) нет.
20. Когда вы были ребенком часто ли вы сталкивались с властностью вашего отца?
- а) да; б) нет.
21. Умеете ли вы в профессиональной дискуссии повернуть на свою сторону тех, кто раньше с вами был не согласен?
- а) да; б) нет.
22. Представьте себе такую сцену: во время прогулки с друзьями в лесу вы потеряли дорогу. Приближается вечер. Нужно принять решение:
- а) Вы считаете, что вопрос должен решить человек, наиболее компетентный в группе.
- б) Вы просто полагаетесь на решение других.
23. Есть выражение Лучше быть первым в деревне, чем вторым в городе. Если бы вы делали выбор, то что бы вы предпочли:
- а) быть первым в деревне; б) быть вторым в городе.
24. Считаете ли, что вы человек, сильно влияющий на других людей?
- а) да; б) нет.
25. Может ли неудачный прошлый опыт заставить вас никогда больше не проявлять значительной инициативы?
- а) да; б) нет.
26. С вашей точки зрения, истинный лидер группы тот, кто:
- а) самый компетентный;
- б) у кого самый сильный характер .
26. С вашей точки зрения, истинный лидер группы тот, кто:
- а) самый компетентный; б) у кого самый сильный характер.
27. Всегда ли вы стараетесь понимать людей?
- а) да; б) нет.
28. Умеете ли вы уважать дисциплину вокруг вас?

а) да; б) нет.

29. Какой из двух типов руководителей кажется вам более значительным?

а) тот, который решает все сам; б) тот, кто постоянно советуется.

30. Какой тип руководства, является наиболее благоприятным для хорошей работы предприятия?

а) коллегиальный; б) авторитарный тип.

31. Часто ли у вас бывает впечатление, что другие вами злоупотребляют?

а) да; б) нет.

32. Какой из двух следующих портретов больше приближается к вашему образу?

а) громкий голос, экспрессивные жесты, за словом в карман не полезет;

б) негромкий голос, неторопливые ответы, сдержанные жесты, задумчивый взгляд.

33. На рабочем совещании вы один имеете мнение, противоположное мнению других, но вы уверены в своей правоте. Как вы себя поведете?

а) будете молчать; б) будете отстаивать свою точку зрения.

34. Называют ли вас человеком, который подчиняет и свои и чужие интересы только интересам дела?

а) да; б) нет

35. Если на вас возложена очень большая ответственность за какое-то дело, испытываете ли вы при этом чувство тревоги?

а) да; б) нет.

36. Что вы предпочли бы в своей профессиональной деятельности?

а) работать под руководством хорошего руководителя;

б) работать независимо.

37. Как вы относитесь к такому утверждению: "Чтобы семейная жизнь была удачной, нужно, чтобы важные решения принимались одним из супругов"?

а) верно; б) неверно.

38. Случалось ли вам покупать что-то, в чем вы не испытывали необходимости, под влиянием мнения других лиц?

а) да; б) нет.

39. Считаете ли вы, что ваши организаторские способности выше средних?

а) да; б) нет.

40. Как вы обычно ведете себя, встретившись с трудностями?

а) трудности обескураживают;

б) трудности заставляют действовать активнее.

41. Часто ли вы делаете резкие упреки сотрудникам, когда они этого заслуживают?

а) да; б) нет.

42. Считают ли, что ваша нервная система успешно выдерживает напряженность жизни?

а) да; б) нет.

43. Если вам предстоит произвести реорганизацию, то как вы поступите?

а) ввожу изменения немедленно;

б) предлагаю медленное, эволюционное изменение.

44. Если это необходимо, сумеете ли вы прервать слишком болтливого собеседника?

а) да; б) нет.

45. Согласны ли вы с такой мыслью: "Чтобы быть счастливым, надо жить незаметно"?

а) да; б) нет.

46. Считаете ли вы, что каждый из людей, благодаря своим человеческим способностям, должен сделать что-то выдающееся?

а) да; б) нет.

47. Кем вам в молодости хотелось стать?

а) известным художником, композитором;

б) руководителем коллектива.

48. Какую музыку вам приятней слушать?

а) торжественную, могучую; б) тихую, лирическую.

49. Испытываете ли вы некоторое волнение при встрече с важными личностями?

а) да; б) нет.

50. Часто ли вы встречаете человека с более сильной волей, чем у вас?

а) да;

б) нет.

1. а б	11. а б	21. а б	31. а б	41. а б
2. а б	12. а б	22. б а	32. а б	42. а б
3. б а	13. б а	23. а б	33. а б	43. а б
4. а б	14. б а	24. а б	34. а б	44. а б
5. а б	15. а б	25. б а	35. б а	45. а б
6. а б	16. б а	26. а б	36. б а	46. а б
7. а б	17. б а	27. а б	37. а б	47. а б
8. а б	18. б а	28. а б	38. б а	48. б а
9. б а	9. б а	29. б а	39. а б	49. б а
10. а б	20. а б	30. б а	40. б а	50. б а

### Литература:

1. Корнилова Т. Введение в психологический эксперимент. М., 1997.
2. Ананьев Б. Человек как предмет познания. «Питер», 2001.
3. Хьелл Л., Зиглер Д. «Питер», 2004.
4. Дружинина В. Психология. Учебник «Питер», 2003.
5. Бурлачук Л. Психодиагностика. Учебник. «Питер», 2002.
6. Фрейд. З. Психология бессознательного. «Питер», 2003.
7. Клонингер С. Теории личности. Учебник. «Питер». 2003.
8. Шипунь Н. Основы управленческой деятельности. М., 2000.



9. Газиев Э.Г. Менеджмент психологии. “Узбекистон”, 2002.
10. Крылов С.А. Психология. Учебник. “Питер”, 2003.
11. Немов Р.С. Психология. Учебник в 3 т. “Питер”, 2003.
14. Морозов А.В. Деловая психология. Учебник. СПб “Союз”. 2002.
15. Никонова Т.О., Карташова Л.В., Соломанидина Т.О. Поведение в организации. М. “Инфра”, 1999.

#### **Интернет ссылка:**

Психопортал - столица сетевой психологии

[http \ psy.piter.com/](http://psy.piter.com/) - новости психологии, психологические тесты, профессиональная помощь психологов специалистов.

[http \ ur . piter.com.](http://ur.piter.com/)- электронные книги и статьи по психологии, свежая информация из мира психологии

<http://influenceatwork.com/>

### **16-ТЕМА: ТЕМПЕРАМЕНТ**

#### **Основные вопросы:**

1. Темперамент как индивидуально-психологическое свойство.
2. Классические теории темперамента.
3. Физиологическая основа темперамента.
4. Психологическая характеристика типов темперамента.

#### **Ключевые слова и понятия:**

индивидуально-типологические свойства личности, типы центральной нервной системы, интроверт, экстраверт, активность, пассивность, реактивность, сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик, типология Кречмера.

#### **Темперамент как индивидуально-психологическое свойство**

#### **Проблемы:**

- В чём заслуга Гиппократов в развитии психологической науки.
- Может ли меланхолик изменить в себе такие качества как смелость и активность?

- Можно ли в холериках проявить волевое качество, такое как выдержка?

Аргументируйте свою мысль.

- В чем различие между таких качеств как активность и трудолюбия, пассивность и лень? Приведите примеры.

**Темперамент** - это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов и поведения. Под динамикой понимают темп, ритм, продолжительность, интенсивность психических процессов, в частности эмоциональных процессов, а также некоторые внешние особенности поведения человека - подвижность, активность, быстроту или замедленность реакций и т. д. Темперамент характеризует динамичность личности, но не характеризует ее убеждений, взглядов, интересов, не является показателем ценности или малоценности личности, не определяет ее возможности (не следует смешивать свойства темперамента со свойствами характера или способностями). Можно выделить следующие основные компоненты, определяющие темперамент.

1. Общая активность психической деятельности и поведения человека выражается в различной степени стремления активно действовать, осваивать и преобразовывать окружающую действительность, проявлять себя в разнообразной деятельности. Выражение общей активности у различных людей различно.

Можно отметить две крайности: с одной стороны, вялость, инертность, пассивность, а с другой - большая энергия, активность, страстность и стремительность в деятельности. ~ Между этими двумя полюсами располагаются представители различных темпераментов.

2. Двигательная, или моторная, активность показывает состояние активности двигательного и речедвигательного аппарата. Выражается в быстроте, силе, резкости, интенсивности мышечных движений и речи человека, его внешней подвижности (или, наоборот, сдержанности),

говорливости (или молчаливости).

3. Эмоциональная активность выражается в эмоциональной впечатлительности (восприимчивость и чуткость к эмоциональным воздействиям), импульсивности, эмоциональной подвижности (быстрота смены эмоциональных состояний, начала и прекращение их). Темперамент проявляется в деятельности, поведении и поступках человека и имеет внешнее выражение. По внешним устойчивым признакам можно до известной степени судить о некоторых свойствах темперамента.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Объясните суть понятия темперамент.
2. Что называется типами темпераментов?
3. Что отражает темперамент?
4. В чем заключается специфическая особенность темперамента?
5. Почему темперамент считается биологическим фундаментом?

Аргументируйте.

6. Какие психические различия между людьми говорят о темпераментах людей?

#### **Классические теории темперамента**

##### **Проблемы:**

- Кто из восточных учёных внёс в медицинскую науку теорию о существовании жидкостей в организме человека?
- В чём различие этой теории с теорией Гиппократом? Аргументируйте.
- Можем ли соотнести теорию Э.Кречмера как общепринятая теория в настоящее время?

Темпераментом называют совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение.

Создателем учения о темпераментах считается древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н.э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением

4 основных “соков организма” - крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи, - входящих в его состав. Исходя из его учения, самый знаменитый после Гиппократов врач античности Клавдий Гален (II в. до н.э.) разработал первую типологию темпераментов, которую он изложил в известном трактате “De temperamentum”. Согласно его учению тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены темпераменты, которые и в наше время пользуются широкой известностью: сангвиника (кровь), флегматика (“флегма”), холерика (“желчь”) и меланхолика (“черная желчь”). Эта концепция имела огромное влияние на ученых на протяжении многих столетий.

С древнейших времен исследователи, наблюдая значительное разнообразие поведения, совпадающее с различиями в телосложении и физиологических функциях, пытались их упорядочивать, каким-то образом их группировать. Так возникли самые различные типологии темпераментов. Наибольший интерес представляют те из них, в которых свойства темперамента, понимаемые как наследственные или врожденные, связывались с индивидуальными различиями в особенностях телосложения. Эти типологии получили название **конституционных типологий**. Так, наибольшее распространение получила типология, предложенная Э. Кречмером, который в 1921 г. Опубликовал свою знаменитую работу “Строение тела и характер”. Главная его идея заключалась в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Им было проведено множество измерений частей тела, что позволило ему выделить 4 конституциональных типа:

**Лептосоматик** - характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой. Плечи узкие, нижние конечности - длинные и худые.

**Пикник** - человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный, характеризуется малым или средним ростом, расплывшимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.

**Атлетик** - человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерен высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.

**Диспластик** - люди с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (чрезмерный рост и т.п.).

С названными типами строения тела Кречмер соотносит 3 выделенных им типа темперамента, которые он назвал: ***шизотимик, иксотимик и циклотимик***. Шизотимик имеет астеническое телосложение, он замкнут, склонен к колебаниям эмоций, упрям, малоподатлив к изменению установок и взглядов, с трудом приспосабливается к окружению. В отличие от него иксотимик обладает атлетическим телосложением. Это спокойный, маловпечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой, с невысокой гибкостью мышления, часто мелочный. Пикническое телосложение имеет циклотимик, его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах.

Теория Э. Кречмера была очень распространена в Европе, а в США приобрела популярность концепция темперамента У. Шелдона, сформулированная в 40-х годах нашего столетия. В основе взглядов Шелдона также лежит предположение о том, что тело и темперамент - это два периметра человека, связанных между собой. Структура тела определяет темперамент, который является его функцией. У. Шелдон исходил из гипотезы о существовании основных типов телосложения, описывая которые он заимствовал термины из эмбриологии. Им были выделены три типа: 1) ***эндоморфный*** (из энтодермы образуются преимущественно внутренние органы); 2) ***мезоморфный*** (из мезодермы образуется мышечная ткань); 3) ***эктоморфный*** (из эктодермы развивается кожа и нервная ткань). При этом

людям с эндоморфным типом свойственно относительно слабое телосложение с избытком жировой ткани; мезоморфному типу свойственно иметь стройное и крепкое тело, большую физическую устойчивость и силу; а эктоморфному - хрупкий организм, плоскую грудную клетку, длинные тонкие конечности со слабой мускулатурой. По У. Шелдону, этим типам телосложения соответствуют определенные типы темпераментов, названные им в зависимости от функций определенных органов тела: висцеротония (“внутренности”), соматотония (“тело”), церебротония (“мозг”). Лица с преобладанием висцеротонии У. Шелдон называет висцеротониками, и далее, соответственно, соматотониками и церебротониками и считает, что каждый человек обладает всеми названными группами свойств. Однако различия между людьми определяется преобладанием тех или иных свойств.

В психологической науке большинство конституционных концепций стало объектом острой критики. Основным недостатком подобных теорий состоит в том, что в них недооценивается, а иногда просто открыто игнорируется роль среды и социальных условий в формировании психических свойств индивида.

На самом деле, давно известна зависимость протекания психических процессов и поведения человека от функционирования нервной системы, выполняющей доминирующую и управляющую роль в организме. Теория связи некоторых общих свойств нервных процессов с типами темперамента была предложена И. П. Павловым и получила развитие и экспериментальное подтверждение в работах его последователей.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Какой учёный внёс впервые теорию о темпераменте?
2. Кем была распространена типология с различиями в телосложении и физиологических функциях?
3. Назовите и охарактеризуйте типологию с различиями в телосложении и физиологических функциях.

4. Кого называют лептосоматиком?
5. Какую характеристику получили пикники?
6. Каких людей называют атлетиками?
7. Людей, какой типологической характеристикой по Э.Кречмеру называют диспластиками?

### **Физиологическая основа темперамента**

Согласно учению И. П. Павлова, индивидуальные особенности поведения, динамика протекания психической деятельности зависят от индивидуальных различий в деятельности нервной системы. Основой же индивидуальных различий в нервной деятельности является проявление и соотношение свойств двух основных нервных процессов - возбуждения и торможения

Были установлены три свойства процессов возбуждения и торможения: 1) сила процессов возбуждения и торможения, 2) уравновешенность процессов возбуждения и торможения, 3) подвижность (сменяемость) процессов возбуждения и торможения. Сила нервных процессов выражается в способности нервных клеток переносить продолжительное либо кратковременное, но очень концентрированное возбуждение и торможение. Это определяет работоспособность (выносливость) нервной клетки.

Слабость нервных процессов характеризуется неспособностью нервных клеток выдерживать длительное и концентрированное возбуждение и торможение. При действии весьма сильных раздражителей нервные клетки быстро переходят в состояние охранительного торможения. Таким образом, в слабой нервной системе нервные клетки отличаются низкой работоспособностью, их энергия быстро истощается. Но зато слабая нервная система обладает большой чувствительностью: даже на слабые раздражители она дает соответствующую реакцию.

Важным свойством высшей нервной деятельности является уравновешенность нервных процессов, т. е. пропорциональное соотношение

возбуждения и торможения. У некоторых людей эти два процесса взаимно уравновешиваются, а у других этого равновесия не наблюдается: преобладает или процесс торможения или возбуждения.

Одно из основных свойств высшей нервной деятельности - подвижность нервных процессов. Подвижность нервной системы характеризуется быстротой сменяемости процессов возбуждения и торможения, быстротой возникновения и прекращения их (когда этого требуют условия жизни), скоростью движения нервных процессов (иррадиации и концентрации), быстротой появления нервного процесса в ответ на раздражение, быстротой образования новых условных связей, выработки и изменения динамического стереотипа.

Комбинации указанных свойств нервных процессов возбуждения и торможения были положены в основу определения типа высшей нервной деятельности. В зависимости от сочетания силы, подвижности и уравновешенности процессов возбуждения и торможения различают четыре основных типа высшей нервной деятельности.

**Слабый тип.** Представители слабого типа нервной системы не могут выдерживать сильные, длительные и концентрированные раздражители. Слабыми являются процессы торможения и возбуждения. При действии сильных раздражителей задерживается выработка условных рефлексов. Наряду с этим отмечается высокая чувствительность (т.е. низкий порог) на действия раздражителей.

**Сильный уравновешенный тип.** Отличаясь сильной нервной системой, он характеризуется неуравновешенностью основных нервных процессов

преобладанием процессов возбуждения над процессами торможения. Сильный уравновешенный подвижный тип. Процессы торможения и возбуждения сильны и уравновешенны, но быстрота, подвижность их, быстрая сменяемость нервных процессов ведут к относительной



неустойчивости нервных связей.

**Сильный уравновешенный инертный тип.** Сильные и уравновешенные нервные процессы отличаются малой подвижностью. Представители этого типа внешне всегда спокойны, ровны, трудно возбудимы.

Тип высшей нервной деятельности относится к природным высшим данным, это врожденное свойство нервной системы. На данной физиологической основе могут образоваться различные системы условных связей, т. е. в процессе жизни эти условные связи будут различно формироваться у разных людей: в этом и будет проявляться тип высшей нервной деятельности. Темперамент и есть проявление типа высшей нервной деятельности в деятельности, поведении человека.

Особенности психической деятельности человека, определяющие его поступки, поведение, привычки, интересы, знания, формируются в процессе индивидуальной жизни человека, в процессе воспитания. Тип высшей нервной деятельности придает своеобразие поведению человека, накладывает характерный отпечаток на весь облик человека - определяет подвижность его

психических процессов, их устойчивость, но не определяет ни поведения, ни поступков человека, ни его убеждений, ни моральных устоев.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Кто и каким путём обратил внимание на индивидуальные различия в поведении и в протекании условнорефлекторной деятельности?
2. В каких аспектах поведения проявлялись эти различия?
3. Что дало это обстоятельство?
4. Что относится к этим свойствам нервной системы?
5. Охарактеризуйте по отдельности сила возбуждения и торможения, их уравновешенность и подвижность – процессов нервной системы.
6. Как различал И.П.Павлов силу воображения и силу торможения?

7. Что отражает сила возбуждения?
8. В каких случаях она проявляется?
9. Как понимается сила торможения?
10. Каким образом она проявляется?

### **Психологическая характеристика темпераментов**

Академик И. П. Павлов изучил физиологические основы темперамента, обратив внимание на зависимость темперамента от типа нервной системы. Он показал, что два основных нервных процесса - возбуждение и торможение - отражают деятельность головного мозга. От рождения они у всех разные: по силе, взаимной уравновешенности, подвижности. В зависимости от соотношения этих свойств нервной системы Павлов выделил 4 основных типа высшей нервной деятельности: 1) “безудержный” (сильный, подвижный, неуравновешенный тип нервной системы (н/с) - соответствует темпераменту холерика); 2) “живой” (сильный, подвижный, уравновешенный тип н/с соответствует темпераменту сангвиника); 3) “спокойный” (сильный, уравновешенный, инертный тип н/с соответствует темпераменту флегматика); 4) “слабый” (слабый, неуравновешенный, малоподвижный тип н/с обуславливает темперамент меланхолика).

**Сангвинический темперамент.** Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, активно вступает в контакты с людьми. Его речь громкая, быстрая, отчетливая и сопровождается выразительными мимикой и жестами. Но этот темперамент характеризуется некоторой двойственностью. Если раздражители быстро меняются, все время поддерживается новизна и интерес впечатлений, у сангвиника создается состояние активного возбуждения и он проявляет себя как человек деятельный, активный, энергичный. Если же воздействия длительны и однообразны, то они не поддерживают состояния активности, возбуждения и

сангвиник теряет интерес к делу, у него появляется безразличие, скука, вялость.

У сангвиника быстро возникают чувства радости, горя, привязанности и недоброжелательности, но все эти проявления его чувств неустойчивы, не отличаются длительностью и глубиной. Они быстро возникают и могут так же быстро исчезнуть или даже замениться противоположными. Настроение сангвиника быстро меняется, но, как правило, преобладает хорошее настроение.

**Флегматический темперамент.** Человек этого темперамента медлителен, спокоен, нетороплив, уравновешен. В деятельности проявляет основательность, продуманность, упорство. Он, как правило, доводит начатое до конца. Все психические процессы у флегматика протекают как бы замедленно. Чувства флегматика внешне выражаются слабо, они обычно невыразительны. Причина этого

уравновешенность и слабая подвижность нервных процессов. В отношениях с людьми флегматик всегда ровен, спокоен, в меру общителен, настроение у него устойчивое. Спокойствие человека флегматического темперамента проявляется и в отношении его к событиям и явлениям жизни флегматика нелегко вывести из себя и задеть эмоционально. У человека флегматического темперамента легко выработать выдержку, хладнокровие, спокойствие. Но у флегматика следует развивать недостающие ему качества - большую подвижность, активность, не допускать, чтобы он проявлял безразличие к деятельности, вялость, инертность, которые очень легко могут сформироваться в определенных условиях. Иногда у человека этого темперамента может развиваться безразличное отношение к труду, к окружающей жизни, к людям и даже к самому себе.

***Холерический темперамент.***

Люди этого темперамента быстры, чрезмерно подвижны, неуравновешенны, возбудимы, все психические процессы протекают у них

быстро, интенсивно. Преобладание возбуждения над торможением, свойственное этому типу нервной деятельности, ярко проявляется в несдержанности, порывистости, вспыльчивости, раздражительности холерика. Отсюда и выразительная мимика, торопливая речь, резкие жесты, несдержанные движения. Чувства человека холерического темперамента сильные, обычно ярко проявляются, быстро возникают; настроение иногда резко меняется. Неуравновешенность, свойственная холерику, ярко связывается и в его деятельности: он с увеличением и даже страстью берется за дело, показывая при этом порывистость и быстроту движений, работает с подъемом, преодолевая трудности. Но у человека с холерическим темпераментом запас нервной энергии может быстро истощиться в процессе работы и тогда может наступить резкий спад деятельности: подъем и воодушевление исчезают, настроение резко падает. В общении с людьми холерик допускает резкость, раздражительность, эмоциональную несдержанность, что часто не дает ему возможности объективно оценивать поступки людей, и на этой почве он создает конфликтные ситуации в коллективе. Излишняя прямолинейность, вспыльчивость, резкость, нетерпимость порой делают тяжелым и неприятным

пребывание в коллективе таких людей.

#### ***Меланхолический темперамент.***

У меланхоликов медленно протекают психические процессы, они с трудом реагируют на сильные раздражители; длительное и сильное напряжение вызывает у людей этого темперамента замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. В работе меланхолики обычно пассивны, часто мало заинтересованы (ведь заинтересованность всегда связана с сильным нервным напряжением}. Чувства и эмоциональные состояния у людей меланхолического темперамента возникают медленно, но отличаются

глубиной, большой силой и длительностью; меланхолики легко

уязвимы, тяжело переносят обиды, огорчения, хотя внешне все эти переживания у них выражаются слабо. Представители меланхолического темперамента склонны к замкнутости и одиночеству, избегают общения с малознакомыми, новыми людьми, часто смущаются, проявляют большую неловкость в новой обстановке. Все новое, необычное вызывает у меланхоликов тормозное состояние. Но в привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают очень продуктивно. У меланхоликов легко развивать и совершенствовать свойственную им глубину и устойчивость чувств, повышенную восприимчивость к внешним воздействиям,

Психологи установили, что слабость нервной системы не является отрицательным свойством. Сильная нервная система более успешно справляется с одними жизненными задачами, а слабая - с другими. Слабая нервная система - нервная система высокой чувствительности, и в этом ее известное преимущество. Знание темперамента, знание особенностей прирожденной организации нервной системы, оказывающей влияние на протекание психической деятельности человека, необходимо учителю в его учебной и воспитательной работе. Следует помнить, что деление людей на четыре вида темперамента очень условно. Существуют переходные, смешанные, промежуточные типы темперамента; часто в темпераменте человека соединяются черты разных темпераментов.

**К свойства темперамента** можно отнести те индивидуальные отличия человека, которые определяют собой динамические аспекты всех видов деятельности, характеризуют особенности протекания психических процессов, имеют более или менее устойчивый характер, сохраняются в течении длительного времени, проявляясь вскоре после рождения. К ним относятся –

1) сензитивность – определяется тем, какова наименьшая сила внешних воздействий, необходимая для возникновения какой-либо

психической реакции человека, и какова скорость возникновения этой реакции.

2) реактивность – характеризуется степенью произвольности реакций на внешние и внутренние воздействия одинаковой силы (критическое замечание, обидное слово, резкий тон)

3) пластичность и ригидность – насколько гибко человек приспосабливается к внешним воздействиям (пластичность) или насколько инертно и косно его поведение (ригидность).

4) темп реакций характеризует скорость протекания различных психических реакций и процессов (темп речи, динамика жестов, быстрота ума)

5) эмоциональная возбудимость – характеризуется насколько слабое воздействие необходимо для возникновения эмоциональной реакции и с какой скоростью оно возникает.

6) экстраверсия-интроверсия – определяет, от чего преимущественно зависят реакции и деятельность человека – от внешних впечатлений, возникающих в данный момент или от образов, представлений и мыслей, связанных с прошлым и будущим.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что следует понимать под индивидуально своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека?
2. Каким образом они проявляются?
3. На основе, какой характеристики заметны типы темперамента? Приведите примеры.
4. Какие свойства темперамента выделяются характеристикой традиционных 4 типов?
5. Чем определяются сензитивность, реактивность, активность?
6. Что определяет соотношение реактивности и активности?
7. О чём свидетельствуют пластичность и ригидность? Приведите примеры.

8. Чем характеризуется темп реакций?
9. Охарактеризуйте понятия экстраверсия, интроверсия, эмоциональная возбудимость?
10. Назовите основные классические типы темперамента.
11. По каким признакам отличается сангвиник от холерика? Приведите примеры на эти типы темперамента.
12. Охарактеризуйте флегматический тип темперамента, укажите его различие от меланхолического типа? Аргументируйте примерами.

#### **Научные проблемы, ожидающие своего решения:**

- Научно обосновать возможность соотнесения теории Э.Кремера как общепринятая теория в настоящее время.
- Объясните, возможно ли проявления в меланхоликах таких качеств как смелость и активность, а холериках волевого качества, как выдержка? Аргументируйте свою мысль.
- Роль типов темперамента в процессе усвоения знаний.
- Воздействие ЦНС на динамику умственной деятельности.

#### **Основные выводы по теме:**

1. Под темпераментом следует понимать индивидуально своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые одинаково проявляются в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и в своей взаимной связи характеризуют тип темперамента.
2. Темперамент человека есть не что иное, как психическое проявление типа высшей нервной системы.

#### **Основная литература.**

2. Каримова В.А., Акрамова Ф.А. Психология. Текст лекций. Т.,2002.
3. Общая психология. Под изданием А.В. Петровского. Т.1992.
4. «Психология» краткий словарь. Т.1997.
5. Общая психология. М.Г. Давлетшин, М. Туйчиева. Т.2002.
6. Психология. Р.С. Немов. М. 1998

### **3.2. Дополнительная литература**

1. Э.Газиев «Мышление» Т., 1996 г.
2. Э.Газиев. «Психология интеллекта» Т. 2000 г.
3. Рогов «Практическая психология» 2000 г.
4. Бернс Э. Люди, которые играют в игры. М, «Интра», 2000 г.
5. Вертгеймер М. Продуктивное мышление. М, 1999 г.
6. Ендольцев Ю. Знакомимся с психологией. М., 1999 г.
7. Джуэлл Л. Индустриально-организационная психология. «Питер», 2001.
8. Рогов Е. Настольная книга практического психолога. М, «Прогресс», 1998.

### **Вопросы для обсуждения и формирования выводов**

- 1.1. Объясните суть понятия темперамент.
- 1.2. Что называется типами темпераментов?
- 1.3. Что отражает темперамент?
- 1.4. В чем заключается специфическая особенность темперамента?
- 1.5. Почему темперамент считается биологическим фундаментом?
- 1.6. Какие психические различия между, людьми говорят о темпераментах людей?

### **Выводы:**

Темперамент - это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов и поведения. Под динамикой понимают темп, ритм, продолжительность, интенсивность психических процессов, в частности эмоциональных процессов, а также некоторые внешние особенности поведения человека - подвижность, активность, быстроту или замедленность реакций и т. д. Темперамент характеризует динамичность личности, но не характеризует ее убеждений, взглядов, интересов, не является показателем ценности или малоценности личности, не определяет ее возможности (не следует смешивать свойства темперамента со свойствами характера или способностями).



- 2.1. На основе, какой характеристики заметны типы темперамента? Приведите примеры.
- 2.2. Какие свойства темперамента выделяются характеристикой традиционных 4 типов?
- 2.3. Чем определяются сензитивность, реактивность, активность?
- 2.4. Что определяет соотношение реактивности и активности?
- 2.5. О чём свидетельствуют пластичность и ригидность? Приведите примеры.
- 2.6. Охарактеризуйте понятия экстраверсия, интроверсия, эмоциональная возбудимость?

**Выводы:**

Психологические исследования и педагогическая практика показывают, что темперамент несколько изменяется под влиянием условий жизни и воспитания. Темперамент может изменяться и в результате самовоспитания. Даже взрослый человек может изменить в определенную сторону свой темперамент.

- 3.1. Кто и каким путём обратил внимание на индивидуальные различия в поведении и в протекании условнорефлекторной деятельности?
- 3.2. В каких аспектах поведения проявлялись эти различия?
- 3.3. Что дало это обстоятельство?
- 3.4. Что относится к этим свойствам нервной системы?
- 3.5. Охарактеризуйте по отдельности сила возбуждения и торможения, их уравновешенность и подвижность – процессов нервной системы.
- 3.6. Как различал И.П.Павлов силу воображения и силу торможения?

**Выводы:** тип высшей нервной деятельности относится к природным высшим данным, это врожденное свойство нервной системы. На данной физиологической основе могут образоваться различные системы условных связей, т. е. в процессе жизни эти условные связи будут различно формироваться у разных людей: в этом и будет проявляться тип высшей нервной деятельности. Темперамент и есть проявление типа высшей нервной деятельности в деятельности, поведении человека.

## **Учебные задания**

### **Микрогруппа №1**

1. Объясните суть понятия темперамент. Что отражает темперамент?
2. Почему темперамент считается биологическим фундаментом?
3. Назовите ведущий компонент сформированного характера.
4. Назовите основные черты характера и охарактеризуйте их.

### **Микрогруппа №2**

1. Кем была распространена типология с различиями в телосложении и физиологических функциях? Охарактеризуйте эту типологию.
2. Какую классификацию характера предложил К. Юнг?
3. Что означает акцентуация характера?
4. Кем было предложено типология акцентуации?

### **Микрогруппа №3**

1. Какие свойства темперамента выделяются характеристикой традиционных 4 типов?
2. Дайте характеристику актуальных и потенциальных способностей.
3. Как называл И.П.Павлов врожденные особенности нервной системы?
4. Чем характер определяется и формируется в течение всей жизни человека?

## **ИНСТРУКЦИЯ**

### **ПРАВИЛА, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ УСПЕШНОСТЬ ЗАНЯТИЯ:**

- Не пропускать занятия и не опаздывать;
- Поставить определённую цель и достичь её;
- Успешно пользоваться временем;
- Не перебивать, когда говорит сокурсник;
- Соблюдать правила этикета: уметь слушать и задавать вопросы по теме;
- Уважать мнения других;
- Взаимоуважение;
- Быть ответственным;
- Проявить активность, творческий подход, инициативу;
- Настроение держать в норме;
- Быть организатором и инициатором;
- Изложить мнение кратко, ясно и выразительно;
- Взаимоподдержка, взаимоуважение, сочувствие, взаимопомощь.

## **17-ТЕМА: ХАРАКТЕР**

### **Основные вопросы:**

1. Проблема характера в психологии.
2. Структура характера.
3. Свойства характера.
4. Воспитание характера.

### **Ключевые слова и понятия:**

характер, эмоциональные, волевые, интеллектуальные качества характера, направленность личности, индивидуальный подход, устойчивость, конфликтность, акцентуация характера, интроверт, экстраверт, гипертимный тип., циклоидный тип, лабильный тип, астеноневротический тип, сенситивный тип, психастенический тип, шизоидный тип.

### **Проблема характера в психологии**

#### **Проблемы:**

- Объясните свойства характера, врожденное ли оно или приобретается в течение жизни?
- Какие факторы воздействуют на формирование характера? Аргументируйте свою мысль.
- Как вы думаете, надо ли в процессе обучения учитывать индивидуальные различия характера учителя и ученика? Аргументируйте.
- Можно ли заметить свойства характера в общении?

В буквальном переводе с греческого языка характер означает чеканка, отпечаток. В психологии под характером понимают совокупность индивидуально- своеобразных психических свойств, которые проявляются у личности в типичных условиях и выражаются в присущих ей способах деятельности в подобных условиях.

**Характер** - это индивидуальное сочетание существенных свойств личности, выражающих отношение человека к действительности и

проявляющихся в его поведении, в его поступках. Характер взаимосвязан с другими сторонами личности, в частности с темпераментом и способностями. Характер в узком смысле слова определяется как совокупность устойчивых свойств индивида, в которых выражаются способы его поведения и способы эмоционального реагирования. При таком определении характера его свойства могут быть отнесены к формально-динамическим особенностям поведения.

Попытки построения типологии характеров неоднократно предпринимались на протяжении всей истории психологии. Одной из наиболее известных и ранних типологий появилось еще в начале нашего века, была предложена немецким психиатром и психологом Э. Кречмером. Несколько позже аналогичную попытку предпринял его американский коллега У. Шелдон, а в наши дни - Э. Фромм, К. Леонгард, А. Е. Личко и ряд других ученых.

Все типологии человеческих характеров исходили из ряда общих идей. Основные из них следующие:

1. Характер человека формируется довольно рано в онтогенезе и на протяжении остальной его жизни проявляет себя как более или менее устойчивый.
2. Те сочетания личностных черт, которые входят в характер человека, не являются случайными. Они образуют четко различимые типы, позволяющие выявлять и строить типологию характеров.

Большая часть людей в соответствии с этой типологией может быть разделена на группы.

Э. Кречмер выделил и описал три наиболее часто встречающихся типа строения тела или конституции человека: астенический, атлетический и пикнический. Каждый из них он связал с особым типом характера (впоследствии оказалось, что должных научных оснований для этого у автора не было).

1. **Астенический тип**, по Кречмеру, характеризует небольшая толщина тела в профиль при среднем или выше среднего росте. Астеник - это обычно худой и тонкий человек, из-за своей худобы кажущийся несколько выше, чем он есть на самом деле. У астеника тонкая кожа лица и тела, узкие плечи, тонкие руки, удлиненная и плоская грудная клетка со слабо развитой мускулатурой и слабыми жировыми накоплениями. Такова в основном характеристика астеников-мужчин. Женщины этого типа, кроме того, часто и малорослы.

2. **Атлетическому типу** свойствен сильно развитый скелет и мускулатура. Такой человек обычно среднего или высокого роста, с широкими плечами, мощной грудной клеткой. У него плотная, высокая голова.

3. **Пикнический тип** отличается сильно развитыми внутренними полостями тела (головы, груди, живота), склонностью к ожирению при слабо развитых мышцах и опорно-двигательном аппарате. Такой человек среднего роста с короткой шеей, сидящей между плечами.

Тип строения тела, как было показано еще Кречмером и отчасти подтверждено новейшими исследованиями в области психогенетики, определенным образом коррелирует со склонностью к психическим заболеваниям. Например, маниакально-депрессивным психозом чаще всего болеют люди с крайне выраженными чертами пикника. К шизофреническим заболеваниям более склонны астеники и атлетики.

Более поздние классификации характеров строились в основном на описаниях этих акцентуаций. Одна из них принадлежит известному отечественному психиатру А. Е. Личко. Эта классификация 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. Объясняет этот факт автор классификации так: “При действии психогенных факторов, адресующихся к “месту наименьшего сопротивления”, могут наступать временные нарушения адаптации, отклонения в поведении”. При повзрослении ребенка особенности его характера, проявившиеся в детстве, остаются достаточно выраженными, теряют свою остроту, но с возрастом вновь могут проявиться отчетливо (особенно если возникает заболевание).

Классификация акцентуаций характеров у подростков, которую предложил А. Е. Личко, выглядит следующим образом:

1. *Гипертимный тип*. Подростки этого типа отличаются подвижностью, общительностью, склонностью к озорству. В происходящие вокруг события они всегда вносят много шума, любят беспокойные компании сверстников. При хороших общих способностях они обнаруживают неусидчивость, недостаточную дисциплинированность, учатся неровно. Настроение у них всегда хорошее, приподнятое. Со взрослыми - родителями и педагогами - у них нередко возникают конфликты. Такие подростки имеют много разнообразных увлечений, но эти увлечения, как правило, поверхностны и быстро проходят. Подростки гипертимного типа зачастую переоценивают свои способности, бывают слишком самоуверенными, стремятся показать себя, (прихвастнуть, произвести на окружающих впечатление).

2. *Циклоидный тип*. Характеризуется повышенной раздражительностью и склонностью к апатии. Подростки данного типа предпочитают находиться дома одни, вместо того чтобы где-то бывать со сверстниками. Они тяжело переживают даже незначительные неприятности, на замечания реагируют крайне раздражительно. Настроение у них периодически меняется от приподнятого до подавленного (отсюда название данного типа) с периодами примерно в две-три недели.

3. *Лабильный тип.* Этот тип крайне изменчив в настроении, причем оно зачастую непредсказуемо. Поводы для неожиданного изменения настроения могут оказаться самыми ничтожными, например кем-то случайно оброненное слово, чей-то неприветливый взгляд. Все они “способны погрузиться в уныние и мрачное расположение духа при отсутствии каких-либо серьезных неприятностей и неудач”. Поведение этих подростков во многом зависит от сиюминутного настроения. Настоящее и будущее соответственно настроению может расцвечиваться то радужными, то мрачными красками. Такие подростки, находясь в подавленном настроении, крайне нуждаются в помощи и поддержке со стороны тех, кто может поправить их настроение, способен отвлечь, приободрить и развлечь. Они хорошо понимают и чувствуют отношение к ним окружающих людей.

4. *Астеноневротический тип.* Этот тип характеризуется повышенной мнительностью и капризностью, утомляемостью и раздражительностью. Особенно часто утомляемость проявляется при выполнении трудной умственной работы.

5. *Сензитивный тип.* Ему свойственна повышенная чувствительность ко всему: к тому, что радует, и к тому, что огорчает или пугает. Эти подростки не любят больших компаний, слишком азартных, подвижных озорных игр. Они обычно застенчивы и робки при посторонних людях и потому часто производят впечатление замкнутости. Открыты и общительны они бывают только с теми, кто им хорошо знаком, общению со сверстниками предпочитают общение с малышами и взрослыми. Они отличаются послушанием и обнаруживают большую привязанность к родителям. В юношеском возрасте у таких подростков могут возникать трудности адаптации к кругу сверстников, а также “комплекс неполноценности”. Вместе с тем у этих же подростков довольно рано формируется чувство долга, обнаруживаются высокие моральные требования к себе и к окружающим людям. Недостатки в своих способностях они часто

компенсируют выбором сложных видов деятельности и повышенным усердием. Эти подростки разборчивы в нахождении для себя друзей и приятелей, обнаруживают большую привязанность в дружбе, обожают друзей, которые старше их по возрасту.

6. *Психастенический тип.* Такие подростки характеризуются ускоренным и ранним интеллектуальным развитием, склонностью к размышлениям и рассуждениям, к самоанализу и оценкам поведения других людей. Такие подростки, однако, нередко бывают больше сильны на словах, а не на деле. Самоуверенность у них сочетается с нерешительностью, а безапелляционность суждений - со скоропалительностью действий, предпринимаемых как раз в те моменты, когда требуется осторожность и осмотрительность.

7. *Шизоидный тип.* Наиболее существенная черта этого типа - замкнутость. Эти подростки не очень тянутся к сверстникам, предпочитают быть одни, находиться в компании взрослых. Они нередко демонстрируют внешнее безразличие к окружающим людям, отсутствие интереса к ним, плохо понимают состояния других людей, их переживания, не умеют сочувствовать. Их внутренний мир зачастую наполнен различными фантазиями, какими-либо особенными увлечениями. Во внешних проявлениях своих чувств они достаточно сдержанны, не всегда понятны для окружающих, прежде всего для своих сверстников, которые их, как правило, не очень любят.

8. *Эпилептоидный тип.* Эти подростки часто плачут, изводят окружающих, особенно в раннем детстве. Такие дети, пишет А. Е. Личко, любят мучить животных, дразнить младших, издеваться над беспомощными. В детских компаниях они ведут себя как диктаторы. Их типичные черты - жестокость, властность, себялюбие. В группе детей, которыми они управляют, такие подростки устанавливают свои жесткие, почти террористические порядки, причем их личная власть в таких группах



держится в основном на добровольной покорности других детей или на страхе. В условиях жесткого дисциплинарного режима они чувствуют себя нередко на высоте, стараются угождать начальству, добиваться определенных преимуществ перед сверстниками, получить власть, установить свой диктат над окружающими.

9. *Истероидный тип.* Главная черта этого типа - эгоцентризм, жажда постоянного внимания к собственной особе. У подростков данного типа нередко выражена склонность к театральности, позерству, рисовке. Такие дети с большим трудом выносят, когда в их присутствии кто-то хвалит их же товарища, когда другим уделяют больше внимания, чем им самим. Для них насущной потребностью становится стремление привлекать к себе внимание окружающих, выслушивать в свой адрес восторги и похвалы. Для этих подростков характерны претензии на исключительное положение среди сверстников, и, чтобы оказать влияние на окружающих, привлечь к себе их внимание, они часто выступают в группах в роли зачинщиков и заводил. Вместе с тем, будучи неспособными стать настоящими лидерами и организаторами дела, завоевать себе неформальный авторитет, они часто и быстро терпят фиаско.

10. *Неустойчивый тип.* Его иногда неверно характеризуют как слабовольный, плывущий по течению. Подростки данного типа обнаруживают повышенную склонность и тягу к развлечениям, причем без разбора, а также к безделью и праздности. У них отсутствуют какие-либо серьезные, в том числе профессиональные, интересы, они почти совсем не думают о своем будущем.

11. *Конформный тип.* Данный тип демонстрирует бездумное, а часто просто конъюнктурное подчинение любым авторитетам, большинству в группе. Такие подростки обычно склонны к морализаторству и консерватизму, а их главное жизненное кредо - "быть как все". Это тип приспособленца который ради своих собственных интересов готов предать

товарища, покинуть его в трудную минуту, но, что бы он ни совершил, он всегда найдет “моральное” оправдание своему поступку, причем нередко даже не одно.

К приведенной классификации характеров, предложенной А. Е. Личко, следует относиться так же, как и к классификации Э. Кречмера. Она также построена на основе результатов наблюдений и их обобщения и в этом смысле не является научно точной (по современным представлениям). Возникает вопрос, на который различные классификаторы до сих пор не нашли удовлетворительного ответа: что делать с теми людьми, которые не вписываются в классификацию и не могут быть отнесены однозначно ни к одному из предложенных типов? Такая промежуточная группа людей составляет довольно значительную часть - до половины всех людей.

Близкой к классификациям А. Е. Личко является типология характеров, предложенная немецким ученым К. Леонгардом. Эта классификация основана на оценке стиля общения человека с окружающими людьми и представляет как самостоятельные следующие типы характеров:

1. *Гипертимный тип*. Его характеризует чрезвычайная контактность, словоохотливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики. Он часто спонтанно отклоняется от первоначальной темы разговора. У такого человека возникают эпизодические конфликты с окружающими людьми из-за недостаточно серьезного отношения к своим служебным и семейным обязанностям. Люди подобного типа нередко сами бывают инициаторами конфликтов, но огорчаются, если окружающие делают им замечания по этому поводу. Из положительных черт, привлекательных для партнеров по общению, людей данного типа характеризуют энергичность, жажда деятельности, оптимизм, инициативность. Вместе с тем они обладают и некоторыми отталкивающими чертами: легкомыслием, склонностью к аморальным поступкам, повышенной раздражительностью, прожектерством, недостаточно серьезным отношением к своим обязанностям. Они трудно

переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

2. *Дистимный тип*. Его характеризует низкая контактность, немногословие, доминирующее пессимистическое настроение. Такие люди являются обычно домоседами, тяготеют шумным обществом, редко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Они высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиниться. Они располагают следующими чертами личности, привлекательными для партнеров по общению: серьезностью, добросовестностью, обостренным чувством справедливости. Есть у них и отталкивающие черты. Это - пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

3. *Циклоидный тип*. Ему свойственны довольно частые периодические смены- настроения, в результате чего так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми. В период повышенного настроения они являются общительными, а в период подавленного - замкнутыми. Во время душевного подъема они ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада - с дистимной.

4. *Возбудимый тип*. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко они занудливы и угрюмы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа часто добросовестные, аккуратные, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

5. *Застревающий тип*. Его характеризуют умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах обычно выступает инициатором, активной стороной. Стремится добиться

высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе. Особо чувствителен к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен. Иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.

6. *Педантичный тип.* В конфликты вступает редко, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Вместе с тем с охотой уступает лидерство другим людям. Иногда изводит домашних чрезмерными претензиями на аккуратность. Его привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах, а отталкивающие и способствующие возникновению конфликтов - формализм, занудливость, брюзжание.

7. *Тревожный тип.* Людям данного типа свойственны низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. Они редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Нередко располагают следующими привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащищенности также нередко служат “козлами отпущения”, мишенями для шуток.

8. *Эмотивный тип.* Эти люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают “с полуслова”. Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, не “выплескивают” наружу. Привлекательные черты: доброта, сострадательность, сорадование чужим успехам, обостренное чувство долга, исполнительность. Отталкивающие черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

*Демонстративный тип.* Этот тип людей характеризуется легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жадой власти и похвалы. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Такие люди раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются. Обладают следующими чертами, привлекательными для партнеров по общению: обходительностью, артистичностью, способностью увлечь других, неординарностью мышления и поступков. Их отталкивающие черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

*Экзальтированный тип.* Ему свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем привязаны и внимательны к друзьям и близким. Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отталкивающие черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

*Экстравертированный тип.* Отличается высокой контактностью, у таких людей масса друзей, знакомых, они словоохотливы до болтливости, открыты для любой информации. Редко вступают в конфликты с окружающими и обычно играют в них пассивную роль. В общении с друзьями, на работе и в семье часто уступают лидерство другим, предпочитают подчиняться и находиться в тени. Располагают такими привлекательными чертами, как готовность внимательно выслушать другого, сделать то, о чем просят, исполнительность. Отталкивающие особенности: подверженность влиянию, легкомыслие, необдуманность поступков, страсть к развлечениям, к участию в распространении сплетен и слухов. .

*Интровертированный тип.* Его, в отличие от предыдущего, характеризует очень низкая контактность, замкнутость, оторванность от реальности, склонность к философствованию. Такие люди любят одиночество, редко вступают в конфликты с окружающими, только при попытках бесцеремонного вмешательства в их личную жизнь. Часто представляют собой эмоционально холодных идеалистов, относительно слабо привязанных к людям. Обладают такими привлекательными чертами, как сдержанность, наличие твердых убеждений, принципиальность. Есть у них и отталкивающие черты. Это - упрямство, ригидность мышления, упорное отстаивание своих идей. На все они имеют свою точку зрения, которая может оказаться ошибочной, резко отличаться от мнения других людей, и тем не менее они продолжают ее отстаивать несмотря ни на что.

Данная классификация относится в основном к взрослым людям и представляет типологию характеров преимущественно с точки зрения отношения к людям (напомним, что характер человека проявляется также в отношении к делу).

Обобщив данные наблюдений за социальным поведением различных людей, соотнеся их с практикой работы в клинике (Э. Фромм был врачом-психиатром фрейдистской ориентации), автор представляемой типологии характеров вывел следующие их основные типы:

1. *“Мазохист-садист”*. Это тип человека, который склонен видеть причины своих жизненных успехов и неудач, а также причины наблюдаемых социальных событий не в складывающихся обстоятельствах, а в людях. Стремясь устранить эти причины, он направляет свою агрессию на человека, который представляется, ему причиной неудачи. Если речь идет о нем самом, то его агрессивные действия направляются на себя; если в качестве причины выступают другие люди, то они становятся жертвами его агрессивности. Такой человек много занимается самообразованием, самосовершенствованием, “переделкой” людей “в лучшую сторону”. Своими

настойчивыми действиями, непомерными требованиями и притязаниями он иногда доводит себя и окружающих людей до состояния изнеможения. Особенно опасен для окружающих такой тип тогда, когда он получает над ними власть: он их начинает терроризировать, исходя из “благих намерений”.

Характеризуя таких людей, как врач-психиатр, Э. Фромм писал: “Наиболее часто проявляемые мазохистские тенденции - это чувство собственной неполноценности, беспомощности, ничтожности”.

Люди-мазохисты проявляют тенденции принижать и ослаблять себя, упиваются самокритикой и самобичеванием, возводят на себя немыслимые напрасные обвинения, во всем и прежде всего стараются взять вину на себя, даже если в случившемся они ни при чем.

Интересно наблюдение Э. Фромма, утверждающего, что в этом типе людей наряду с мазохистскими склонностями почти всегда открываются и *садистские* тенденции. Они проявляются в стремлении ставить людей в зависимость от себя, приобретать над ними полную и безграничную власть, эксплуатировать их, причинять им боль и страдание, наслаждаться видением того, как они страдают. Такой тип человека называют авторитарной *личностью*. Э. Фромм показал, что подобные личностные свойства были присущи многим известным в истории деспотам, и включил в их число Гитлера, Сталина, ряд других известных исторических лиц.

2. “*Разрушитель*”. Характеризуется выраженной агрессивностью и активным, стремлением к устранению, уничтожению объекта, вызвавшего фрустрацию, крушение надежд у данного человека. “Разрушительность, - пишет Фромм, - это средство избавления от невыносимого чувства бессилия”. К разрушительности как к средству разрешения своих жизненных проблем обычно обращаются люди, которые испытывают чувство тревоги и бессилия, ограничены в реализации своих интеллектуальных и эмоциональных возможностей. В периоды больших социальных потрясений, революций,

переворотов они выступают в качестве основной силы, разрушающей старое, в том числе и культуру.

3. *“Конформист-автомат”*. Такой индивид, столкнувшись с трудноразрешимыми социальными и личными жизненными проблемами, перестает “быть самим собой”. Он беспрекословно подчиняется обстоятельствам, обществу любого типа, требованиям социальной группы, быстро усваивая тот тип мышления и способ поведения, который свойствен большинству людей в данной ситуации. У такого человека почти никогда нет ни собственного мнения, ни выраженной социальной позиции. Он фактически утрачивает собственное “Я”, свою индивидуальность и “настолько привык испытывать именно те чувства, какие от него ожидаются в определенных ситуациях, что лишь в порядке исключения мог бы заметить в своих чувствах нечто “чужое”. Такой человек всегда готов подчиниться любой новой власти, быстро и без проблем меняет свои убеждения, если обстоятельства этого требуют, не особенно задумываясь над моральной стороной подобного поведения. Это - тип сознательного или бессознательного приспособленца.

Выведенная Э. Фроммом типология реальна в том смысле слова, что действительно напоминает поведение многих людей во время социальных событий, происходящих в нашей стране сейчас или имевших место в прошлом.

**Физиологические основы характера.** Физиологической основой характера является сплав черт типа высшей нервной деятельности и сложных устойчивых систем временных связей, выработанных в результате индивидуального жизненного опыта. В этом сплаве системы временных связей играют более важную роль, так как тип нервной системы можно сформировать все общественно ценные качества личности. Но, во-первых, системы связей формируются различно у представителей разных типов нервной системы и, во-вторых, эти системы связей проявляются своеобразно



в зависимости от типов. Например, решительность характера можно воспитать и у представителя сильного, возбудимого типа нервной системы, и у представителя слабого типа. Но воспитываться она будет по-разному и проявляться, будет по-разному в зависимости от типа,

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что означает в психологии понятие характер?
2. Чем характер определяется и формируется в течение всей жизни человека?
3. Раскройте суть понятия характера.
4. Какое отношение выражает характер?
5. Какими индивидуально-психологическими свойствами взаимосвязан характер?
6. С какими чертами характера связаны способности?
7. Что является физиологической основой характера?
8. Аргументируйте, что раскрывает содержание характера.
9. Что определяет направленность личности? Приведите примеры.
10. На основе чего, формируется направленность характера?
11. Назовите ведущий компонент сформированного характера.
12. Назовите основные черты характера и охарактеризуйте их.

### **Структура характера.**

#### **Динамическая структура личности**

Наиболее общей динамической структурой личности является обобщение всех ее возможных индивидуально-психологических особенностей в четыре группы. Образующие четыре основные стороны личности:

1. Биологические обусловленные потребности (задатки, темперамент, простейшие потребности).
2. Социально обусловленные особенности (направленность, моральные качества, простейшие потребности).
3. Индивидуальные особенности различных психических процессов.

4. Опыт (объем и качество имеющихся знаний, навыков, умений и привычек).

Далеко не все индивидуально-психологические особенности этих сторон личности будут чертами характера. Не все черты характера понятно, являются особенностями личности. Характер – это лишь одна из подструктур личности, причем подструктура подчиненная. Развитая зрелая личность хорошо владеет своим характером и способна контролировать его проявления. Наоборот, порывы характера. Когда человек действует непосредственно по логике того, к чему его побуждают те или иные черты характера, типичны для психопатов.

Таким образом, характер занимает подчиненное положение, и соответственно проявления характера зависят от того, каким мотивам и целям служат в конкретном случае эти проявления. То есть черты характера не являются чем-то, что действует само по себе. Проявляется во всех ситуациях.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Назовите структуру личности.
2. Охарактеризуйте четыре основные стороны личности.
3. Какое положение занимает характер в формировании личности?
4. Как высказываются индивидуальные особенности различных психических процессов структуру характера?

#### **Свойства характера**

Характер - это неразрывное целое. Но изучить и понять такое сложное целое, как характер, нельзя, не выделив в нем отдельных сторон или типичных проявлений (черт характера). Общие черты характера проявляются в отношениях личности к общественным обязанностям и долгу, к людям, к самой себе. Отношение к общественным обязанностям и долгу прежде всего проявляется в отношении личности к общественному труду.

В этой связи выявляются такие черты характера, как трудолюбие, добросовестность, настойчивость, бережливость, и противоположные им -

леность, небрежность, пассивность, расточительство. Отношение человека к труду оказывает решающее влияние на формирование его других личностных качеств. Д. И. Писарев писал: "Характер закаляется трудом, и кто никогда не добывал себе собственным трудом насущного пропитания, тот в большей части остается навсегда слабым, вялым и бесхарактерным человеком". Отношение к людям наглядно выступает в таких чертах характера, как общительность, вежливость, доброжелательность и т. п. Антиподами этих черт являются замкнутость, бестактность, недоброжелательность. Как утверждал В. Гюго, "у каждого человека три характера: тот, который ему приписывают; тот, который он сам себе приписывает; и, наконец, тот, который есть в действительности". В целях выяснения сути своего характера человеку полезно знать мнение о себе коллектива, в котором он работает и проводит значительную часть своей жизни. И прежде всего то, насколько упорядочены у него отношения с людьми, насколько он нужен людям, насколько он авторитетен среди них. Отношение к самому себе проявляется в самооценке своих действий. Трезвая самооценка - это одно из условий совершенствования личности, помогающих вырабатывать такие черты характера, как скромность, принципиальность, самодисциплина. Отрицательными чертами характера являются повышенное самомнение, высокомерие и хвастовство. Человек, обладающий этими чертами, обычно неуживчив в коллективе, невольно создает в нем предконфликтные и конфликтные ситуации. Нежелательна и другая крайность в характере человека: недооценка своих достоинств, робость в высказывании своих позиций, в отстаивании своих взглядов. Скромность и самокритичность должны сочетаться с обостренным чувством собственного достоинства, основанном на сознании действительной значимости своей личности, на наличии известных успехов в труде на общую пользу. Принципиальность - одно из ценных личностных качеств, придающих характеру деятельную направленность. Волевые черты характера. Под волей

понимается сложный психический процесс, который вызывает активность человека и пробуждает его действовать направленно. Воля является способностью человека преодолевать препятствия, добиваться поставленной цели. Конкретно она выступает в таких чертах характера, как целеустремленность, решительность, настойчивость, мужество. Данные черты характера могут способствовать достижению как общественно полезных, так и антиобщественных целей. Для этого важно определить, каков мотив волевого поведения человека.

"Храбрый поступок, мотив которого состоит в порабощении другого человека, в захвате чужого добра, в продвижении по службе, и храбрый поступок, мотив которого заключается в том, чтобы помочь общему делу, обладают, конечно совершенно различными психологическими качествами". По волевой активности характеры подразделяются на сильные и слабые. Люди сильным характером имеют устойчивые цели, инициативны, смело принимают решения и реализуют их, обладают большой выдержкой, мужественны и смелы. Людей, у которых эти качества слабо выражены или отдельные из них отсутствуют, относят к категории слабохарактерных. Им свойственно пассивное проявление своих деловых и личных качеств. Зачастую такие люди, имея самые хорошие намерения, не добиваются значимых результатов в работе, учебе. Многие из них искренне переживают свое неумение самостоятельно, настойчиво и решительно действовать. Волевые качества можно воспитывать у человека. И. П. Павлов подчеркивал, что человек - это единственная система, способная регулировать сама себя в широких пределах, т. е. может самосовершенствоваться. Слабовольные люди при продуманной педагогической работе с ними могут стать активно деятельными. При этом надо принимать во внимание индивидуальные особенности человека, например его темперамент. Так, у холерика легче выработать активность и решительность, чем у меланхолика. Сам человек должен с юного возраста тренировать свою волю, вырабатывать такие

качества, как самообладание, активность, смелость.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Дайте определение характера.
2. Почему нельзя сразу определить свойства характера человека?
3. В каких ситуациях проявляются общие черты характера личности к общественным обязанностям и долгу?
4. Какие черты характера выявляются по отношению к общественным обязанностям?
5. Охарактеризуйте данные понятия: добросовестность, настойчивость, бережливость, и противоположные им - лень, небрежность, пассивность, расточительство.
6. приведите примеры к каждому из них.
7. Какое определение характера писал Д. И. Писарев?
8. Что такое трезвая самооценка?
9. Назовите отрицательные черты характера.
10. Кого мы называем люди сильным характером?
11. Почему некоторые люди обычно неуживчивы в коллективе, невольно создают в нем предконфликтные и конфликтные ситуации?
12. Что такое принципиальность?
13. Волевые черты характера. Что это значит?
14. И. П. Павлов подчеркивал, что человек - это единственная система. способная регулировать сама себя в широких пределах. Аргументируйте эту мысль.

### **Формирование характера у детей и пути его воспитания**

Как отмечалось, характер формируется, развивается и изменяется в практической деятельности человека, отражает условия и образ его жизни.

Формирование характера начинается с раннего детства. Уже в дошкольном возрасте обрисовываются первые контуры характера, начинает складываться привычный образ поведения, определенные отношения к

действительности. Проявления коллективизма, настойчивости, выдержки, смелости в дошкольном возрасте формируются, прежде всего, в игре, особенно в коллективных сюжетных играх с правилами.

Большое значение имеют простейшие виды доступной дошкольнику трудовой деятельности. Выполняя некоторые несложные обязанности, ребенок приучается уважать и любить труд, чувствовать ответственность за порученное дело. Под влиянием требований родителей и воспитателей их личного примера у ребенка постепенно складываются понятия о том, что можно и чего нельзя, и это начинает определять его поведение, закладывает основы чувства долга, дисциплины, выдержки; ребенок приучается давать оценку собственному поведению.

С поступлением в школу начинается новый этап формирования характера. Ребенок впервые сталкивается с рядом строгих правил и школьных обязанностей, определяющих все его поведение в школе, дома, в общественных местах.

Эти правила, обязанности развивают у школьника организованность, систематичность, целеустремленность, настойчивость, аккуратность, дисциплинированность, трудолюбие. Исключительно важную роль в формировании характера играет школьный коллектив. В школе ребенок вступает в новые для него отношения с учителями, в отношения содружества и взаимопомощи с товарищами. У него развивается сознание долга и ответственности перед коллективом своего класса, школы, чувство товарищества, коллективизм. Особенно интенсивно развиваются черты характера у подростков. Подросток в значительной большей мере, чем младший школьник, участвует в жизни взрослых, к нему предъявляют более высокие требования. Подросток в своей учебной и общественной деятельности уже гораздо больше начинает руководствоваться мотивами общественного порядка - чувством долга и ответственности перед коллективом, желанием поддержать честь школы, класса.

Решающее влияние на характер ребенка оказывает воспитание. Не существует детей, характер которых нельзя было бы перевоспитать, и которым нельзя было бы привить определенные положительные качества, устранив даже как будто бы уже укоренившиеся у них отрицательные черты.

Каковы же пути воспитания характера? Необходимым условием воспитания характера является формирование мировоззрения, убеждений, и идеалов, Мировоззрением определяется направленность человека, его жизненные цели, устремления, из мировоззрения вытекают моральные установки, которыми люди руководствуются в своих поступках. Задача формирования мировоззрения, убеждений должна решаться в единстве с воспитанием определенных форм поведения, в которых могла бы воплотиться система отношений человека к действительности. Поэтому для воспитания общественно ценных черт характера необходима такая организация игровой, учебной, трудовой деятельности ребенка, при которой он бы мог накопить опыт правильного поведения.

В процессе формирования характера надо закреплять не только определенную форму поведения, но и соответствующий мотив этого поведения, но и соответствующий мотив этого поведения, ставить детей в такие условия, чтобы их практическая деятельность соответствовала их идейному воспитанию, чтобы они применяли на практике усваиваемые принципы поведения. Если условия, в которых жил и действовал ребенок, не требовали от него, например, проявления выдержки или инициативности, то соответствующие черты характера у него и не выработаются, какие бы высокие моральные идеи ни прививались ему словесно. Нельзя воспитать мужественного человека, если не поставить его в такие условия, когда бы он мог и должен был проявить мужество. Воспитание, устраняющее все трудности на жизненном пути ребенка, никогда не может создать сильного характера.

Важнейшим средством воспитания характера является труд. В серьезном

и общественно значимом труде, связанном с преодолением трудностей, воспитываются лучшие черты характера - целеустремленность, коллективизм, настойчивость. Важнейшее условие правильной организации воспитательных мероприятий - тесная согласованность учебно-воспитательной работы школы с соответствующими влияниями семьи.

На воспитание характера влияют литература и искусство. Образы литературных героев и их поведение часто служат для школьника своеобразным образцом, с которым он сравнивает свое поведение.

На воспитание характера влияет и личный пример воспитателя, будь то родители ли или педагоги. То, что делают воспитатели, часто гораздо больше влияет на жизнь ребенка, чем то, что они ему говорят. Как учитель относится к работе, как он следует общественным нормам поведения, владеет ли собой и своими чувствами, каков стиль его работы - все это имеет огромное значение для воспитания характера детей.

Для того чтобы воспитывать характер школьника с учетом его индивидуальных особенностей, следует хорошо знать их, всесторонне и глубоко изучить индивидуальность ученика. Изучение ребенка сравнительно длительный процесс. Только хорошее знание учащегося позволит наметить индивидуальные мероприятия по его дальнейшему воспитанию или перевоспитанию и приведет к желаемым результатам.

Впервые встречаясь с учениками в самом начале первого года обучения, учитель должен внимательно наблюдать их, побеседовать с родителями об условиях и некоторых особенностях развития ребенка, о проявлениях его характера. На основании наблюдений и бесед необходимо составить определенную программу формирования характера ребенка с учетом его индивидуальных особенностей.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Какие особенности можно выделить в структуре характера?
2. Что относится к типическим чертам характера?



3. Какую классификацию характера предложил К. Юнг?
4. Что означает акцентуация характера?
5. Кем было предложено типология акцентуации?
6. Подвижность, общительность, склонность к озорству, - какому типу относятся эти качества?
7. Дайте характеристику циклоидному, лабильному, астеноневротическому, сенситивному, психастеническому типам.
8. Приведите примеры шизоидному и эпилептоидному типу.
9. Главная черта этого типа — эгоцентризм, жажда постоянного внимания к своей особе. О каком типе идёт речь?
10. Может ли со временем компенсироваться акцентуация характера?
11. Предопределяют ли анатомо-физиологические задатки развитие того или иного характера?
12. Постоянен ли характер? Аргументируйте свою мысль.
13. Как вы думаете, зависит ли изменения характера от самой личности?
14. Что предполагает самовоспитание личности?

**Научные проблемы, ожидающие своего решения:**

- Доказать ошибочность выражения: «У сына-характер отца».
- Объясните научными фактами социальное происхождение характера.
- Аргументируйте, какие факторы воздействуют на формирование характера?
- Как вы думаете, надо ли в процессе обучения учитывать индивидуальные различия характера учителя и ученика? Аргументируйте.
- Создать технологию воспитания духовно-нравственные качества личности.

**Основные выводы по теме:**

1. В характерологическом отношении наиболее существенна не столько количественная характеристика, сколько его качественные моменты.
2. Поскольку акцентуации характера граничат с соответствующими видами психопатических расстройств, их типология базируется на детально разработанной

классификации подобных расстройств в психиатрии, отражая тем не менее и свойства характера психически здорового человека.

3. Самовоспитание характера предполагает, что человек способен освободиться от излишнего самомнения, может критически посмотреть на себя, увидеть свои недостатки. Это позволит ему определить цель работы над собой, т.е. те черты характера, от которых бы он хотел избавиться или, наоборот, выработать у себя.

### **Основная литература.**

1. Каримова В.А., Акрамова Ф.А. Психология. Текст лекций. Т., 2002.
2. Общая психология. Под изданием А.В. Петровского. Т. 1992.
3. «Психология» краткий словарь. Т. 1997.
4. Общая психология. М.Г. Давлетшин, М. Туйчиева. Т. 2002.
5. Психология. Р.С. Немов. М. 1998
6. Психология. В.М. Каримова. Т. 2002.
7. Э.Газиев «Мышление» Т., 1996 г.
8. Э.Газиев. «Психология интеллекта» Т. 2000 г.
9. Рогов «Практическая психология» 2000 г.
10. Бернс Э. Люди, которые играют в игры. М, «Интра», 2000 г.
11. Вертгеймер М. Продуктивное мышление. М, 1999 г.
12. Ендольцев Ю. Знакомимся с психологией. М., 1999 г.
13. Джуэлл Л. Индустриально-организационная психология. «Питер», 2001.
14. Рогов Е. Настольная книга практического психолога. М, «Прогресс», 1998.

## **18-ТЕМА: СПОСОБНОСТИ**

### **Основные вопросы:**

1. Понятие о способностях.
2. Качественная и количественная характеристика способностей.
3. Общие и специальные способности.
4. Структура способности.

5. Задатки, способности и генетика.
6. Творчество и его возникновение.

**Ключевые слова и понятия:**

психологическая природа способностей, индивидуально варьирующие, качественная и количественная характеристика способностей, общие и специальные способности, педагогические способности, задатки, генотип, одарённость, талант, гениальность.

**Понятие о способностях**

**Проблемы:**

- Определите различие способностей от навыков и умений.
- Являются ли способности врождёнными свойствами психики.

Аргументируйте.

- Приобретаются ли способности в течение жизни? Обоснуйте свой вывод.

Всякая деятельность требует от человека обладания специфическими качествами, определяющими его пригодность к ней и обеспечивающими определенный уровень успешности ее выполнения. В психологии эти индивидуально-психологические особенности называют способностями личности, причем выделяют только такие способности, которые, **во-первых**, имеют психологическую природу, **во-вторых**, индивидуально варьируют. Все люди способны к прямохождению и освоению речи, однако к собственно способностям они не относятся: первая - по причине непсихологичности, вторая - по причине общности.

Как отмечает А.В.Петровский по отношению к навыкам, умениям и знаниям человека способности выступают как некоторая возможность. Здесь можно провести аналогию с брошенным в землю зерном, превращение которого в колос возможно лишь при многих условиях, благоприятствующих его развитию.

**Способности** - лишь, возможность определенного освоения знаний, умений и навыков, а станет ли она действительностью, зависит от различных

условий. Однако знания, умения и навыки остаются внешними по отношению к способностям только до тех пор, пока они не освоены. Обнаруживаясь в деятельности по мере ее освоения личностью, способности развиваются дальше, формируя в деятельности свою структуру и своеобразие. Математические способности человека никак не обнаружатся, если он никогда не учил математики: их можно установить только в процессе усвоения им чисел, правил действий с ними, решения задач и т.п.

Таким образом, можно сказать, что способности проявляются не в самих знаниях, умениях и навыках, а в динамике их приобретения, в том, насколько быстро и легко человек осваивает конкретную деятельность. От способностей зависит качество выполнения деятельности, ее успешность и уровень достижений, и также то, как эта деятельность выполняется. Б.М.Теплов выделил следующие три основных признака понятия “способность”.

**“Во-первых,** под способностями понимаются индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого; никто не станет говорить о способностях там, где речь идет о свойствах, в отношении которых все люди равны.

**Во-вторых,** способностями называют не всякие вообще индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности или многих деятельностей.

**В-третьих,** понятие “способность” не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека” [Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. М., 1961].

Способности человека могут развиваться через какое-то время или проявиться в другом виде деятельности. Не всякая деятельность развивает способности личности. Рассматривая общую структуру жизнедеятельности человека, нетрудно заметить существование видов деятельности, не развивающих, а наоборот, отвлекающих и даже тормозящих развитие его основных способностей. Когда говорят о развивающей деятельности

применительно к отдельному индивиду, то имеют в виду, что она выступает как значимая для него, как деятельность, вокруг которой аккумулируются его возможности. Производственные задания или служебные обязанности далеко не исчерпывают творческих возможностей и богатства жизненных отправления человека.

Поскольку деятельность индивида не всегда может дать простор для развития способностей, то между нею и способностями существует известное расхождение. Это означает, что в каком-то отношении способности шире выполняемой деятельности, поскольку они содержат в себе потенцию новой деятельности. С другой стороны, реальная деятельность оказывается шире способностей, необходимых для конкретного ее вида.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Какая характеристика даётся понятию способности в психологии?
2. Аргументируйте мысль «Способности - лишь, возможность определенного освоения знаний, умений и навыков, а станет ли она действительностью, зависит от различных условий».
3. Как проявляются способности?
4. Что зависит от способностей?
5. Назовите и охарактеризуйте основные признаки способностей, которых выделил Б.М.Теплов.
6. К какому выводу можно прийти, если человек не справляется с требованиями, которые предъявляет к нему деятельность?
7. Аргументируйте мысль, что способности человека могут развиваться через какое-то время или проявиться в другом виде деятельности.

### **Качественная и количественная характеристика способностей**

Способности можно разделить на *актуальные и потенциальные*.

**Потенциальные способности** не реализуются в конкретном виде деятельности, но способны актуализироваться при изменении соответствующих социальных условий. К **актуальным, реализованным**

**способностям** относят не только те, которые реализуются и развиваются в тех или иных видах деятельности, но и те, которые необходимы в данный момент и реализуются в настоящем конкретном виде деятельности. Потенциальные и актуальные способности выступают косвенным показателем характера социальных условий, в которых развиваются способности индивида. Именно характер социальных условий препятствует или способствует развитию потенциальных способностей, обеспечивает или не обеспечивает превращение их в актуальные.

Более строгие факты поставляют исследования с применением **близнецового метода**. В ряде исследований сравнивались между собой показатели способностей однояйцевых (монозиготных) близнецов и просто братьев и сестер (так называемых сибсов). Корреляция показателей внутри монозиготных пар оказалась очень высокой: 0,8-0,7, тогда же, как те же сравнения в парах сибсов дали коэффициенты порядка 0,4-0,5.

В пользу наследственности способностей свидетельствуют также существующие многочисленные династии артистов, художников, моряков, врачей, педагогов...

Не признавая врожденности способностей, психология не отрицает врожденность особенностей строения мозга, которые могут оказаться условиями успешного выполнения определенной деятельности. Эти врожденные анатомо-физиологические особенности строения мозга, органов чувств и движения, составляющие природную основу развития способностей, называют задатками. По сути дела, природные различия между людьми являются различиями не в готовых способностях, а именно в задатках. Так как задатки являются лишь предпосылкой развития способностей, то между одними и другими лежит весь путь становления личности. Развиваясь на основе задатков, способности являются все же функцией не задатков самих по себе, а развития, в которое сами задатки входят лишь как предпосылка.

Например, задатки интеллектуальных способностей проявляются, прежде

всего, в функциональной деятельности мозга - его большей или меньшей возбудимости, подвижности нервных процессов, скорости образования временных связей и пр., - т.е. в том, что И.П.Павлов назвал **генотипом** (врожденными особенностями нервной системы). Развитие интеллектуальных способностей связано также с кровоснабжением мозга. Обильное снабжение мозга кровью содействует повышению умственной работоспособности, сосредоточенному вниманию, быстрому протеканию ассоциативных процессов, хорошей памяти, меньшей умственной утомляемости, а в целом - большей интеллектуальной работоспособности. В тех случаях, когда сосуды мозга не в состоянии быстро и обильно снабжать мозг кровью, отмечается раннее утомление при напряженной умственной работе, а соответственно - и меньшая ее продуктивность.

Врожденные особенности мозга непосредственно проявляются в типологических особенностях человека. И.П.Павлов выделял 2 типологии людей: 1) в зависимости от типа высшей нервной деятельности; 2) в зависимости от соотношения сигнальных систем.

Тип высшей нервной деятельности (сила, уравновешенность, подвижность и пр.) оказывает существенное влияние на развитие способностей человека. Так, сила нервных процессов в сочетании с уравновешенностью и подвижностью (живой тип) благоприятствует образованию многих волевых и коммуникативных свойств, которые особенно важны для становления организаторских способностей. Преобладание проявлений первой или второй сигнальной системы с присущим им отражением деятельности позволяет выделить 3 типа, обозначенные И.П.Павловым, как художественный (преобладание первой сигнальной системы), мыслительный (преобладание второй сигнальной системы) и средний (равное представительство).

Значение задатков для различных способностей неодинаково.

**Развитие задатков** - социально обусловленный процесс, и если в обществе возникла потребность в таких профессиях, где нужен именно тонкий

музыкальный слух, и если данный конкретный человек имеет соответствующие врожденные задатки, то ему легче, чем кому-либо другому, развить соответствующие способности. Задатки неспецифичны по отношению к конкретному содержанию и конкретным формам деятельности, они многозначны; на основе одних и тех же задатков могут развиваться различные способности в зависимости от характера требований, предъявляемых деятельностью. Так, человек, обладающий хорошим слухом и чувством ритма, может стать музыкальным исполнителем, дирижером, танцором, певцом, музыкальным критиком, педагогом, композитором и т.д.

Вместе с тем нельзя считать, что влияние задатков совсем нейтрально по отношению к будущим способностям. Так, особенности слухового анализатора скажутся именно на способностях, требующих участия этого анализатора. Таким образом, индивидуальные задатки в какой-то мере избирательны, неодинаковы по отношению к разным видам деятельности.

Изучая математические способности, В.А. Крутецкий установил, что для успешного выполнения математической деятельности необходимо:

- 1) активное, положительное отношение к математике, склонность заниматься ею, переходящая на высоком уровне развития в страстную увлеченность;
- 2) ряд характерологических черт, прежде всего трудолюбие, организованность, самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, а также устойчивые интеллектуальные чувства;
- 3) наличие во время деятельности благоприятных для ее выполнения психических состояний;
- 4) определенный фонд знаний, умений и навыков в соответствующей области;
- 5) определенные индивидуально-психологические особенности в сенсорной и умственной сферах, отвечающие требованиям данной



деятельности.<sup>1</sup>

При этом первые 4 категории перечисленных свойств следует рассматривать как общие свойства, необходимые для всякой деятельности, а не считать их компонентами способностей, так как иначе компонентами способностей должны считаться интересы, склонности, умения и навыки.

**Качественная характеристика способностей** предполагает выявление отличий между людьми в различных областях деятельности. Качественные различия способностей, по мнению Б.М.Теплова, выражаются не только в том, что один человек одарен в одной области, а второй - в другой, не только в том, что один человек проявляет технические, а другой - музыкальные способности, и не только в том выражаются они, что и в пределах музыкальных способностей один проявляет способности по преимуществу к композиторской деятельности, а другой - к деятельности пианиста исполнителя. Качественные различия способностей выражаются в том, что даже пианистические способности у разных людей качественно различны: из двух пианистов каждый будет одарен по-своему. В то же время, абстрагируясь от качественного своеобразия сочетания различных способностей к отдельным видам деятельности, можно отметить, что каждая способность имеет различную силу, выраженность, уровень, т.е. имеет количественную характеристику, показывающую, в какой мере развиты они у данного человека по сравнению с другими людьми.

**Количественная характеристика способностей** - необходимая процедура при решении широкого круга проблем. Так, уже в школьной практике имеется настоятельная потребность ранжирования детей по способностям, в соответствии с которыми применяются разные типы обучения; выявления задержек умственного развития, с одной стороны, и одаренности, с другой; учебные и профессиональные консультации, отбор в специализированные и профессиональные школы и пр. Все это требует

---

<sup>1</sup> Крутецкий В.А. Психология математических способностей. М., 1968.

определения количественных показателей выраженности той или иной способности и сравнения их между собой.

В качестве способа измерения способностей используются различные тесты. Корни тестирования теряются в древности. Так, уже в Древнем Египте только того допускали к обучению искусству жреца, кто был способен выдержать систему определенных испытаний. Вначале “кандидат в жрецы” проходил собеседование, где выяснялись его биографические данные, уровень образования, внешность, умение вести беседу. Затем проверялось умение трудиться, слушать, молчать, проводилось испытание водой, огнем, пребыванием в мрачных подземельях. Все это дополнялось угрозой смерти тем, кто не уверен, что выдержит все тяготы длительного образования.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Дайте характеристику актуальных и потенциальных способностей.
2. Как реализуются потенциальные способности?
3. Какие способности относятся к актуальным, реализованным способностям?
4. Каким показателем выступают потенциальные и актуальные способности?
5. Что называется задатками?
6. Чем являются способности, развиваясь на основе задатков?
7. Как называл И.П.Павлов врожденные особенности нервной системы?
8. Каким образом развитие интеллектуальных способностей связано кровоснабжением мозга? Аргументируйте.
9. Могут ли отдельные способности существовать сами по себе?
10. Что предполагает качественная характеристика способностей?
11. Как выражаются качественные различия способностей?
12. Какую роль играет количественная характеристика способностей при решении широкого круга проблем?

### **Структура способности**

К **специальным способностям** относятся также музыкальные,

математические, литературные, сценические и т.п.

**Общие способности**, обеспечивающие относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями в различных видах деятельности, нередко называют **одаренностью**.

С 1916 года благодаря немецкому психологу Уильяму Стерну считается общепринятым, что одаренность представляет собой лишь потенциал для успеха, но не является ни его гарантией, ни успехом самим по себе. Одаренность может проявляться в самых различных областях и принимать различные формы.

**Одаренность** – это потенциал для достижения высоких результатов в одной или нескольких областях. Но одно лишь наличие способности к определенному занятию не гарантирует ни дальнейшего развития этой способности, ни достижения высокого результата.

Одаренность может проявляться в различных сферах деятельности: интеллектуальной, академической (учебной), творческой, художественной, в сфере общения (лидерство) и психомоторики. Одаренных людей отличает, прежде всего, внимательность, собранность, постоянная готовность к деятельности; им свойственна настойчивость в достижении цели, неумная потребность трудиться, а также интеллект, превышающий средний уровень. Одаренные люди проявляют громадное упорство в области своих интересов. Поэтому один из самых ранних показателей одаренности - это время, в течение которого 2-3-летний ребенок может сосредоточиться на одном занятии. Одаренные дети бывают, поглощены своим делом несколько часов подряд и возвращаются к нему в течение нескольких дней в отличие от обычного ребенка того же возраста. Одаренность не является единственным фактором, определяющим выбор деятельности, как не является она и единственным фактором, определяющим успешность выполнения деятельности. Помимо одаренности человек, как минимум, должен обладать соответствующими знаниями и умениями. Специфические различия в одаренности обнаруживаются

главным образом в направленности интересов. Ведущие и вспомогательные компоненты способностей образуют единство, обеспечивающее успешность деятельности. Н.Д.Левитов полагает, что в структуре педагогических способностей должны присутствовать следующие качества: 1) способность к передаче детям знаний в краткой и интересной форме; 2) способность понимать учеников, базирующуюся на наблюдательности; 3) самостоятельный и творческий склад мышления; 4) находчивость и быструю и точную ориентировку; 5) организаторские способности.

Ф.Н.Гоноболин расширяет структуру педагогических способностей, включая сюда: 1) способность делать учебный материал доступным учащимся; 2) понимание учителем ученика; 3) творчество в работе; 4) педагогическое волевое влияние на детей; 5) способность, организовать детский коллектив; 6) интерес к детям; 7) содержательность и яркость речи; 8) ее образность и убедительность; 9) педагогический такт; 10) способность связывать учебный материал с жизнью; 11) наблюдательность (по отношению к детям); 12) педагогическую требовательность.

В настоящее время тесты определения способностей носят комплексный характер. Так, например, службой занятости США для использования в государственных учреждениях рекомендуется батарея следующих субтестов.

1. Общие способности к обучению. Определяется сложением показателей 3 тестов, использовавшихся для измерения других факторов (словарного, арифметического мышления, восприятия трехмерного пространства).

2. Вербальные способности. Измеряется словарным тестом, в котором испытуемый должен указать, какое из 2 слов в каждом наборе имеет то же или противоположное значение.

3. Числовые способности. Включает тесты на вычисления и арифметическое мышление.

4. Пространственные способности. Измеряется тестом восприятия трехмерного пространства, включающим способность понимать двухмерные

отображения трехмерных объектов и представлять результат движения в 3 измерениях.

5. Восприятие формы. Измеряется 2 тестами, в которых испытуемый сопоставляет чертежи деталей и геометрические формы.

6. Мысленное восприятие. Аналогичен с 5 ым, но сопоставляются названия, а не чертежи или формы.

7. Двигательная координация. Измеряется простым тестом типа “бумага-карандаш”, в котором испытуемый делает в сериях квадратов определенные пометки карандашом.

8. Пальцевая моторика. 2 теста, в которых испытуемый соединяет и разъединяет соответственно заклепки и шайбы.

9. Ручная моторика. 2 теста, в которых испытуемый перемещает и переворачивает фишки на столе, где находится доска.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Какие способности относятся к специальным способностям?
2. Как называются способности, обеспечивающие относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями в различных видах деятельности?
3. В каких сферах деятельности может проявляться одаренность? Приведите примеры.
4. Какие качества отличают одаренных людей от других?
5. Аргументируйте, что специфические различия в одаренности обнаруживаются главным образом в направленности интересов.
6. Дайте характеристику вспомогательных качеств способностей.
7. Что образуют ведущие и вспомогательные компоненты способностей?
8. О каких способностях идёт речь в структуре способностей, предложенной Н.Д.Левитовым?
9. Какие качества педагогических способностей он полагает ведущими?
10. Как Ф.Н.Гоноболин расширяет структуру педагогических способностей?

11. К какому понятию относится данное определение: «- это определенное сочетание способностей, их совокупность. Отдельная изолированная способность, даже очень высокоразвитая, не может быть названа...»?

### **Творчество и его возникновение**

Высший уровень развития способностей называют **гениальностью**. О гениальности говорят, когда творческие достижения человека составляют эпоху в жизни общества, в развитии культуры. Такого триумфа за всю пятитысячную историю цивилизации достигли не более 400 человек. Высокий уровень одаренности, который характеризует гения, неизбежно связан с незаурядностью в различных областях деятельности. Среди гениев, добившихся подобного универсализма, достаточно назвать Аристотеля, Леонардо да Винчи, Р.Декарта, Г.В.Лейбница, М.В.Ломоносова. Редкость и неординарность гениальности человека породили множество попыток ее объяснения. Так, одни относят гениев, своего рода, к медиумам, с чьей помощью некое высшее существо сообщает нам - простым смертным - результаты своих неповторимых размышлений. Другие считают, вслед за Шопенгауэром, что “всякий ребенок в известной мере есть гений, и всякий гений в известной мере - ребенок. Сродства обоих, прежде всего, обнаруживается в наивности и возвышенной простоте”. Доказательством этому служат детские рисунки и детское словотворчество.

Трудность объяснения гениальности заключается в том, что это понятие неразрывно связано с развитием человеческого общества, а гении являются своеобразными точками его роста.

Формирование и развитие способностей человека невозможно без овладения им продуктами человеческой культуры, без усвоения способностей многих поколений, которые зафиксированы в культурном наследии. Овладение достижениями общественного развития, “перевод” из в “свой” способности совершается через других людей, т.е. в процессе общения, являющимся по своей функции процессом воспитания. Кроме того, чтобы

овладеть предметами, воплощающими человеческие способности, сложившиеся в развитии общественно-исторической практики, индивид должен осуществить активную и адекватную деятельность по отношению к ним. Однако было бы неверно утверждать, что индивид усваивает все содержание человеческой культуры. Достигнутый уровень культурного развития страны, хотя и влияет на развитие способностей, но прямо и непосредственно не определяет их. Более того, развитие способностей определяется не столько продуктами человеческой культуры, сколько деятельностью человека по их присвоению. Способности человека развиваются в деятельности.

Важную роль в творческой деятельности людей играют состояния своеобразного напряжения и подъема духовных сил, творческого волнения человека, ведущее к возникновению или реализации замысла или идеи произведения науки, искусства, техники. Это состояние получило название вдохновения. **Вдохновение** характеризуется общей повышенной активностью человека, необычайной продуктивностью его деятельности, сознанием легкости творчества, переживанием одержимости и эмоционального погружения в творчество. Однако нельзя противопоставлять вдохновение и труд. Вдохновение - это не что-то сошедшее свыше, а момент творчества, возможный на основе колоссальных знаний, подготовленный напряженным трудом.

Рассматривая уровневые характеристики способностей, следует отметить и противоположный полюс, куда относятся случаи патологического снижения способностей, получившие название **олигофрении**. Олигофрения имеет разную степень выраженности дефекта: легкую (дебильность); среднюю (имбецильность); глубокую (идиотия), в зависимости от которых создаются специальные программы и подбираются методики обучения во вспомогательных школах.

Все это говорит о необходимости и важности изучения способностей и

условий их развития комплексно на 3 уровнях: психофизиологическом, психологическом и социально-психологическом. Ограничение изучением психологических параметров только одного уровня без учета других, в том числе природных

предпосылок способностей, чревато серьезными последствиями, как для отдельного индивидуума, так и для общества в целом, поскольку хорошо известны последствия ошибок в выборе жизненного пути.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что является высшим уровнем развития способностей?
2. Чем связан высокий уровень одаренности, который характеризует гения?
3. Назовите гениев, добившихся подобного универсализма.
4. От чего зависит формирование и развитие способностей человека?
5. Чем определяется развитие способностей?
6. Какую роль играют состояния своеобразного напряжения и подъема духовных сил, творческого волнения человека в творческой деятельности людей. Аргументируйте примерами.
7. Какое состояние получило название вдохновение, чем оно характеризуется?
8. Можно ли противопоставлять вдохновение и труд?
9. Как охарактеризовали состояние вдохновения П.И.Чайковский и Томас Эдисон?
10. Какую роль играют способности в профориентации и выборе профессии?
11. Назовите неблагоприятные условия, которые отрицательно воздействуют на развития способностей.

### **Научные проблемы, ожидающие своего решения:**

- Способности – это возможность или действительность?
  - Являются ли способности врождёнными свойствами психики.
- Аргументируйте.
- Определить место способностей в волевой деятельности личности.



- Объясните можно ли систематизировать способности?

**Основные выводы по теме:**

1. Не всякая деятельность развивает способности личности. Рассматривая общую структуру жизнедеятельности человека, нетрудно заметить существование видов деятельности, не развивающих, а наоборот, отвлекающих и даже тормозящих развитие его основных способностей.

2. Не признавая врожденности способностей, психология не отрицает врожденность особенностей строения мозга, которые могут оказаться условиями успешного выполнения определенной деятельности.

3. В творческой деятельности человека память - это лишь один из факторов, от которого зависит ее успешность. Но результаты не будут достигнуты без гибкости ума, богатой фантазии, сильной воли, глубокой заинтересованности и пр. Самых обычных объемов и прочности памяти достаточно для того, чтобы талантливо выполнять какую-либо деятельность.

**Основная литература.**

1. Каримова В.А., Акрамова Ф.А. Психология. Текст лекций. Т., 2002.
2. Общая психология. Под изданием А.В. Петровского. Т. 1992.
3. 4. «Психология» краткий словарь. Т. 1997.
4. «Одарённые дети: проблемы, перспективы, развитие» Материалы всероссийской научно-практической конференции. Санкт-Петербург 2013.
5. Общая психология. М.Г. Давлетшин, М. Туйчиева. Т. 2002.
6. 6. Психология. Р.С. Немов. М. 1998
7. 7. Психология. В.М. Каримова. Т. 2002.
8. Э.Газиев «Мышление» Т., 1996 г.
9. Э.Газиев. «Психология интеллекта» Т. 2000 г.
10. Рогов «Практическая психология» 2000 г.
11. Бернс Э. Люди, которые играют в игры. М, «Интра», 2000 г.
12. Ендольцев Ю. Знакомимся с психологией. М., 1999 г.

13. Рогов Е. Настольная книга практического психолога. М, «Прогресс», 1998.

## **19-ТЕМА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

### **Основные вопросы:**

1. Понятие современных педагогических технологий.
2. Интерактивные методы обучения.
3. Современное обучение в условиях группы и психологическая основа организации микрогрупп.

### **Ключевые слова и понятия:**

педагогические технологии, интерактивные методы, инновационные методы, вызов, осмысление, размышление, Технология педагогического сотрудничества, бихевиоризм, вертушка, диаграмма Венна, мозговой штурм.

### **Понятие современных педагогических технологий**

#### **Проблемы:**

- Анализ технологических подходов показывает, что многие технологии обучения продолжают оставаться на уровне давно устаревших требований.

Правильно ли это?

**Технология** — от греческих слов *technē* (искусство, ремесло, наука) и *logos* (понятие, учение). В словаре иностранных слов: «технология — совокупность знаний о способах и средствах проведения производственных процессов (металлов, химических...)».

С помощью технологии интеллектуальная информация переводится на язык практических решений. Технология — это и способы деятельности, и то, КАК личность участвует в деятельности. «Любая же деятельность может быть либо технологией, либо искусством. Искусство основано на интуиции, технология — на науке. С искусства всё начинается, технологией заканчивается, чтобы затем весь процесс начался снова». Современные технологии в образовании рассматриваются как средство, с помощью

которого может быть реализована новая образовательная парадигма. Тенденции развития образовательных технологий напрямую связаны с гуманизацией образования, способствующей самоактуализации и самореализации личности. Термин «образовательные технологии» — более ёмкий, чем «технологии обучения», ибо он подразумевает ещё и воспитательный аспект, связанный с формированием и развитием личностных качеств обучаемых.

**Педагогическая технология** — это системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учётом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).

В самом общем виде **технология** — это продуманная система, «как» и «каким образом» **цель** воплощается в «конкретный вид продукции или её составную часть. Например, из научной и методической литературы назовём некоторые варианты определения технологии:

- технический **метод** достижения практических целей;
- совокупность способов, используемых для получения предметов, необходимых для существования человека;
- набор процедур и **методов** организации человеческой деятельности;
- средства, используемые для моделирования поведения человека;

Современный подход к преподаванию заключается в построении его на технологической основе. Общие принципы и правила технологии преподавания видятся в следующем: принцип педагогической целесообразности, сформулированный А. С. Макаренко: «Ни одно действие педагога не должно стоять в стороне от поставленных **целей**». Взаимосвязь и взаимообусловленность преподавания и учения как двух неразрывных сторон процесса обучения.

**Преподавание** — это организация педагогически целесообразной самостоятельной деятельности учащихся. Главная задача учителя, как её

видел К. Д. Ушинский, — превратить деятельность ученика в его самостоятельность.

Предельная конкретизация учебно-воспитательных и развивающих целей в содержании, методах, средствах обучения, в организуемых учителем способах деятельности учащихся. Необходимым элементом технологии преподавания является тематическое планирование, включающее краткую характеристику конечных результатов и построение всей цепочки отдельных занятий, связанных одной логикой.

Организация контроля на каждом этапе учебно-познавательной деятельности учащихся. Стимулирование творческой деятельности учащихся, ориентация на ученика не только знающего, но и умеющего. Разнообразие форм и методов обучения, недопущение универсализации отдельного средства или формы.

Понятие педагогической технологии в сознание учительства входило постепенно: от первоначального представления о педагогической технологии как об обучении с помощью технических средств до представления о педагогической технологии как о систематичном и последовательном воплощении на практике заранее спроектированного учебно-воспитательного процесса.

Описание любого учебно-воспитательного процесса представляет собой описание некоторой педагогической системы.

Педагогическая система — основа технологического процесса. В. Беспалько.

Под педагогической системой понимается совокупность (взаимосвязанных) средств, методов и процессов, необходимых для целенаправленного влияния на личность.

Педагогическая технология — это проект определённой педагогической системы, реализуемый на практике. Следовательно, в основе любой педагогической технологии лежит системный подход. Система —

органичная целостность (класс, школа, вуз, группа и т. п.). Например, компьютер — система, учащийся, работающий на нём, — тоже. Но вместе они образуют не новую объединённую систему, а только комплекс взаимодействующих систем. Комплекс — единство взаимодействующих, относительно самостоятельно существующих систем.

**Педагогическая технология** конкретно реализуется в технологических процессах. В теории обучения технологическими процессами являются, например, система форм и средств изучения определённой темы учебного курса, организация практических занятий по отработке умений и навыков в решении разного типа задач. Каждая задача разрешима с помощью адекватной (тождественной) технологии обучения. Целостность технологии обучения (воспитания) обеспечивается тремя её компонентами: организационной формой; дидактическим процессом; квалификацией учителя (или ТСО).

Предметом **педагогической технологии** являются конкретные взаимодействия учителей и учащихся в различных видах деятельности, организованные на основе чёткого структурирования, систематизации, программирования, алгоритмизации, стандартизации способов и приёмов обучения или воспитания, с использованием компьютеризации и технических средств.

Задачами **педагогической технологии** являются:

- отработка глубины и прочности знаний, закрепления умений и навыков в различных областях деятельности;
- отработка и закрепление социально ценных форм и привычек поведения;
- научение действиям с технологическим инструментарием;
- развитие навыков технологического мышления;
- воспитание привычки чёткого следования требованиям технологической дисциплины в организации учебных задач и общественно полезного труда.

Введение технологии относится к 60-ым годам XX века в связи с реформированием американского и западноевропейского образования.

Известны технологии Б.Блума и Дж.Королла, П.Я.Гальпеина, В.И.Давыдова, Н.А.Менченской, З.И.Калмыковой, Л.И.Занкова и др.

Разработка технологических подходов к организации обучения принадлежит Ю.Н.Бабанскому, В.П.Беспалько, Н.Ф.Талызиной, Л.М.Фридман, Ю.Н.Кулюткину, Г.С.Суходобской, Т.В.Кудрявцевой, А.М.Матюшкину, И.И.Махмутову и многим другим психологам и дидактам.

Анализ технологических подходов показывает, что многие технологии обучения продолжают оставаться на уровне давно устаревших требований. В ряде технологий преобладают теоретические основы, деятельная сторона является не совсем конкретной. Исследования Л.В.Занкова, П.Я.Гальперина, В.В.Давыдова характеризуют целостные технологии развивающего обучения.

В современной методике преподавания, ориентированной на формирование личности конкурентоспособного и высококвалифицированного специалиста, все большее место занимают **инновационные или интенсивные педагогические технологии.**

Это объясняется прежде всего тем, что сегодня все решают не масштабы и затраты, а интенсивные технологии. В любом деле, в международном и внутреннем соперничестве побеждает тот, кто создаёт более совершенные технологии и владеет ими, достигая с их помощью более высоких количественных и качественных результатов, ускоряя прогресс и опережая других.

Образование не может оставаться полностью традиционным в новом мире и новых условиях. Оно не должно отставать от требований быстро развивающейся жизни лишь при обязательном использовании современных интенсивных педагогических технологий. В мировой педагогике и у нас разработано немало усовершенствованных и совершенно новых технологий

обучения. Массовое и разумное использование их - реальный инновационный ресурс сегодня.

***Технология педагогического сотрудничества.*** Анализ опыта педагогов-новаторов свидетельствует о том, что при всём разнообразии применяемых ими методик обучения у них есть и общее: умение создать на занятии особую атмосферу.

Технология занятия, отличающаяся такими характеристиками, намеренно создаваемыми преподавателями, получила название *педагогического сотрудничества*. Занятие из мероприятия по передаче информации превращается в общее и дружно осуществляемое дело, отличающееся высокой интенсивностью, продуктивностью и уровнем межличностного взаимодействия. Технология педагогического сотрудничества выступает особым «педагогическим инструментом», приносящим высокий обучающий, воспитательный и развивающий педагогический эффект.

***Технология формирования и поддержания психологической готовности обучающегося к овладению содержанием занятия.*** Занятие требует активности не только преподавателя, но и обучающегося. Невозможно научить человека, воспринимающего речь преподавателя равнодушно, сонно, откровенно скучающего и расслабленного на занятии. Нужно, чтобы он хотел усвоить все, чему его учат, был психологически активен, т.е. *находился в состоянии готовности к овладению учебным материалом от начала до конца занятия*. Состояние готовности словно «открывает» психику обучающегося навстречу усилиям преподавателя. В решающей степени оно зависит от самого обучающегося, студента, но чрезвычайно важная роль принадлежит и преподавателю. Как показывает практика, все преподаватели делятся на три группы: тех, кого невозможно слушать, тех, кого можно слушать, и тех, которых нельзя не слушать. Педагогическая культура и мастерство последних таковы, что они покоряют

любую аудиторию, подчиняют её своему влиянию, даже если она изначально была настроена негативно.

### ***Технология развития критического и творческого мышления.***

Мышление, ум – высшее достояние человека. Ум ничем не может быть заменён, и поэтому, *общее развитие мышления и профессионального мышления – одна из важнейших задач* при подготовке специалиста. Она предстаёт в обучении в двух ипостасях: и как одна из задач развития, и как условие успеха в обучении вообще. При всей сложности и многообусловленности задачи специальная технология выступает одним из средств в её решении.

Прежде всего, имеет значение *постоянная активизация мышления обучающихся* в ходе всех занятий. Её приёмы аналогичны описанным в предыдущей технологии.

Необходимо не только активизировать, но и *целенаправленно развивать свойства мышления обучающихся*: широту мышления, его комплексность, глубину, аналитико-синтетический характер, ясность, логичность, обоснованность, прогностичность, скорость, находчивость, нестандартность, гибкость, практичность, творческий характер и другие качества мышления. Следя за мыслью преподавателя на занятиях, слушатели невольно повторяют её качественные особенности. Опытный преподаватель сознательно усиливает те свойства своего мышления и их воплощение в речи, которые он хочет развить у слушающих его. Соответствующие свойства мышления студентов развиваются и особой постановкой вопросов, учебными заданиями, созданием ситуаций и условий, объяснениями, как надо размышлять в тех или иных случаях, требованиями к обучающимся рассуждать вслух.

***Компьютерно-педагогические технологии.*** Бурное развитие информационных технологий и средств открывает принципиально новые возможности обучения и образования. За рубежом появились даже вузы,



целиком перешедшие на обучение с помощью компьютеров, в которых преподаватели заняты в основном разработкой программ и обеспечивающего их освоение учебного материала, а также при необходимости консультациями студентов. Возможно, что уже лет через 10-20 образование в основном будет осуществляться на базе информационных сетей и люди смогут получать его по месту жительства, находясь в своих квартирах («дистанционное образование»), выбирая индивидуальный темп и сроки обучения, пользуясь при этом неограниченным объёмом учебной информации, не только слушая, но и видя на дисплее лектора, получая ответы на вопросы, консультируясь, сдавая зачёты и экзамены. Но при всём этом нужна новаторская разработка компьютерно-педагогических технологий.

Сейчас такие технологии чаще всего основываются на приёме программированного обучения: выбора правильного ответа из 3-5 предложенных. Однако опыт показал дидактическую, развивающую и воспитательную ограниченность такого приёма. Необходимы новые педагогические разработки для использования компьютеров в образовательной системе и, в частности, в системе образования нашего государства.

Проникновение компьютеров в образование порождает новые педагогические проблемы. Обсуждается, например, вопрос о целесообразности освоения учащихся того объёма знаний, который предусмотрен сейчас. Некоторые теоретики образования за рубежом утверждают, что знания должны храниться в памяти компьютера, а не в памяти человека, который, пользуясь компьютером и сотовым телефоном, всегда может получить любую информацию в любом месте и в любой момент. Причём она всегда будет совершеннее, чем знания, хранящиеся в памяти индивида, - говорят они. Нужна не «накачка знаниями», а усиление

интеллекта и других качеств, обучение решению практических задач с компьютером в руках.

Таким образом, наиболее эффективный подход к образованию и обучению, с нашей точки зрения, заключается в разумном и пропорциональном сочетании традиционных методов и инновационных подходов, а также в высокой квалификации преподавателя, его педагогическом мастерстве и способностях.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Что означает технология от греческих слов?
2. Что такое технология?
3. Как интеллектуальная информация переводится на язык практических решений?
4. Дайте определения педагогических технологий данное ЮНЕСКО.
5. Назовите некоторые варианты определения технологии и охарактеризуйте их.
6. К кому принадлежат эти слова , основанные на принцип педагогической целесообразности «Ни одно действие педагога не должно стоять в стороне от поставленных целей»?
7. Что называется преподаванием?
8. Назовите и охарактеризуйте задачи педагогической технологии.
9. К каким годам относятся введение технологии?
10. Какие технологии нам известны?
11. К кому принадлежат разработка технологических подходов к организации обучения?
12. Дайте характеристику инновационных или интенсивных педагогических технологий.
13. Что называется технологией педагогического сотрудничества?

14. Охарактеризуйте технологию формирования и поддержания психологической готовности обучающегося к овладению содержанием занятия.
15. Дайте определение технологии развития критического и творческого мышления.
16. Объясните роль компьютерно-педагогических технологий.

### **Интерактивные методы обучения**

Внедрение прогрессивных педагогических технологий и интерактивных методов в нашу страну в определённой мере воздействует на рост продуктивного мышления учащихся.

Слово «**интерактив**» пришло к нам из английского от слова «**interact**»: «**inter**» - это «взаимный», «**act**» – «действовать». Интерактивное обучение, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие преподавателя и студента, учащегося и компьютера.

**Интерактивное обучение** – это специальная форма организации познавательной деятельности. Она имеет в виду вполне конкретные и прогнозируемые цели. Одна из таких целей состоит в создании комфортных условий обучения, при которых учащийся чувствует свою успешность, свою интеллектуальную состоятельность, что делает продуктивным сам процесс обучения.

Суть интерактивного метода обучения состоит в том, чтобы организовать учебный процесс таким образом, что практически все учащиеся оказываются вовлечёнными в процесс познания, они имеют возможность понимать и рефлексировать по поводу того, что они знают и думают. Совместная деятельность обучающихся в процессе познания, освоения учебного материала означает, что каждый вносит свой индивидуальный вклад, идёт обмен знаниями, идеями, способами деятельности. Причём, происходит это в атмосфере доброжелательности и взаимной поддержки, что позволяет не только получать новые знания, но и развивает саму

познавательную деятельность, переводит её на более высокие формы кооперации и сотрудничества. Интерактивная деятельность на занятиях фокусируется на пяти основных элементах: позитивная взаимозависимость, личная ответственность, содействующие взаимодействия, навыки совместной работы и работа в группах. Интерактив исключает доминирование как одного выступающего, так и одного мнения над другим. В ходе диалога учащиеся учатся критически мыслить, решать сложные проблемы на основе анализа обстоятельств и соответствующей информации, взвешивать альтернативные мнения, принимать продуманные решения, участвовать в дискуссиях, общаться с другими людьми, проявить и реализовать свои творческие способности. Для этого на занятиях организуются индивидуальная, парная и групповая работа, применяются исследовательские проекты, ролевые игры, идёт работа с документами и различными источниками информации, используются творческие работы.

Интерактивные методы обучения позволяют активизировать и использовать громадный образовательный потенциал обучающихся, внести в учебный процесс элементы состязательности и использовать свойство синергии, присущее позитивно функционирующим системам: интеллектуальная сила группы обучающихся больше суммы сил её членов.

Что представляют собой формы интерактивного обучения? В настоящее время методистами и преподавателями – практиками разработано немало форм групповой работы. Наиболее понятными, очевидно, будут примеры по одной из гуманитарных дисциплин, например, по праву. Наиболее известные из интерактивных методов – «большой круг», «вертушка», «аквариум», «мозговой штурм», «дебаты». Эти формы эффективны в том случае, если на занятии обсуждается в целом вопрос, о котором у учащихся имеются первоначальные представления, полученные ранее на занятиях или в житейском опыте. Кроме того, обсуждаемые темы не должны быть закрытыми или очень узкими. Так, например, нет смысла в

групповом обсуждении вопроса о том, каким должно быть наказание за хищение или какой должна быть ставка налога. Важно, чтобы уровень обсуждаемой проблемы позволял перейти от узкоэкономических (правовых, политических и пр.) вопросов к широкой постановке проблемы.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Как воздействует внедрение в нашу страну педагогических технологий и интерактивных методов?
2. К чему относятся интерактивные методы обучения?
3. Слово «интерактив» пришло к нам из английского языка. Что оно означает?
4. Интерактивное обучение - это какое обучение?
5. В чем состоит суть интерактивного метода обучения?
6. Что исключает интерактив в процессе обучения?
7. Что позволяют интерактивные методы обучения?
8. Что представляют собой формы интерактивного обучения?
9. Назовите и охарактеризуйте наиболее известные из интерактивных методов.

### **Современное обучение в условиях группы и психологическая основа организации микрогрупп**

Интерактивные методы обучения дают реальную возможность создать в аудитории атмосферу партнёрства. Преподаватель, получивший в руки технологию, основанную на интерактивных методах, а не готовые рецепты хороших занятий, обучается работать в режиме творческого соавторства, в готовности к обоснованным изменениям и принятию нестандартных и ответственных решений. Интерактивные методы обучения позволяют педагогу:

- обеспечить интерес обучаемых к теме занятия;
- достигнуть более прочного усвоения учебного материала;
- развивать аналогическое мышление;

- формировать коммуникативные навыки;
- создавать условия для вовлечения всех обучаемых в активную учебную деятельность;
- обеспечить благоприятный психологический микроклимат в учебной группе.

Как же на практике осуществлять интерактивное общение?

Заметим, что важнейшее условие для этого – личный опыт участия в тренинговых занятиях по интерактиву. Можно прочитать горы книг об активных методах обучения, но научиться им можно только путём личного участия в игре, мозговом штурме или дискуссии. В конце XX и в начале XXI века мощный импульс к широкомасштабному применению дало новое направление в педагогике – развитие критического мышления в фазах **ВЫЗОВ** – **ОСМЫСЛЕНИЕ** – **РАЗМЫШЛЕНИЕ**, разработаны и применяются десятки новых стратегий, методов и приёмов обучения, в том числе интерактивных, часть из которых представлена ниже.

**Вызов:** Организатор – авангард; Фокусирующие вопросы; Проблемные вопросы; Обдумайте (разбейте на пары), Обменяйтесь мнениями, Спутник ожиданий; Мозговой штурм; Кластеры; Категориальный обзор; Свободное письмо; Предварительные термины; Перепутанные логические цепи и др.

**Осмысление содержания:** Графические организаторы; Продвинутая лекция; Взаимное обучение; Вопросы к автору; Чтение; Суммирование на парях; Знаю, Хочу знать, Узнал; Двучастный дневник; Чтение методом «Зигзаг».

**Развитие (рефлексия):** Совместный поиск; Введение в кооперативное обучение (обучение сообща); Линия ценностей; Синквейн; Свободное письмо; Десятиминутное эссе; Аргументированное эссе; Таблица «Инсерт»; Кластер; Категориальный обзор; Оставьте за мной последнее слово; Т-схема; Аналитический подход при описании реферата; Процедура РАФТ; Чтение и реакция на прочитанное и др. Общие методические рекомендации по применению интерактивных методов обучения:

**Правило первое:** В работу должны быть вовлечены в той или иной мере все участники (обучающиеся).

**Правило второе:** Надо позаботиться о психологической подготовке участников. Речь идёт о том, что не все пришедшие на занятие психологически готовы к непосредственному включению в те или иные формы работы. Сказывается известная закреплённость, скованность, традиционность поведения. В этой связи полезны разминки, постоянное поощрение учащихся за активное участие в работе, предоставление возможности для самореализации учащихся.

**Правило третье:** Обучающихся в технологии интерактива не должно быть много. В работе должны принимать участие более 30 человек. Только при этом условии возможна продуктивная работа в малых группах.

**Правило четвёртое:** Отнеситесь со вниманием к подготовке помещения для работы. аудитория должна быть представлена с таким расчётом, чтобы участникам было легко пересаживаться для работы в больших и малых группах. Хорошо, если заранее будут подготовлены материалы, необходимые для творческой работы.

**Правило пятое:** Отнеситесь со вниманием к вопросам процедуры и регламента. Об этом надо договориться в самом начале и постараться не нарушать его. Полезно договориться о том, что все участники будут проявлять терпимость к любой точке зрения, уважать право каждого на свободу слова, уважение его достоинства.

**Правило шестое:** Отнеситесь со вниманием к делению участников семинара на группы. Первоначально его лучше построить на основе добровольности. Затем уместно воспользоваться принципом случайного выбора.

Интерактивное обучение позволяет решать одновременно несколько задач. Главное – оно развивает коммуникативные умения и навыки, помогает установлению эмоциональных контактов между учащимися, обеспечивает воспитательную задачу, поскольку приучает работать в команде,

прислушиваться к мнению своих товарищей. Использование интерактива в процессе занятия, как показывает практика, снимает нервную нагрузку студентов, даёт возможность менять формы их деятельности, переключать внимание на узловые вопросы темы занятий. Интерактивные методы обеспечивают взаимодействие между студентами, учащимися и учителями, которое вызывает положительные эмоции и удовлетворение процессом обучения. Ниже даются формы нескольких интерактивных методов обучения студентам для реализации на практике.

**Ролевая игра** - это маленькая сценка, разыгрываемая учениками. Её цель – наглядно представить, увидеть, оживить обстоятельства или события, знакомые ученикам

**Пары и группы** - этот метод даёт ученикам больше возможностей для участия и взаимодействия. Группы могут формироваться произвольно, по желанию учеников, но чаще всего, планируя на уроке групповую работу, учитель заранее делит класс на группы, учитывая уровень учебных навыков, успехов учеников и характер межличностных отношений.

**Мозговая атака** - это способ поощрения активности учеников и быстрого генерирования идей. Это приём может быть использован для решения конкретной проблемы или поиска ответа на вопрос

**Общая дискуссия** - возможность развить умение слушать, говорить по очереди, высказывать своё мнение. Накануне лучше разработать совместно с детьми «Правила ведения дискуссии». Этот приём хорош в начале учебного года, когда происходит знакомство, устанавливаются нормы поведения.

**Проекты** - самостоятельное исследование различных тем, проводимое учениками в течение некоторого времени. Этот приём лучше использовать в 4 классе, когда дети уже могут выполнять самостоятельный поиск(сообщения по «Миру вокруг нас», сочинения по истории слова, работы по трудовому обучению, музыке)

**Вопросы для обсуждения.**



1. Выберите неправильный вариант: Для создания учебной проблемной ситуации необходимо выполнение ряда условий:
  - а) наличие проблемы;
  - б) оптимальная трудность проблемы;
  - в) максимальная трудность проблемы;
  - г) значимость для обучаемого результата решения проблемы.
2. Выберите неверный ответ. К продуктивной деятельности относится:
  - а) формирование собственных суждений;
  - б) превращение знаний в убеждение;
  - в) воспроизведение нужных знаний;
  - г) привитие нравственных принципов.
3. Непринуждённая беседа позволяющая изучить интересы, склонности и знания студентов – это...
  - а) спецсеминар,
  - б) коллоквиум;
  - в) практические занятия;
  - г) семинарские занятия.
4. Укажите неправильный ответ. К положительным сторонам продуктивного обучения относятся:
  - а) учит мыслить логично, научно, творчески;
  - б) учит самостоятельному творческому поиску нужных знаний;
  - в) учит преодолевать встречающиеся затруднения;
  - г) трансформирует проблему в навыки и умения.

**Контрольные вопросы и задания для самопроверки и самооценки:**

1. Что называется технологией педагогического сотрудничества?

2. Охарактеризуйте технологию формирования и поддержания психологической готовности обучающегося к овладению содержанием занятия.
3. Дайте определение технологии развития критического и творческого мышления.
4. Объясните роль компьютерно-педагогических технологий.
5. Как воздействует внедрение в нашу страну педагогических технологий и интерактивных методов?
6. К чему относятся интерактивные методы обучения?
7. Слово «интерактив» пришло к нам из английского языка. Что оно означает?
8. Интерактивное обучение - это какое обучение?
9. Что исключает интерактив в процессе обучения?
10. Что позволяют интерактивные методы обучения?
11. Что представляют собой формы интерактивного обучения?
12. К каким годам относятся введение технологии в Узбекистан?

**Контрольные вопросы по изучению курса общей психологии:**

1. Что является продуктом человеческого воображения и творчества?
2. Аргументируйте мысль - воображение может рассматриваться как определенная форма, “заместитель” мышления.
3. Согласны ли вы, мыслю, чем больше знаний имеет человек, чем богаче его опыт, чем разнообразнее его впечатления, тем более интересные и неординарные образы возникают в его воображении?
4. Мощь творческого воображения и его уровень определяются соотношением двух показателей. Назовите их.
5. От чего во многом зависит первый пусковой этап волевого действия?
6. На что основывается инициативность?
7. С чем тесно связана инициативность?
8. 4. В каких случаях волевого акта проявляется самостоятельность?

9. Чем отличаются самостоятельные люди от других?
10. К каким качествам противостоят инициативность, самостоятельность как волевые качества личности?
11. Какую роль в выполнении принятого решения играют самоконтроль и самооценка?
12. Как рассматривают в психологии как деяние?
13. Какие качества характерны для лиц с экстернальной локализацией контроля?
14. Чем отличаются люди, учащиеся с внутренней, интернальной локализацией контроля от лиц с экстернальной локализацией контроля?
15. Какую роль играет в воспитании воли семейное домашнее воспитание?
16. Почему в развитии воли уделяют большое внимание физическому воспитанию?
17. Почему огромное место в деле воспитания воли ребенка принадлежит детскому коллективу?
- 18.** Дайте характеристику актуальных и потенциальных способностей.
19. Как реализуются потенциальные способности?
20. Какие способности относятся к актуальным, реализованным способностям?
21. Каким показателем выступают потенциальные и актуальные способности?
22. Что называется задатками?
23. Чем являются способности, развиваясь на основе задатков?
24. Как называл И.П.Павлов врожденные особенности нервной системы?
25. Каким образом развитие интеллектуальных способностей связано кровоснабжением мозга? Аргументируйте.
26. Как выражаются качественные различия способностей?
27. Какую роль играет количественная характеристика способностей при решении широкого круга проблем?

28. Объясните тесную связь воображения и мышления.
29. Почему процесс учения стал бы очень ограниченным без воображения?
30. Что является физиологической основой воображения?
- 31.** Дайте характеристику идеомоторным актам.
32. Какой учёный внёс впервые теорию о темпераменте?
33. Кем была распространена типология с различиями в телосложении и физиологических функциях?
34. Что означает в психологии понятие характер?
35. Чем характер определяется и формируется в течение всей жизни человека?
36. Раскройте суть понятия характера.
37. Какое отношение выражает характер?
38. Какими индивидуально-психологическими свойствами взаимосвязан характер?
39. С какими чертами характера связаны способности?
40. Что является физиологической основой характера?
41. Аргументируйте, что раскрывает содержание характера.
42. Назовите ведущий компонент сформированного характера.
43. Назовите основные черты характера и охарактеризуйте их.
44. Что означает технология от греческих слов?
45. Что такое технология?
46. Как интеллектуальная информация переводится на язык практических решений?
47. Дайте определения педагогических технологий данное ЮНЕСКО.
48. Назовите некоторые варианты определения технологии и охарактеризуйте их.
- 49.** Что называется преподаванием?
- 50.** Назовите и охарактеризуйте задачи педагогической технологии.
51. К каким годам относятся введение технологии?
52. Какие технологии нам известны?

53. К кому принадлежат разработка технологических подходов к организации обучения?
54. Дайте характеристику инновационных или интенсивных педагогических технологий.
55. Что называется технологией педагогического сотрудничества?
56. Охарактеризуйте технологию формирования и поддержания психологической готовности обучающегося к овладению содержанием занятия.
57. Как воздействует внедрение в нашу страну педагогических технологий и интерактивных методов?
58. В чем состоит суть интерактивного метода обучения?
59. Охарактеризуйте основные виды способностей человека, установите связь между ними.
60. Какова природа индивидуально-психологических различий людей и их способностей?
61. Определите роль задатков в развитии специальных способностей.
62. Каковы условия и предпосылки формирования человеческих способностей?
63. Чему - гениальности, таланту или одаренности – соответствуют следующие положения:
64. а) совокупность нескольких способностей, обуславливающих успешную активность человека в широких диапазонах деятельности и общения;
65. б) уникальные способности, наличие которых позволяет получать результаты, являющиеся достижением эпохи;
66. в) высокая способность к конкретным видам деятельности или общения, в которых человек достигает значительных творческих результатов.
67. Дайте определение понятию «темперамент».

68. Раскройте содержание понятия «характер».
69. Покажите взаимосвязь характера и темперамента.
70. Каковы понятия и основные признаки воли?
71. В чем заключается волевая регуляция поведения?
72. Определите основные виды эмоций.
73. Чувства: что это такое?
74. Проанализируйте основные теории эмоций.
75. Что такое мотив поведения?
76. Какие определения термина «мотивация» Вы знаете?
77. В чем заключается теория каузальной атрибуции?
78. Каковы особенности мотивации достижения успехов и избегания неудач?
79. Какое значение имеют самооценка и уровень притязаний в процессе мотивации?

**Контрольные тестовые задания по курсу общая психология:**

**1. Что означает в переводе с древнегреческого «псюхе»?**

- А) душа
- В) учение
- С) мир
- Д) свет

**2. Способ сбора информации о другом человеке, его психологии и поведении, путем наблюдения за ним со стороны**

- А) Внешнее
- В) Внутренне
- С) Свободное
- Д) Стандартное

**3. Психология как наука изучает**

- А) факты, закономерности и механизмы психики

- В) методы образования
- С) оптические эффекты
- Д) нет верного ответа

**4. Что является предметом психологии?**

- А) факты психической жизни, характеризующие качественно и количественно, психологические законы
- В) установление психической деятельности
- С) работу конкретных анатомо-физиологических аппаратов
- Д) потребности, мотивы, цели, интересы, волю, чувства и др.

**5. Задачи психологии**

- А) установление психической деятельности
- В) факты психической жизни, характеризующие качественно и количественно, психологические законы
- С) работу конкретных анатомо-физиологических аппаратов
- Д) потребности, мотивы, цели, интересы, волю, чувства и др.

**6. Механизм психологической деятельности предполагает**

- А) работу конкретных анатомо-физиологических аппаратов
- В) факты психической жизни, характеризующие качественно и количественно, психологические законы
- С) установление психической деятельности
- Д) потребности, мотивы, цели, интересы, волю, чувства и др.

**6) С чем связан вид деятельности?**

- А) с мышлением
- В) с речью
- С) с движением
- С) с вниманием

**7) Что называется действием?**

- А) движения, направленные на предмет и преследующие определенную цель
- В) отражения предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при

непосредственном воздействии их на органы чувств

С) обобщение знаний целой группы предметов по однородности их существенных

Д) своеобразное субъективное отношение человека к окружающей действительности и к самому себе

**8) Какие группы движений бывают у человека?**

А) осмысленные и обобщенные

В) произвольные и непроизвольные

С) механические и осмысленные

Д) врожденные ( безусловно рефлекторные ), приобретенные ( условно рефлекторные )

**9) Кто из ученых научно обосновал физиологическую основу внимания?**

А. П.К. Анохин, И.П.Павлов

В. И.П.Павлов, Н.Ф.Добринин.

С. Б.Т. Теплов, Н.Ф.Добринин

Д) И.П. Павлов, А.А. Ухтомский.

**10) Что такое умение?**

А) упрочивший способ действия

В) сильные стойкие длительные влечения целенаправленное многократное выполняемое действия осуществляемое с целью его усовершенствования

С) элементарный уровень выполнения действий и мастерство человека в данном виде деятельности

Д) усвоенное действия ставшие потребностью отношение личности к объекту вызванное сознанием его жизненного значения и эмоциональной привлекательностью

**11) Что такое навыки?**

А) действия возникшие на основе знаний

В) выполнение действий осуществляемое с целью его усовершенствования

С) усвоение действие ставшие потребностью



Д) упрочившийся способ действия

**12) Какие виды деятельности существуют?**

А) зрительные слуховые обонятельные

В) творческое воссоздающее

С) игра учение труд

Д) практическое теоретическое

**13) Что такое игра?**

А) усвоение действий ставшее потребностью

В) отражения ребенком мира взрослых это путь познания окружающего мира

С) овладение знаниями навыками умениями необходимыми для выполнения трудовой деятельности

Д) деятельность, направленная на создание общественно полезного продукта

**14) Что приводит к возникновения функциональных игр?**

А) использование строительных материалов

В) осмысление предметов и отношения между людьми

С) овладение движением

Д) развитие познавательных способностей

**15) Назовите основные виды навыков.**

А) двигательные, сенсорные, мыслительные

В) творческие, воссоздающие

С) двигательные

Д) произвольное, произвольное

**16) Какие виды деятельности существуют?**

А) творческое, воссоздающие

В) игра, учение, труд

С) практическое, теоретическое

Д) произвольное, произвольное

**17) Что такое труд?**

А) процесс систематического овладения знаниями, навыками, умениями

необходимыми для выполнения трудовой деятельности

В) усвоение действий ставшей потребностью

С) деятельность, направленная на создание общественно-полезного продукта, удовлетворяющее материальные и духовные потребности личности общества.

Д) свойство личности свидетельствующее о высоком уровне развития воли

**18) Что такое способность?**

А) синтез свойств человеческой личности отвечающим требованиям деятельности и обеспечивающий высокие достижения в ней

В) регулирующая сторона сознания выраженная в способности человека совершать целенаправленные действия и поступки требующие преодоления трудностей

С) отражение отдельных свойств предметов при их непосредственном воздействии на органы чувств

Д) отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств

**19) Что относится к опорным свойствам способности?**

А) свойства художественного творческого воображения

В) высокая природная чувствительность зрительного анализатора

С) намеренный перенос внимания с одного объекта на другой

Д) интеллектуальные свойства личности которая обеспечивает легкость и продуктивность в овладении знаниями

**20) Определить уровни развития способностей?**

А) опорный и ведущий

В) специальные практические общие

С) репродуктивный и творческий

Д) природное и приобретенное

**21) Что относится к общим видам способности?**

А) система интеллектуальных свойств личности которая обеспечивает

относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями и научной деятельности

В) система свойств личности которая помогает ей достигнуть высоких результатов в познании и творчестве в специальной области деятельности

С) конструктивно-технические, организаторские, педагогические способности

Д) создание нового и оригинального

**22) Определить творческий уровень развития способностей**

А) обнаруживание высоких умений усваивать знания овладевать деятельностью и осуществлять ее по образцу

В) создание нового оригинального

С) непосредственная заинтересованность им-то происхождения

Д) сознательно регулируемое сосредоточение на объекте

**23) Что мы понимаем под задатками?**

А) своеобразное субъективное отношение человека к окружающей действительности и самому себе

В) первичная природная основа способностей еще не развитую но дающую себя знать при первых попытках человека заняться определенным деятельностью

С) регулирующая сторона сознания выраженная в способности совершать целенаправленные действия и поступки требующей преодоления трудностей

Д) характеристика поведения человека выражающая свойства его нервной деятельности

**24) Определите вариант где перечислены специальные человеческие типы**

А) художественный, мыслительный и средний

В) репродуктивный и творческий

С) опорные и ведущие

Д) природные и приобретенные

**25) Определить художественные специальные типы**

- А) аналитичность восприятия меньшей эмоциональной выразительностью  
отвлеченный характер мышления
- В) целостность и живость восприятия эмоциональность и образность  
мышления
- С) эмоциональность аналитичность восприятия
- Д) целостность и целостностьобразность мышления

**26) Что характерно на первом этапе способности?**

- А) репродуктивный и подражательный характер
- В) деликатный и решительный творческий
- С) вспыльчивый и страстный
- Д) эмоциональность аналитичность восприятия

**27) Как развивают способности**

- А) равномерно
- В) неравномерно
- С) быстро
- Д) легко

**28) Определить специальные способности человека**

- А) интеллектуальные свойства личности
- В) система свойств личности
- С) конструктивно-технические, организующие, педагогические способности
- Д) педагогические способности

**29. Что означает слово темперамент?**

- А) черта
- В) нрав
- С) смесь
- Д) душа

**30. Сколько принято различать типов темперамента?**

- А) 3

В) 5

С) 4

Д) 6

**31) Назовите темперамент отличающийся быстро возникающий, сильный, но не устойчивый эмоциональной возбудимостью?**

А) холерический

В) флегматический

С) сангвинический

Д) меланхолический

**32) Кем было впервые создано учение о темпераменте?**

А) И. П. Павлов

В) И.В. Петровским

С) Гиппократом

Д) А.Л. Лурия

**33) По учению создателя теории о темпераменте, различия людей по темпераменту объясняется различными соотношением...**

А) генов

В) жидкостей в организме

С) в нервной системе

Д) индивидуальных особенностях

**34) Назовите темперамент отличающийся медленно возникающий, слабой возбудимостью, скрытый в эмоциях.**

А) холерический

В) сангвинический

С) меланхолический

Д) флегматический

**34) Какой тип нервной системы соответствует сангвиническому темпераменту**

А) живой тип, но уравновешен

- В) легковозбудимый тип
- с) спокойный, медленный тип
- Д) слабый

**35) Что понимают под характером?**

- А) пригодность человека к той или иной деятельности
- В) деятельность сознания, которой выражается в создании образов таких объектов, которых раньше не воспринимали
- С) сложившийся под влиянием среды и воспитания, индивидуальных особенностей личности, которые выражаются волевой активности в его отношении к окружающему миру и к самому себе
- Д) непосредственное отражение в сознании отдельных свойств предметов

**36. Что называется особенностью личности, которая относится к характеру?**

- А) свойства
- В) черта
- С) качества
- Д) смесь

**37) Какая черта характера способствует быстрому подавлению в себе любых проявлений чувств, могущих помешать достижению поставленных целей?**

- А) волевая
- В) слабовольность
- С) легкомыслие
- Д) постоянство

**38) Как мы называем людей способных невзирая ни на какие препятствия добиваться поставленных целей?**

- а) настойчивыми
- в) постоянными
- с) выносливыми

д) слабохарактерными

**39) Какие черты характера называются моральными (или нравственными)?**

а) в которых закрепились качества воли и ставшие свойствами личности

в) в которых выражаются нравственные убеждения человека

с) в которых выражаются отношение к др людям

д) в которых выражаются отношение к самому себе

**39) Как мы называем людей, которые в своих стремлениях, решениях и действиях всегда руководствуются принципами морали**

а) инициативные

в) искренними

с) нравственными

д) дисциплинированными

**40) Что такое внимание?**

А) это оптимальное проявление потребности в контактах с др людьми

В) это разговор человека с самим собой

С) это сосредоточение сознания на опред объекте, обеспечивающие его особо ясное отражение

Д) это регулирующее сторона сознания, выраженная способностью человека совершать целенаправленные действия и поступки, требующее преодоления трудностей

**41) Кто выделил у животных безусловный рефлекс, который сам назвал рефлексом “Что такое”?**

А) Лурия

В) И П Павлов

С) А П Чехов

Д) Сеченов

**42) Определите виды внимания**

А) произвольное и непроизвольное

В) произвольное, послепроизвольное

С) внешнее, внутреннее

Д) произвольное, произвольное, произвольное

**43) Какой из синонимов используют для обозначения произвольного внимания**

А) пассивное и эмоциональное

В) активное и волевое

С) волевое

Д) нет правильного ответа

**44) Какое внимание вызывает новизна раздражителя**

А) произвольное внимание

В) произвольное

С) произвольное

Д) не вызывают ни какого внимания

**45) Что такое произвольное внимание?**

А) это сознательное регулируемое сосредоточение на объекте, вызванное условием деятельности

В) это сосредоточение сознания на объекте в силу особенности этого объекта как раздражителя

С) сосредоточение сознания на объекте, значимом и ценном для личности

Д) нет правильного ответа

**46. Ответная реакция человека или животного на новые реакции или на определённые изменения окружающей среды называется...**

А) Условный рефлекс

В) Безусловный рефлекс

С) Ориентировочный рефлекс

Д) Враждебный рефлекс.

**47) Какие бывают свойства внимания**

А) объем, распределение

В) концентрация, устойчивость



С) переключение

Д) Все ответы верны.

**48) Внимательность, невнимательность и рассеянность- это**

А) типы внимания

В) формы внимания

С) типы общения

Д) свойства внимания

**49) Что может вызвать состояние рассеянности?**

А) когда человек озабочен своими мыслями, усталость после напряженного дня, выполнения малоинтересного дела

В) Когда человек попадает в новую обстановку, необычную для него

С) может возникнуть при возросшей потребности или повышенном интересе к предмету

Д) неумение сосредоточиться на предмете, поверхности суждения и выводов, неспособности проникнуть во внутренний мир человека

**50) Какой из свойств внимания проявляется в длительности сосредоточения его на объекте**

А) концепция внимания

В) объем внимания

С) переключение внимания

Д) устойчивость внимания

**51) Что такое мышление**

А) психический процесс, благодаря которому человек отражает предметы и явления действительности в их существенных признаках

В) отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств

С) сосредоточение сознания на определенном объекте обеспечивающее его особо ясное отражение

Д) Это индивидуально-психологические свойства человека

**52) Назовите основные особенности процесса мышления**

- А) обобщенность и опосредственность
- В) проблемный характер
- С) логичность мышления
- Д) все ответы верны

**53) Что означает анализ мыслительного процесса**

- А) соединение частей сторон признаков обобщения группировка какого-то целого
- В) разложение воспринимаемого явления, предметы на части элементы стороны
- С) процесс обобщения
- Д) нет правильного ответа

**54) Процесс сравнения это процесс**

- А) суждения
- Б) умозаключение
- В) сопоставление
- Д) обобщение

**55) Определить творческий уровень развития способностей**

- А) обнаруживание высоких умений усваивать знания овладевать деятельностью и осуществлять ее по образцу
- В) непосредственная заинтересованность им-то происхождения
- С) создание нового оригинального
- Д) сознательно регулируемое сосредоточение на объекте

**56) Что означает индуктивное умозаключение?**

- А) умозаключение, производящееся от частных случаев к общему
- В) умозаключение, производящееся от общего закона к частному случаю
- С) среди ответов нет правильного
- Д) дедуктивное умозаключение

**57) Какое понятие соответствует данное определение? «Применение**

**обобщенного знания к какому то отдельному частному случаю».**

А) систематизация

В) генерализация

С) конкретизация

Д) абстракция

**58) Какое определение соответствует дедуктивному умозаключению?**

А) умозаключение от частного случая к общему

В) умозаключение от общего закона к частному

С) нет правильного ответа

Д) генерализация

**59) Назовите вид мышления, в котором задача дана наглядно, в конкретной форме.**

А) образный вид

В) практический вид

С) теоретический вид

Д) логический вид

**60) В какую из этих групп объединены люди, исследуемые по определенному, выделенному, им признаку**

А) условная группа

В) контактная

С) диффузная

Д) нет правильного ответа

**61) К какой группе можно отнести учеников одного класса, воинское подразделение, семью**

А) контактная

В) условная

С) непосредственная

Д) нет верного ответа

**62) Какое название получил метод изучения межличностных**

**отношений в малых группах, предложенных Дж Моренном.**

- А) геронтопсихология
- В) Наблюдение
- С) социометрия
- Д) нет верного ответа

**63) С помощью какого прибора осуществляется экспериментальное исследование групповой совместимости**

- А) термостат
- В) динамометр
- С) барометр
- Д) гомеостат

**64) Что такое коллектив?**

- А) это группа людей являющаяся частью общества объединенной общими целями, совместной деятельностью подчиненной целям этого общества.
- В) межличностные отношения опосредствуются личностно значимым и общественно ценным содержанием групповой деятельностью
- С) межличностные отношения опосредствуются личностно значимым, но асоциативным по своим установкам содержанием групповой деятельности
- Д) межличностных отношения существуют но не опосредствуются содержанием групповой деятельности.

**65) Что такое жест?**

- А) социально отработанное движение, передающее психологическое состояние
- В) динамичное выражение лица в данный момент общения
- С) господствующее выражение лица
- Д) все ответы верны

**66) Сколько видов общения выделяют психологи**

- А) 3
- В) 4

С) 1)

Д) нет верного ответа

**67) Кто из учёных вёл понятие инстинкт в психологию, и дал физиологическую обоснование?**

А) К.Фриш. Ч.Дарвин.

В) В.А.Валлер. И.П.Павлов.

С) Ж. Фабр. К.Фриш.

Д) Ч.Дарвин. И.П.Павлов

**68) Кто такие экстраверты?**

А) люди необщительные, чувствуют себя скованно в непривычных для себя ситуациях

В) люди общительные и в любой ситуации находят адекватную манеру общения

С) люди с неустойчивой психикой

Д) люди с богатым воображением

**69) Как изучается общение и межличностные отношения**

А) методом наблюдения

В) экспериментом

С) социометрией

Д) беседой

**70) Что является основной побудительной системой мыслительной деятельности человека?**

А) интересы

В) направленность личности

С) потребности

Д) идеалы личности

**71) Что такое мировоззрение?**

А) образ который выступает основным и высшим мотивом

В) характеристика поведения человека

С) система взглядов на природу, общество и человеческое мышление как результат отражения действительности

Д) отношение личности к объекту, вызванные эмоциональной привлекательностью

**72) С помощью какого мышления наиболее полно воссоздается все многообразие различных фактических характеристик предмета?**

А) интуитивное мышление

В) наглядно-действенное мышление

С) наглядно-образное мышление

Д) логическое мышление

**73) Что такое понятие?**

А) Сохранившиеся у человека образы воспринятых ранее предметов и явлений

В) обобщенное знание целой группы предметов и явлений, объединенных по однородности их существенных признаков

С) отдельные сведения, полученные из книги или от других людей

Д) отношение личности к объекту, вызванные эмоциональной привлекательностью

**74) Вывод, которого делает человек из имеющихся в его распределении данных, называется...**

А) суждение

В) умозаключение

С) понятие

Д) обобщение

**75) Назовите мыслительную операцию, которая строится на сопоставлении двух или нескольких однородных предметов?**

А) систематизация

В) классификация

С) сравнение

Д) конкретизация

**76) Выберите неправильный вариант: Для создания учебной проблемной ситуации необходимо выполнение ряда условий:**

А) наличие проблемы;

В) оптимальная трудность проблемы;

С) максимальная трудность проблемы;

Д) значимость для обучаемого результата решения проблемы.

**77) Выберите неверный ответ. К продуктивной деятельности относится:**

А) формирование собственных суждений;

В) превращение знаний в убеждение;

С) воспроизведение нужных знаний;

Д) привитие нравственных принципов.

**78) Непринуждённая беседа позволяющая изучить интересы, склонности и знания студентов – это...**

а) спецсеминар,

б) коллоквиум;

в) практические занятия;

г) семинарские занятия.

**79. Укажите неправильный ответ. К положительным сторонам продуктивного обучения относятся:**

А) учит мыслить логично, научно, творчески;

В) учит самостоятельному творческому поиску нужных знаний;

С) учит преодолевать встречающиеся затруднения;

Д) трансформирует проблему в навыки и умения.

**80. Новое направление психофизиология получила официальный статус в:** а) 1982 году; б) 1970 году; в) 1973 году; г) 1975 году.

**81. Выявить участки мозга с активно работающими нейронными клетками позволяет метод:** а) магнитоэнцефалография; б)

электроэнцефалография; в) магнито-резонансной томографии; г) позитронно-эмиссионной томографии

**82. Регистрация движений глаз называется:** а) томография; б) электроэнцефалография; в) окулография; г) магнитоэнцефалография.

**83. Основной ритм бодрствования человека в спокойном состоянии:** а) альфа ритм; б) бета ритм; в) гамма ритм; г) тета ритм.

**84. Нервные волокна, передающие информацию от рецептора в центральную нервную систему называются:** а) афферентными; б) эфферентными; в) двигательными; г) центробежными.

**85. Ориентировочный рефлекс составляет основу:** а) непроизвольного внимания; б) произвольного внимания; в) постпроизвольного внимания. г) нет правильного ответа

**86. Ориентировочный (исследовательский) рефлекс был открыт:** а) И.М.Сеченовым; б) И.П. Павловым; в) Л.С. Выготским; г) Ю. М. Конорским.

**87. Непроизвольное внимание формируется:** а) с рождения; б) с 1 года; в) с 6 месяцев; г) с 2 -3 месяцев.

**88. Непроизвольное внимание оперирует:** а) в настоящем времени; б) в прошедшем времени; в) в будущем времени. г) нет правильного ответа

**89. Антиципирующее внимание обращено:** а) в будущее; б) в настоящее; в) в прошлое. г) нет правильного ответа

**90. Релевантное сообщение это:** а) информация через наушники; б) информация на оба уха; в) информация на одно ухо; г) доминирующее сообщение.

**91. Семантическая память это знания:** а) на цифры; б) на слова; в) на образы; г) на действия.



- 92. Негативное научение это:** а) привыкание; б) простое научение; в) ассоциативное научение; г) сложное научение.
- 93. Центр речи расположен:** а) в стволе мозга; б) в ретикулярной формации; в) в височной зоне; г) в левом полушарии.
- 94. Конкретно-образное мышление обеспечивает:** а) правое полушарие; б) левое полушарие; в) ретикулярная формация; г) варолиев мост.
- 95. Медленный сон составляет от общего времени сна:** а) 10%; б) 20 %; в) 50%; г) 80%.
- 96. Нервы, которые проводят возбуждение от центра к периферии, называются:** а) афферентными; б) эфферентными; в) двигательными; г) центробежными.
- 97. Проекция зрительного анализатора находится:** а) в лобной доле; б) в височной доле; в) в затылочной доле; г) в теменной доле.
- 98. Основоположник изучения доминанты:** а) И.П. Павлов; б) И.М. Сеченов; в) П.Я. Гальперин; г) А.А. Ухтомский.
- 99. Угнетение страха и агрессии наблюдается при поражении или удалении:** а) лобных долей; б) гипофиза; в) таламуса; г) миндалин.
- 100. Сосредоточенность деятельности субъекта в данный момент времени на каком-либо реальном или идеальном объекте (предмете, событии, образе, рассуждении) – это:** а) внимание; б) концентрация внимания; в) внимательность г) нет правильного ответа
- 101. Улыбка Дачена появляется:** а) с рождения; б) с двух месяцев; в) с шести месяцев; г) с 1 года.
- 102. Сильные и относительно кратковременные эмоциональные переживания, сопровождающиеся резко выраженными двигательными и висцеральными явлениями – это:** а) шок б) аффект в) эйфория г) нет правильного ответа

- 103. Проекция какого анализатора находится в височной зоне:** а) зрительного анализатора; б) слухового анализатора; в) двигательного анализатора; г) вкусового анализатора.
- 104. Проекция какого анализатора находится в затылочной зоне:** а) зрительного анализатора; б) слухового анализатора; в) двигательного анализатора; г) вкусового анализатора.
- 105. Проекция какого анализатора находится в теменной зоне:** а) зрительного анализатора; б) слухового анализатора; в) двигательного анализатора; г) вкусового анализатора.
- 106. Проекция какого анализатора находится в лобной зоне:** а) зрительного анализатора; б) слухового анализатора; в) двигательного анализатора; г) вкусового анализатора.
- 107. Психофизиология изучающая поведение как результат взаимодействия биологических и социальных факторов называется ...** а) социальная б) экономическая в) психологическая г) нет правильного ответа
- 108. Изучением психофизиологических механизмов воздействия на человека экологически вредных факторов, нарушающих психическую деятельность и поведение человека, занимается ... психофизиология.** а) экологическая б) экономическая в) социальная г) бытовая
- 109. Художественный тип характеризуется преобладанием функций ... сигнальной системы.** а) первой б) второй в) третьей г) нет ответа
- 110. У мыслительного типа преобладает ... сигнальная система.** а) первая б) вторая в) третья г) нет ответа
- 111. Повышенная тревожность и пессимизм меланхолического темперамента – интеллектуальная особенность «...» типа.** а) художественного б) эстетического в) эмоционального г) атлетического
- 112. У «художников» доминирует функция ... полушария как основа их образного мышления...** а) правого б) левого в) и того и другого

г) нет правильного ответа

**113. Синапс:** а) обрабатывает информацию; б) передает информацию; в) место контакта; г) окончание аксона.

**114. Впервые декларативную память стал исследовать известный физиолог Иван Соломонович Бериташвили в:** а) 1960 г.; б) 1930 г.; в) 1911 г.; г) 1940 г.

**115. Храниться годами может след в ... памяти.** а) процедурной; б) эксплицитной; в) декларативной; г) семантической.

**116. Обучение происходит быстро, иногда после первого «урока»:** а) эксплицитное; б) декларативной; в) процедурное г) семантической.

**117 . Память при неупотреблении и без поддержки соответствующим подкреплением склонна к угасанию:** а) декларативная; б) процедурная; в) эксплицитная; г) произвольная.

**118. След хранится 30 минут:** а) в кратковременной памяти; б) в промежуточной памяти; в) в долговременной памяти.

**119. След хранится 45 минут:** а) в кратковременной памяти; б) в промежуточной памяти; в) в долговременной памяти.

**120. След хранится 10 минут:** а) в кратковременной памяти; б) в промежуточной памяти; в) в долговременной памяти.

**121. Энгграмма — это ...памяти** а) след б) способность в) возможность г) желание

**122. Контролируемый и осознаваемый процесс, обладающий пропускной способностью, обеспечивающий последовательную обработку информации:** а) произвольное внимание; б) произвольное внимание; в) постпроизвольное внимание; г) предвнимание.

**123. Пульс в покое в норме составляет 80 уд/мин. у:** а) новорожденный; б) 7 лет; в) 14 лет; г) взрослый.

**124. Нормальное давление студента составляет:** а) 130/90 мм. рт. ст. б) 110/70 мм. рт. ст. в) 90/60 мм. рт. ст. г) 105/75 мм. рт. ст.

**125. Угасание – особая форма обучения, получившая название ... научения.** а) негативного б) позитивного в) отрицательного г) положительного

**126. Вегетативные компоненты ориентировочного рефлекса (отметить правильные ответы):** а) расширение зрачков; б) увеличение кожной проводимости; в) снижение чсс; г) изменение дыхания; д) сужение сосудов головы.

**127. Нейроны ... избирательно реагируют на появление целевого объекта: на вид, запах пищи.** а) вида б) цели в) запаха г) цвета

**128. Восприятие лица человека с выражением счастья вызывает активацию:** а) левого полушария; б) правого полушария; в) миндалины; г) ретикулярной формации.

## ГЛОССАРИЙ

**НАБЛЮДЕНИЕ** — метод психологического исследования, рассчитанный на непосредственное получение нужной информации через органы *чувств*.

**НАБЛЮДЕНИЕ** — метод психологии; заключается в фиксации проявлений поведения и получении суждений о субъективных психических явлениях.

**НАВЫК** — сформированное, автоматически осуществляемое движение, не требующее сознательного контроля и специальных волевых усилий для его выполнения.

**НАГЛЯДНО-ДЕЙСТВЕННОЕ МЫШЛЕНИЕ** - способ практического решения задач, предполагающий зрительное изучение ситуации и практические действия в ней с материальными предметами.

**НАГЛЯДНО-ОБРАЗНОЕ МЫШЛЕНИЕ** - способ решения задач, включающий наблюдение за ситуацией и оперирование образами составляющих ее предметов без практических действий с ними.

**НАДЕЖНОСТЬ** — качество научного метода исследования, позволяющее получать одни и те же результаты при повторном или многократном использовании данного метода.

**НАМЕРЕНИЕ** — сознательное желание, готовность что-либо сделать.

**НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ** - понятие, обозначающее совокупность потребностей и *мотивов* личности, определяющих главное направление ее поведения.

**НАПРЯЖЕННОСТЬ** — состояние повышенного физического или психологического возбуждения, сопровождаемое неприятными внутренними чувствами и требующее разрядки.

**НАСТРОЕНИЕ** — эмоциональное состояние человека, связанное со слабо выраженными положительными или отрицательными эмоциями и существующее в течение длительного времени.

**НАУЧЕНИЕ** — приобретение знаний, умений и навыков в результате жизненного опыта.

**НЕВРОТИЗМ** — свойство человека, характеризующееся его повышенной возбудимостью, *импульсивностью* и *тревожностью*.

**НЕГАТИВИЗМ** — демонстративное противодействие человека другим людям, непринятие им разумных советов со стороны других людей. Часто встречается у детей в период возрастных *кризисов*.

**НЕЙРОПСИХОЛОГИЯ** — отрасль психологической науки, изучающая связь психических процессов, свойств и состояний с работой мозга.

**НЕОБИХЕВИОРИЗМ** — направление в психологии, пришедшее на смену *бихевиоризма* в 30-е годы XX в. Характеризуется признанием активной роли психических состояний в управлении поведением. Представлен в учениях американских психологов Э.Толмена, К.Халла, Б.Скиннера.

**НЕОФРЕЙДИЗМ** — учение, возникшее на базе *психоанализа* З.Фрейда. Связано с признанием существенной роли общества в формировании

личности и с отказом от рассмотрения органических потребностей как единственной основы социального человеческого поведения.

**НОРМЫ** – это правила общепринятого и ожидаемого поведения. Нормы предписывают “правильное поведение”.

**НОРМЫ СОЦИАЛЬНЫЕ** — принятые в данном обществе или *группе* правила поведения, регулирующие взаимоотношения людей.

**ОБЕЗЛИЧИВАНИЕ** — (см. *деперсонализация*).

**ОБОБЩЕНИЕ** — (см. *абстракция*) — выделение общего из множества частных явлений. Перенос однажды сформированных знаний, *умений* и *навыков* на новые задачи и ситуации.

**ОБРАЗ** — обобщенная картина мира (предметов, явлений), складывающаяся в результате переработки информации о нем, поступающей через органы чувств.

**ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ** — процесс получения информации о состояниях партнера по общению с целью улучшения общения и достижения желаемого результата.

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ** — область психологической науки, изучающая общие закономерности психики и поведения человека, разрабатывающая основные понятия и представляющая главные законы, на основе которых формируется, развивается и функционирует *психика* человека.

**ОБЩЕНИЕ** — обмен информацией между людьми, их взаимодействие.

**ОБЫДЕННОЕ СОЗНАНИЕ** — усредненный уровень сознания масс людей, составляющих данное общество. О.с. отличается от научного сознания невысокой достоверностью и точностью имеющихся в нем сведений.

**ОБЪЕКТИВАЦИЯ** — процесс и результат локализации образов восприятия во внешнем мире — там, где располагается источник воспринимаемой информации.

**ОДАРЕННОСТЬ** — наличие у человека *задатков* к развитию *способностей*.

**ОЖИДАНИЕ** — одно из основных понятий *когнитивной психологии*, выражающее способность предвосхищения человеком будущих событий.

**ОЖИДАНИЯ** – система ожиданий, требований относительно норм исполнения индивидом внутригрупповых ролей.

**ОБЩЕНИЕ** – сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия.

**ОНТОГЕНЕЗ** — процесс индивидуального развития организма или личности (см.).

**ОПЕРАНТНОЕ ОБУСЛОВЛИВАНИЕ** - вид научения, осуществляемого за счет подкрепления наиболее успешных реакций организма на те или иные *стимулы*. Понятие О.о. предложено американским психологом Э.Торндайком и разработано Б.Скиннером.

**ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ** — вид памяти, рассчитанный на сохранение информации в течение определенного времени, необходимого для выполнения некоторого действия или *операции*.

**ОПЕРАЦИЯ** — система движений, связанных с выполнением конкретного действия, направленных на достижение его цели.

**ОПРЕДЕМЕЧИВАНИЕ** — диалектико-материалистическое понятие, обозначающее процесс и результат воплощения в предметах деятельности человека, составляющих материальную и духовную культуру, его же способностей.

**ОПРОС** — метод психологического изучения, в процессе применения которого людям задаются вопросы и на основе ответов на них судят о психологии этих людей.

**ОПРОСНИК ЛИЧНОСТНЫЙ** - метод исследования личности, основанный на использовании системы письменных или устных, заранее продуманных

вопросов, адресованных человеку, чьи психологические особенности подлежат изучению.

**ОРГАНЫ ЧУВСТВ** — телесные органы, специально предназначенные для восприятия, переработки и хранения информации. О.ч. включают *рецепторы*, нервные пути, проводящие возбуждения в мозг и обратно, а также центральные отделы нервной системы человека, перерабатывающие эти возбуждения.

**ОРИЕНТИРОВОЧНАЯ РЕАКЦИЯ (РЕФЛЕКС)** - реакция организма на новые стимулы, проявляющаяся в общей его активизации, в сосредоточении внимания, в мобилизации сил и ресурсов.

**ОСМЫСЛЕННОСТЬ ВОСПРИЯТИЯ** - свойство человеческого восприятия приписывать воспринимаемому объекту или явлению определенный смысл, обозначать его словом, относить к определенной языковой категории.

**ОСНОВНОЙ ПСИХОФИЗИЧЕСКИЙ ЗАКОН** - (см. *закон Вебера—Фехнера*).

**ОТКЛОНЯЮЩЕЕСЯ (ДЕВИАНТНОЕ) ПОВЕДЕНИЕ** - поведение человека, отклоняющееся от установленных правовых или нравственных норм, нарушающее их.

**ОТКРЫТЫЙ КРИЗИС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ** - критическое состояние в психологической науке, возникшее в начале XX в. и связанное с ее неспособностью удовлетворительно разрешить ряд актуальных теоретических и практических проблем.

**ОТНОСИТЕЛЬНЫЙ ПОРОГ ОЩУЩЕНИЯ** - величина, на которую должен измениться раздражитель, действующий на органы чувств, чтобы одновременно изменилось и вызываемое им ощущение (величина  $A'$  в *законе Бугера—Вебера*).

**ОТРАЖЕНИЕ** — философско-гносеологическое понятие, относящееся к теории познания. В соответствии с ним все психические процессы и



состояния человека рассматриваются как отражения в голове человека объективной, не зависимой от него действительности.

**ОТЧУЖДЕНИЕ** — процесс или результат утраты для человека значения или личностного смысла (см. *смысл личностный*) того, что раньше привлекало его внимание, было для него интересным и важным.

**ОЩУЩЕНИЕ** — элементарный психический процесс, представляющий собой субъективное отражение живым существом в виде психических явлений простейших свойств окружающего мира.

**ОЩУЩЕНИЕ** – отражение свойств предметов мира, возникающее при их непосредственном воздействии на рецепторы.

**ПАМЯТЬ** — процессы запоминания, сохранения, воспроизводства и переработки человеком разнообразной информации.

**ПАМЯТЬ** – процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности.

**ПАМЯТЬ ГЕНЕТИЧЕСКАЯ** — память, обусловленная *генотипом*, передаваемая из поколения в поколение.

**ПАМЯТЬ ДОЛГОВРЕМЕННАЯ** — память, рассчитанная на длительное хранение и многократное воспроизведение информации при условии ее сохранения.

**ПАМЯТЬ КРАТКОВРЕМЕННАЯ** — память, рассчитанная на хранение информации в течение небольшого промежутка времени, от нескольких до десятков секунд, до тех пор, пока содержащаяся в ней информация не будет использована или переведена в долговременную память.

**ПАМЯТЬ ОПЕРАТИВНАЯ** — (см. *оперативная память*).

**ПАНИКА** — массовидное явление *психики*, характеризующееся возникновением одновременно у многих людей, находящихся в контактах друг с другом, чувств страха, беспокойства, а также беспорядочных, хаотичных движений и непродуманных действий.

**ПАНТОМИМИКА** — система выразительных движений, совершаемых при помощи тела.

**ПАРАПСИХОЛОГИЯ** — область психологии, изучающая необычные, не поддающиеся научному объяснению явления, связанные с психологией и поведением людей.

**ПАТОПСИХОЛОГИЯ** — область психологических исследований, связанная с изучением отклонений в психике и поведении человека при различных заболеваниях.

**ПАТОПСИХОЛОГИЯ** — отрасль психологии, изучающая отклонения в развитии психики при различных заболеваниях.

**ПЛАЦЕБО** – (от лат. поправляюсь) – изменение в физиологическом или психологическом состоянии субъекта под видом внушения.

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ** — отрасль психологии, изучающая закономерности обучения и воспитания.

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ** - область психологической науки, изучающая психологические основы обучения, воспитания и педагогической деятельности.

**ПЕРВИЧНЫЕ ДАННЫЕ** — та информация об изучаемых явлениях, которая получается в начале исследования и подлежит дальнейшей обработке прежде, чем на ее основе можно будет сделать достоверные выводы об этих явлениях.

**ПЕРВИЧНЫЕ ЭМОЦИИ** — генотипически (см. *генотип*) обусловленные простейшие эмоциональные переживания: удовольствие, неудовольствие, боль, страх, гнев и др.

**ПЕРЕЖИВАНИЕ** — ощущение, сопровождаемое эмоциями.

**ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ** — процесс превращения человека в *личность* (см.), приобретения им *индивидуальности* (см.).

**ПЕРЦЕПТИВНЫЙ** — относящийся к восприятию.

**ПЕРЦЕПТИВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ** – структурные единицы процесса восприятия у человека.

**ПОВЕДЕНИЕ** - присущее живым существам взаимодействие с окружающей средой, опосредованное их внешней и внутренней активностью.

**ПОДКРЕПЛЕНИЕ** — средство, способное удовлетворить возникшую потребность, снять вызванную ею напряженность. П. — также средство, подтверждающее правильность или ошибочность совершенного поступка, действия.

**ПОДРАЖАНИЕ** — сознательное или бессознательное поведение человека, направленное на воспроизведение поступков и действий других людей.

**ПОЛОРОЛЕВАЯ ТИПИЗАЦИЯ** - усвоение человеком форм социального поведения, типичных для людей одного с ним пола.

**ПОЛОРОЛЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ** — поведение, свойственное человеку определенного пола в той социальной роли, которая соответствует этому полу.

**ПОНИМАНИЕ** — психологическое состояние, выражающее собой правильность принятого решения и сопровождаемое чувством уверенности в точности восприятия или интерпретации какого-либо события, явления, факта.

**ПОРОГ ОЩУЩЕНИЯ** — значение *стимула*, воздействующего на органы чувств, которое вызывает минимальное ощущение (нижний абсолютный порог *ощущений*), максимально возможное по силе ощущение соответствующей модальности (верхний абсолютный порог ощущения) или изменение параметров уже имеющегося ощущения (см. *относительный порог ощущения*).

**ПОСТУПОК** — сознательно совершенное человеком и управляемое *волей* действие, исходящее из определенных убеждений.

**ПОТРЕБНОСТЬ** — состояние нужды организма, индивида, личности в чем-то, необходимом для их нормального существования.

**ПРАКТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ** — вид мышления, направленного на решение практических задач.

**ПРЕДИКАТИВНОСТЬ** — характеристика *внутренней речи*, выражающаяся в отсутствии в ней слов, представляющих субъект (подлежащее), и присутствии только слов, относящихся к предикату (сказуемому).

**ПРЕДМЕТНОСТЬ ВОСПРИЯТИЯ** — свойство восприятия представлять мир не в виде отдельных ощущений, а в форме целостных образов, относящихся к воспринимаемым предметам.

**ПРЕДРАССУДОК** — устойчивое ошибочное мнение, не подкрепляемое фактами и логикой, основанное на *вере*.

**ПРЕДСОЗНАНИЕ** — психическое состояние человека, занимающее промежуточное место между *сознанием* и *бессознательным*. Характеризуется наличием смутного осознания переживаемого, но отсутствием волевого контроля или способности им управлять.

**ПРЕДСТАВЛЕНИЕ** — процесс и результат воспроизводства в виде образа какого-либо объекта, события, явления.

**ПРИНЦИП СИСТЕМНОСТИ** — методологический подход к анализу психических явлений, когда соответствующее явление рассматривается как система.

**ПРИВЫКАНИЕ** — прекращение или снижение остроты реагирования на еще продолжающий действовать раздражитель.

**ПРОЕКЦИЯ** — один из *защитных механизмов*, посредством которого человек избавляется от переживаний по поводу собственных недостатков за счет приписывания их другим людям.

**ПРОПРИОЦЕПТИВНЫЙ** — связанный с мышечной системой.

**ПРОСОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ** — поведение человека среди людей, бескорыстно направленное на их благо.

**ПСИХОЛОГИЯ** - наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности.

**ПСИХИКА** – системное свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины этого мира и саморегуляции.

**ПСИХИКА** — общее понятие, обозначающее совокупность всех психических явлений, изучаемых в психологии.

**ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ** — процессы, происходящие в голове человека и отражающиеся в динамически изменяющихся психических явлениях: *ощущениях, восприятии, воображении, памяти, мышлении, речи* и др.

**ПСИХОАНАЛИЗ** — учение, созданное З.Фрейдом. Содержит систему идей и методов интерпретации сновидений и других бессознательных психических явлений, а также диагностики и лечения различных душевных заболеваний.

**ПСИХОГЕНЕТИКА** — область исследований, изучающая наследственный характер некоторых психических и поведенческих явлений, их зависимость от *генотипа*.

**ПСИХОДИАГНОСТИКА** — область исследований, связанных с количественной оценкой и точным качественным *анализом* психологических свойств и состояний человека при помощи научно проверенных методов, дающих достоверную информацию о них.

**ПСИХОЛИНГВИСТИКА** — пограничная между психологией и лингвистикой область науки, занимающаяся изучением речи человека, ее возникновением и функционированием.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ ЛЮДЕЙ** - способность людей находить взаимопонимание, налаживать деловые и личные контакты, сотрудничать друг с другом.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ** - (см. *климат социально-психологический*) .

**ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА** — область науки, изучающая психологические аспекты трудовой деятельности людей, включая их профессиональную ориентацию, профессиональное консультирование, профессиональное обучение и организацию труда.

**ПСИХОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ** - отрасль психологической науки, в которой изучаются психологические аспекты управления со стороны человека различными объектами: государственными организациями, людьми, экономическими и техническими системами и т.п.

**ПСИХОТЕРАПИЯ** — область, пограничная между медициной и психологией, в которой широко используются психологические средства диагностики и методы лечения заболеваний.

**ПСИХОТЕХНИКА** — область исследований, существовавшая в первые десятилетия XX в. и связанная с изучением взаимодействия человека и машин, использования человеком различных механических и технических устройств в своей трудовой деятельности.

**ПСИХОФИЗИКА** — область исследований, призванная ответить на фундаментальные вопросы, касающиеся связи психических и физических процессов и явлений. Частный, но важный вопрос П. — применение физических методов для измерения ощущений человека.

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА** - проблема связи психических явлений с физиологическими процессами, происходящими в организме и мозге человека.

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ПАРАЛЛЕЛИЗМ** - учение о параллельном и независимом существовании психологических и физиологических процессов в организме человека.

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ** — область исследований, пограничная между психологией и физиологией. Занимается изучением связей, существующих между психологическими явлениями и физиологическими процессами в организме.

**ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА** — проблема связи между миром физических явлений, изучаемых естественными науками, и психологическими феноменами, исследуемыми психологией (см. *психофизиологическая проблема*).

**РАЗДРАЖИМОСТЬ** — способность живых организмов биологически целесообразно (с целью самосохранения и развития) реагировать на значимые для их жизни воздействия среды.

**РАЗДРАЖИТЕЛЬ** — любой фактор, воздействующий на организм и способный вызвать в нем какую-либо реакцию.

**РАСПРЕДМЕЧИВАНИЕ** — философское, диалектико-материалистическое понятие, означающее процесс приобретения человеком тех знаний, умений и навыков, которые ранее были заложены (опредмечены) (см. *опредмечивание*) в предметах материальной и духовной культуры. Р. выступает как основной источник формирования и развития человеческих способностей.

**РАССЕЯННОСТЬ** — неспособность *внимания* сконцентрироваться на объекте.

**РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ** — один из *защитных механизмов*, выражающийся в поиске разумных и логичных объяснений человеком своих отрицательных поступков и действий, рассчитанных на их моральное оправдание и снятие угрызений совести.

**РЕАКЦИЯ** — ответ организма на какой-нибудь *раздражитель*.

**РЕЛАКСАЦИЯ** — расслабление.

**РЕМИНИСЦЕНЦИЯ** — самопроизвольное припоминание материала, который когда-то был воспринят, но затем временно забыт и не восстанавливался в памяти.

**РЕФЕРЕНТНАЯ ГРУППА** — группа людей, в чем-то привлекательных для индивида. Групповой источник индивидуальных ценностей, суждений, поступков, норм и правил поведения.

**РЕФЛЕКС** — автоматическая ответная реакция организма на действие какого-либо внутреннего или внешнего раздражителя.

**РЕФЛЕКС БЕЗУСЛОВНЫЙ** — врожденная автоматическая реакция организма на специфическое воздействие.

**РЕФЛЕКС УСЛОВНЫЙ** — приобретенная реакция организма на определенный раздражитель, возникшая в результате сочетания воздействия этого раздражителя с положительным подкреплением со стороны актуальной потребности.

**РЕФЛЕКСИЯ** — способность сознания человека сосредоточиться на самом себе.

**РЕФЛЕКТОРНАЯ ДУГА** — понятие, обозначающее совокупность нервных структур, проводящих нервные импульсы от раздражителей, находящихся на периферии тела, к центру (см. *афферентный*), перерабатывающих их в *центральной нервной системе* и вызывающих реакцию на соответствующие *раздражители*.

**РЕЦЕПТОР** — специализированное органическое устройство, расположенное на поверхности тела или внутри него и предназначенное для восприятия различных по своей природе раздражителей: физических, химических, механических и т.д. — и их преобразования в нервные электрические импульсы.

**РЕЧЬ** — система используемых человеком звуковых сигналов, письменных знаков и *символов* для представления, переработки, хранения и передачи информации.

**РЕЧЬ ВНУТРЕННЯЯ** — (см. *внутренняя речь*).

**РЕШИТЕЛЬНОСТЬ** — готовность перейти к практическим действиям, сформировавшееся намерение совершить определенный поступок.

**РИГИДНОСТЬ** — заторможенность мышления, проявляющаяся в трудности отказа человека от однажды принятого решения, способа мышления и действий.



**РОЛЬ** — понятие, обозначающее поведение человека в определенной жизненной ситуации, соответствующей занимаемому им положению (например, роль руководителя, подчиненного, отца, матери и т.п.).

**РОЛЬ** – набор норм, определяющих, как должны вести себя люди в определенной социальной ситуации.

**САДИЗМ** — враждебные действия человека по отношению к людям, животным, приобретающие иногда форму патологического стремления наносить им вред. Стремление к разрушению, уничтожению всего, что находится вокруг. С. — одно из основных понятий, используемое Э.Фроммом для построения типологии социальных характеров.

**САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ** — использование, и развитие человеком имеющихся у него задатков, их превращение в способности. Стремление к личностному самосовершенствованию. С. как понятие введена в *гуманистической психологии*.

**САМОНАБЛЮДЕНИЕ.** — (см. *интроспекция*).

**САМООБЛАДАНИЕ** — способность человека сохранять внутреннее спокойствие, действовать разумно и взвешенно в сложных жизненных ситуациях.

**САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ** — самостоятельный выбор человеком своего жизненного пути, целей, ценностей, нравственных норм, будущей профессии и условий жизни.

**САМООЦЕНКА** — оценка человеком собственных качеств, достоинств и недостатков.

**САМОРЕГУЛЯЦИЯ** — процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками.

**САМОСОЗНАНИЕ** — осознание человеком самого себя, своих собственных качеств.

**САНГВИНИК** — тип темперамента, характеризующийся энергичностью, повышенной работоспособностью и быстротой реакций.

**СВЕРХАДДИТИВНЫЙ ЭФФЕКТ** - более высокий в количественном и качественном отношениях по сравнению с индивидуальной работой результат групповой деятельности. С. э. возникает в *малой группе* при ее приближении по уровню развития к *коллективу* вследствие более четкого распределения обязанностей, координации действий и установления хороших деловых и личных взаимоотношений между ее членами.

**СВЕРХНОРМАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** - добровольная, выходящая за пределы установленных социальных норм, деятельность человека или группы людей, направленная на оказание помощи другим людям.

**СВОЙСТВА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ЧЕЛОВЕКА** - комплекс физических характеристик нервной системы, определяющих процессы возникновения, проведения, переключения и прекращения нервных импульсов в различных отделах и частях *центральной нервной системы*.

**СЕНЗИТИВНОСТЬ** — характеристика органов чувств, выражающаяся в их способности тонко и точно воспринимать, различать и избирательно реагировать на слабые, мало отличающиеся друг от друга стимулы.

**СЕНЗИТИВНЫЙ ПЕРИОД РАЗВИТИЯ** - период в жизни человека, обеспечивающий наиболее благоприятные условия для формирования у него определенных психологических свойств и видов поведения.

**СЕНСИБИЛИЗАЦИЯ** — повышение чувствительности органов чувств под влиянием воздействия на них определенных раздражителей, в частности тех, которые поступают в это же самое время на другие органы чувств (к примеру — увеличение остроты зрения под воздействием слуховых раздражителей).

**СЕНСОРНЫЙ** — связанный с работой органов чувств.

**СЕНСУАЛИЗМ** — философское учение, для которого ощущения выступают в качестве единственного источника информации и познания человеком внешнего мира.

**СИЛА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ** — свойство нервной системы выдерживать длительные и большие нагрузки.

**СИМВОЛ** — *знак* чего-либо, имеющий определенное сходство с обозначаемым объектом.

**СИМПАТИЯ** — чувство эмоциональной предрасположенности к человеку, повышенный интерес и влечение к нему.

**СИНЕСТЕЗИЯ** — способность раздражителя, адресованного природой для него приспособленному органу чувств, одновременно вызывать необычное ощущение в другом органе чувств. Например, при восприятии музыки у некоторых людей могут возникать зрительные ощущения.

**СКЛОННОСТЬ** — предрасположенность к чему-либо.

**СЛОВЕСНО-ЛОГИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ** - вид мышления человека, где в качестве средства решения задачи выступают словесное *абстрагирование* и логические рассуждения.

**СМЫСЛ ЛИЧНОСТНЫЙ** — значение, которое объект, событие, факт или слово приобретают для данного человека в результате его личного жизненного опыта. Понятие С.л. введено А. Н .Леонтьевым.

**СОВЕСТЬ** — понятие, обозначающее способность человека переживать, глубоко личностно воспринимать и сожалеть о случаях нарушения им самим или другими людьми нравственных норм. С. характеризует *личность*, достигшую высокого уровня психологического развития.

**СОВМЕСТИМОСТЬ** — способность людей работать вместе, успешно решать задачи, требующие от них согласованности действий и хорошего взаимопонимания.

**СОЦИОМЕТРИЯ** – одно из направлений западной психологии, разработанная в русле измерительно-исследовательских процедур., основу которых составляют различные социометрические методики.

отношений в группе, коллективе с целью определения структуры

**СОЦИОМЕТРИЯ** — метод психологического исследования межличностных

**САМОНАБЛЮДЕНИЕ** — наблюдение, объектом которого являются

взаимоотношений и психологической совместимости.

психические состояния, действия самого субъекта.

**СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД (В ПСИХОЛОГИИ)** — принцип, требующий рассмотрения психики как сложного единства, не сводимого к простой сумме его элементов.

**СИСТЕМА «ЧЕЛОВЕК-МАШИНА»** — система, состоящая из человека-оператора и машины, посредством которой он осуществляет трудовую деятельность.

**САМООЦЕНКА** — оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

**СОЦИАЛЬНЫЕ САНКЦИИ** — меры, упорядочивающие систему отношений и взаимодействий в группе.

**СОЦИАЛЬНАЯ РОЛЬ** - это выработанная обществом и усвоенная индивидом система мыслей и чувств, намерений и действий, подходящих в данной ситуации человеку.

**СИМПАТИЯ** — устойчивое одобрительное эмоциональное отношение человека к другим людям, их группам или социальным явлениям, проявляющимся в приветливости, доброжелательности, восхищении.

**СОЗНАНИЕ** — высший уровень психического отражения действительности, присущий только человеку как общественно-историческому существу.

**СОЗНАНИЕ** — высший уровень психического *отражения* человеком действительности, ее представленность в виде обобщенных *образов* и *понятий*.

**СОПЕРЕЖИВАНИЕ** — испытывание человеком тех же самых чувств и эмоций, которые характерны для находящихся рядом с ним людей (см. также *эмпатия*).

**СОПЕРНИЧЕСТВО** — стремление человека к соревнованию с другими людьми, желание одержать верх над ними, победить, превзойти.

**СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ** — сконцентрированность внимания человека.

**СОТРУДНИЧЕСТВО** — стремление человека к согласованной, слаженной работе с людьми. Готовность поддержать и оказать помощь им. Противоположно *соперничеству*.

**СОХРАНЕНИЕ** — один из процессов *памяти*, направленный на удержание в ней полученной информации-.

**СОЦИАЛИЗАЦИЯ** — процесс и результат усвоения ребенком социального опыта. В результате С. ребенок становится культурным, образованным и воспитанным человеком.

**СОЦИАЛЬНАЯ ИНГИБИЦИЯ** — торможение психических процессов, ухудшение деятельности человека в присутствии других людей под их влиянием.

**СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ** — отрасль психологической науки, изучающая психологические явления, возникающие во взаимодействии и общении людей.

**СОЦИАЛЬНАЯ РОЛЬ** — совокупность норм, правил и форм поведения, характеризующих типичные действия человека, занимающего определенное положение в обществе.

**СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ** - система социальных условий, определяющих психологическое развитие человека.

**СОЦИАЛЬНАЯ УСТАНОВКА** — устойчивое внутреннее отношение человека к кому-либо или чему-либо, включающее мысли, эмоции и действия, предпринимаемые им в отношении данного объекта.

**СОЦИАЛЬНАЯ ФАЦИЛИТАЦИЯ** - облегчающее воздействие присутствующих людей на психологию и поведение человека, выражающееся в активизации его психических процессов и состояний, улучшении практической деятельности. С.ф. антоним социальной *ингибиции*.

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ** - теория и практика специального психотерапевтического воздействия на людей, рассчитанная на улучшение их общения и приспособление к условиям жизни.

**СОЦИАЛЬНЫЕ ОЖИДАНИЯ** — ожидаемые от человека, занимающего в обществе определенное положение, суждения, действия и поступки, соответствующие его социальной *роли*.

**СОЦИАЛЬНЫЙ СТЕРЕОТИП** — искаженные социальные установки человека в отношении людей определенной категории, возникшие у него под влиянием ограниченного или одностороннего жизненного опыта общения с представителями данной социальной группы: национальной, религиозной, культурной и т.п.

**СОЦИОГРАММА** — графический рисунок, с помощью которого условно представлена система личных взаимоотношений, сложившихся между членами *малой группы* на данный момент времени. Используется в *социометрии*.

**СОЦИОМЕТРИЯ** — совокупность однотипно построенных методик, предназначенных для выявления и представления в виде *социограмм* и ряда специальных индексов системы личных взаимоотношений между членами *малой группы*.

**СПЛОЧЕННОСТЬ МАЛОЙ ГРУППЫ** - психологическая характеристика единства членов *малой группы*.

**СПОСОБНОСТИ** — индивидуальные особенности людей, от которых зависит приобретение ими знаний, умений и навыков, а также успешность выполнения различных видов деятельности.

**СТАТУС** — положение человека в системе внутригрупповых отношений, определяющее степень его *авторитета* в глазах остальных участников *группы*.

**СТИЛЬ ЛИДЕРСТВА** — характеристика отношений, складывающихся между *лидером* и ведомыми. Способы и средства, применяемые лидером для оказания нужного воздействия на зависящих от него людей.

**СТИМУЛ** — то, что воздействует на органы чувств человека, (см. также *раздражитель*).

**СТРАСТЬ** — сильно выраженная увлеченность человека кем-либо или чем-либо, сопровождаемая глубокими эмоциональными переживаниями, связанными с соответствующим объектом.

**СТРЕМЛЕНИЕ** — желание и готовность действовать определенным образом.

**СТРЕСС** — состояние душевного (эмоционального) и поведенческого расстройства, связанное с неспособностью человека целесообразно и разумно действовать в сложившейся ситуации.

**СТРУКТУРНОСТЬ ВОСПРИЯТИЯ** — свойство восприятия человека объединять воздействующие стимулы в целостные и сравнительно простые структуры (см. *гештальт*).

**СУБЛИМАЦИЯ** — (см. *замещение*).

**СУБСЕНСОРНОЕ ВОСПРИЯТИЕ** — бессознательное восприятие и переработка человеком сигналов, поступающих в мозг через органы чувств и не достигающих пороговой величины (см. *абсолютный порог ощущений*).

**СУБЪЕКТИВНЫЙ** — относящийся к человеку — субъекту.

**СУГГЕСТИЯ** — (см. *внушение*).

**СУРДОПСИХОЛОГИЯ** — специальный раздел психологии, изучающий особенности глухих и слабослышащих людей.

**СХЕМА МЫШЛЕНИЯ** — система понятий или логика рассуждений, привычно применяемых человеком при встрече с незнакомым объектом или новой задачей.

**ТАЛАНТ** — высокий уровень развития способностей человека, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности.

**ТВОРЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ** — вид мышления, связанный с созданием или открытием чего-либо нового.

**ТЕМПЕРАМЕНТ** — динамическая характеристика психических процессов и поведения человека, проявляющаяся в их скорости, изменчивости, интенсивности и других характеристиках.

**ТЕОРИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** — психологическая теория, рассматривающая психические процессы человека как виды внутренней деятельности, происходящей из внешней и имеющей структуру, аналогичную внешней деятельности. Т.д. разработана А.Н.Леонтьевым.

**ТЕОРИЯ КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ВЫСШИХ ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ** (см. *культурно-историческая теория развития высших психических функций*).

**ТЕОРИЯ НАУЧЕНИЯ** — общее понятие, обозначающее совокупность психологических и физиологических концепций, объясняющих, каким образом человеком и животными приобретается жизненный опыт.

**ТЕОРИЯ СОЦИАЛЬНОГО НАУЧЕНИЯ** - концепция, объясняющая процесс приобретения человеком опыта под влиянием социальных факторов в результате обучения, воспитания, общения и взаимодействия с людьми.

**ТЕОРИЯ ЭМОЦИЙ ДЖЕМСА-ЛАНГЕ** - теория, рассматривающая эмоции как субъективное отражение органических процессов и утверждающая их производный характер от процессов, происходящих в организме. Предложена американским психологом У.Джемсом и уточнена датским ученым Г.Ланге в конце XIX в.

**ТЕОРИЯ ЭМОЦИЙ КЕННОНА-БАРДА** - теория, утверждающая, что эмоции являются результатом переработки сигналов, поступающих в мозг из внешней и внутренней среды. Переключаясь в таламусе на нервные пути, одновременно идущие в кору головного мозга и к внутренним органам, эти сигналы порождают эмоции и сопровождающие их органические изменения. Т.э. К.—Б. выступает как альтернатива к теории эмоций *Джемса—Ланге*.



**ТЕСТ** — стандартизированная психологическая методика, предназначенная для сравнительной количественной оценки у человека изучаемого психологического качества.

**ТЕСТ** — стандартизированное психологическое испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной психический процесс или личность в целом.

**ТЕСТИРОВАНИЕ** — процедура применения *тестов* на практике.

**ТЕСТИРОВАНИЕ** - метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи, имеющие определенную шкалу значений.

**ТЕСТЫ КРЕАТИВНОСТИ** – совокупность методик для изучения и оценки творческих способностей личности.

**ТРЕНИНГ** – прикладной раздел социальной психологии, представляющий собой совокупность групповых методов формирования умений и навыков самопознания, общения и взаимодействия людей в группе.

**ТРЕВОЖНОСТЬ** — свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях.

**УБЕЖДЕНИЕ** – осознанная потребность личности, побуждающая действовать в соответствии с ценностными ориентациями.

**УБЕЖДЕННОСТЬ** — уверенность человека в своей правоте, подтверждаемая соответствующими аргументами и фактами.

**УЗНАВАНИЕ** — отнесение воспринимаемого объекта к категории уже известных.

**УМЕНИЕ** — способность выполнять определенные действия с хорошим качеством и успешно справляться с деятельностью, включающей эти действия.

**УМОЗАКЛЮЧЕНИЕ** — процесс логического вывода определенного положения из некоторых достоверных утверждений — посылок.

**УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ** — максимальный успех, которого рассчитывает добиться человек в том или ином виде деятельности.

**УСЛОВНОРЕФЛЕКТОРНОЕ НАУЧЕНИЕ** - приобретение прижизненного опыта через механизм условного рефлекса (см. *рефлекс условный*).

**УСТАНОВКА** — готовность, предрасположенность к определенным действиям или реакциям на конкретные стимулы.

**УСТАНОВКА** – готовность, предрасположенность субъекта, возникающая при предвосхищении им определенного объекта (или ситуации) и обеспечивающая устойчивый целенаправленный характер протекания деятельности по отношению к объекту.

**УТОМЛЕНИЕ** — состояние усталости, сопровождаемое пониженной работоспособностью.

**ФАКТОРНЫЙ АНАЛИЗ** — способ математико-статистической обработки данных научного исследования, позволяющий выявить и описать лежащие в их основе, непосредственно не воспринимаемые причины, называемые факторами.

**ФАНАТИЗМ** — чрезмерная увлеченность человека чем-либо, сопровождаемая снижением контроля за своим поведением, не критичностью в суждениях об объекте своей увлеченности.

**ФАНТАЗИЯ** — (см. *аутизм, воображение, грезы, мечты*).

**ФАНТОМ КОНЕЧНОСТИ** — иллюзорное чувство наличия утраченной конечности — руки или ноги, длительное время сохраняющееся после их удаления.

**ФЕНОТИП** — приобретенные признаки или совокупность свойств, возникших на основе определенного *генотипа* под влиянием обучения и воспитания.

**ФИ-ФЕНОМЕН** — иллюзия перемещения светящейся точки с одного места на другое, возникающая при их последовательном восприятии за короткое время и на небольшом расстоянии друг от друга.

**ФЛЕГМАТИК** — тип темперамента человека, характеризующийся пониженной реактивностью, слабо развитыми, замедленными выразительными движениями (см.).

**ФРЕЙДИЗМ** — учение, связанное с именем австрийского психиатра и психолога З.Фрейда. Кроме *психоанализа* содержит теорию личности, систему взглядов на отношения человека и общества, совокупность идей об этапах и стадиях психосексуального развития человека.

**ФРУСТРАЦИЯ** — эмоционально тяжелое переживание человеком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности, крушения надежд в достижении определенной желаемой цели.

**ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ СИСТЕМА** - сложно организованная психофизиологическая система, обеспечивающая согласованную работу физиологических и психологических процессов, участвующая в регуляции целостного поведенческого акта. Понятие Ф.с. предложено П.К.Анохиным.

**ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ОРГАН** — прижизненно сформировавшаяся органическая система, обеспечивающая работу высших *психических функций* и являющаяся их анатомо-физиологической основой.

**ХАРАКТЕР** — совокупность свойств личности, определяющих типичные способы ее реагирования на жизненные обстоятельства.

**ЦЕЛОСТНОСТЬ ВОСПРИЯТИЯ** — сенсорная, мысленная достройка совокупности некоторых воспринимаемых элементов объекта до его целостного образа.

**ЦЕНЗУРА** — психоаналитическое понятие (см. *психоанализ*), обозначающее подсознательные психологические силы, которые стремятся не допустить в сознание определенные мысли, чувства, образы, желания.

**ЦЕННОСТИ** — то, что человек особенно ценит в жизни, чему он придает особый, положительный жизненный смысл.

**ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ** - (см. *ценности*).

**ЦЕНТРАЛЬНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА** - часть нервной системы, включающая головной, промежуточный и спинной мозг.

**ЦЕНТРАЛЬНЫЙ** — характеристика нервных процессов, происходящих на высших уровнях *центральной нервной системы*.

**ЧЕРТА ЛИЧНОСТИ** — устойчивое свойство личности, определяющее характерное для нее поведение и *мышление*.

**МЕЛАНХОЛИК** — субъект, обладающий одним из четырех основных темперамента, характеризующийся низким уровнем психической активности, замедленностью движений, сдержанностью моторики и речи.

**ХОЛЕРИК** - тип, характеризующийся высоким уровнем психической активности, энергичностью действий, резкостью, стремительностью, силой движений, их быстрым темпом, порывистостью.

**ХАРАКТЕР** — совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обуславливая типичные для нее способы поведения.

**СПОСОБНОСТИ** — индивидуально-психологические особенности личности, являющиеся условием успешного выполнения той или иной продуктивной деятельности.

**СЕНЗИТИВНОСТЬ** — характерологическая особенность человека, проявляющаяся в повышенной чувствительности к происходящим с ним событиям.

**ЧЕСТОЛЮБИЕ** — стремление человека к успехам, рассчитанное на повышение его авторитета и признание со стороны окружающих.

**ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ** — способность организма запоминать и реагировать на воздействия среды, не имеющие непосредственного

биологического значения, но вызывающие психологическую реакцию в форме ощущений.

**ЧУВСТВО** — высшая, культурно обусловленная эмоция человека, связанная с некоторым социальным объектом.

**ЭГОЦЕНТРИЗМ** — неспособность индивида, сосредотачиваясь на собственных интересах, изменить исходную познавательную позицию по отношению к некоторому объекту, мнению или представлению даже перед лицом противоречащей прошлому опыту информации.

**ЭГОЦЕНТРИЗМ** — сосредоточенность сознания и внимания человека исключительно на самом себе, сопровождающаяся игнорированием того, что происходит вокруг.

**ЭЙДЕТИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ** - зрительная память на образы, характеризующаяся способностью их сохранять и воспроизводить в течение достаточно длительного времени.

**ЭЙФОРИЯ** — состояние чрезмерной веселости, обычно не вызванное какими-либо объективными обстоятельствами.

**ЭКСПЕКТАЦИИ** — (см. *социальные ожидания*).

**ЭКСПРЕССИЯ** — (см. *выразительные движения*).

**ЭМПАТИЯ** – постижение эмоциональных состояний другого человека в форме сопереживания. Термин “эмпатия” введен Э.Титчером, который обобщил в нем близкие по содержанию идеи о симпатии, а также положения концепции вчувствования Э. Клиффорда и Т. Липпса.

**ЭКСПЕРИМЕНТ** — основной метод психологии, опирающийся на точный учет изменяемых независимых переменных, влияющих на зависимую переменную.

**ЭКСПЕРИМЕНТ ОБУЧАЮЩИЙ, ИЛИ ФОРМИРУЮЩИЙ (ПРЕОБРАЗУЮЩИЙ)**, — метод психологии, при котором имеет место Планомерное формирование требуемого психического процесса или <sup>каче</sup>ства личности.

**ЭКСПЕРИМЕНТ** – один из основных (наряду с наблюдением) методов научного познания вообще, психологического исследования в частности. Отличается от наблюдения активным вмешательством.

**ЭКСТЕРИОРИЗАЦИЯ** — процесс перехода внутренних состояний во внешние, практические действия. Э. противоположна *интериоризации* (см.).

**ЭКСТРАВЕРСИЯ** — обращенность сознания и внимания человека в основном на то, что происходит вокруг него. Э. противоположна *интроверсии*.

**ЭМОЦИИ** — элементарные переживания, возникающие у человека под влиянием общего состояния организма и хода процесса удовлетворения актуальных потребностей.

**ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ** — характеристика личности, проявляющаяся в частоте возникновения разнообразных эмоций и чувств.

**ЭМПАТИЯ** — способность человека к сопереживанию и сочувствию другим людям, к пониманию их внутренних состояний.

**ЭМПИРИЗМ** — направление в философской теории познания, сводящее его к чувственному опыту.

**ЭПИФЕНОМЕН** — ненужный, бездействующий придаток.

**ЭФФЕКТ ЗЕЙГАРНИК** — явление, заключающееся в том, что человеком лучше запоминаются и чаще воспроизводятся те задания, которые он не сумел вовремя завершить.

**ЭФФЕКТ НОВИЗНЫ** — явление из области восприятия людьми друг друга. Проявляется в том, что большее воздействие на формирование образа человека обычно оказывает такая информация о нем, которая поступает последней, т.е. является наиболее свежей.

**ЭФФЕКТ ОРЕОЛА** — феномен, характеризующийся тем, что первое впечатление о человеке определяет его последующее восприятие другими людьми, пропуская в сознание воспринимающего человека только то, что

соответствует сложившемуся первому впечатлению, и отсеивая то, что ему противоречит.

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГРУППЫ** - продуктивность и качество совместной работы людей в малой группе.

**ЭФФЕКТОРНЫЙ** — (см. *эфферентный*).

**ЭФФЕРЕНТНЫЙ** — процесс, направленный изнутри наружу, от центральной нервной системы к периферии тела.

**ЮРИДИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ** - отрасль психологической науки, изучающая психические процессы, явления и состояния людей, участвующих в восприятии, следовании юридическим нормам. В Ю.п. исследуются также явления, связанные с производством дознания, судом и исправлением осужденных.

## **INFORMATION AND METHODOLOGICAL SUPPORT**

### **ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:**

1. Указ Президента Республики Узбекистан от 7 февраля 2017 года № УП-4947 «Стратегия действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017 — 2021 годах».
2. Обращение Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева К Олий Мажлису Республики Узбекистан. (24.01.2020).
3. Аймонтас Б.Б. Общая психология: Схемы. — М: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
4. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 1999.
5. И.Н.Логвинов, С.В.Сарычев "10 избранных лекций по педагогической психологии". М., 2008
6. Корнилова Т. Введение в психологический эксперимент. М., 1997.
7. Ананьев Б. Человек как предмет познания. «Питер», 2001.
8. Общая психология: Учебно-методическое пособие / Под общ. ред. М.В. Гамезо. - М.: Ось-89, 2007.
9. Маклаков А. Г. М15 Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008.
10. Леонтьев А.Н. Проблема возникновения ощущения // Проблемы развития психики. — 3-е изд. — М., 1972
11. Скороходова О.И. Как я воспринимаю, представляю и понимаю окружающий мир. — М., 1972
12. Лурия А.Р. Ощущение и восприятие. — М.: Изд-во МГУ, 1975
13. Маклаков А.Г. Общая психология. — СПб.: Питер, 2001.
14. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. — М., 1991. — С. 25.

15. Дружинина В. Психология. Учебник «Питер», 2003.
16. Бурлачук Л. Психодиагностика. Учебник. «Питер», 2002.
17. Фрейд.З. Психология бессознательного. «Питер», 2003.
18. Клонингер С. Теории личности. Учебник. «Питер». 2003.
19. Шипунь Н. Основы управленческой деятельности. М, 2000.
20. Газиев Э.Г. Менеджмент психологии. “Узбекистон”, 2002.
21. Крылов С.А. Психология. Учебник. “Питер”, 2003.
22. Немов Р.С. Психология. Учебник в 3 т. “Питер”, 2003.
23. Морозов А.В. Деловая психология. Учебник. СПб “Союз”. 2002.
24. Никонова Т.О., Карташова Л.В., Соломанидина Т.О. Поведение в организации. М. “Инфра”, 1999.
25. Расстройства памяти, внимания и интеллекта: учебное пособие/ Малинина Е.В., Колмогорова В.В., Луговых Н.А., Забозлаева И.В. – 2016.
26. Онтогенез внимания: Текст лекций по курсу нейропсихологии детского возраста/ Пережигина Н.В. – 2002.
27. Психиатрия: учебник/ Самохвалов В.П. – 2002.
28. Общая психология. Под изданием А.В. Петровского. Т.1992.
29. «Психология» краткий словарь. Т.1997.
30. Общая психология. М.Г. Давлетшин, М. Туйчиева. Т.2002.
31. Немов Р.С. Психология. М. 2003
32. Общая психология. Э.Газиев. Т. 2010
33. Психология. В.М. Каримова. Т. 2002.
34. Рогов «Практическая психология» 1-2 часть изд. «Владос» 2000 г.
35. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., 1968.
36. Бодалев А.А. Межличностное восприятие и понимание. Личность и общество. М., 1983.
37. Бобрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. Книга для учителей и родителей. М., 1987.
38. Б.Ц. Бадмаев. Методика преподавания психологии. М., 1990.
39. Иванова С.П. Психология полисубъектного взаимодействия в социально-педагогической среде. Псков, 2000.
40. Кан-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. М., 1987.
41. Крижанская Ю.С., Третьяков В.П. Грамматика общения. Л., 1990.
42. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. М., 1986.
43. Немов Р.С. Психология. Кн.1. Общие основы психологии. М., 1994.
44. Общая психология. М., 1986.
45. Психология. Учебник. М., 1998.
46. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека. М., 1995.
47. Курс лекций по психологии. Гулистан 2019.
48. Учебно-методический комплекс по психологии. Гулистан 2019.
49. Бернс Э. Люди, которые играют в игры. М, «Интра», 2000 г.
50. Вертгеймер М. Продуктивное мышление. М, 1999 г.
51. Ендольцев Ю. Знакомимся с психологией. М., 1999 г.



52. Джуэлл Л. Индустриально-организационная психология. «Питер», 2001.  
53. Рогов Е. Настольная книга практического психолога. М, «Прогресс», 1998.

#### **Интернет ссылки:**

5. Психпортал - столица сетевой психологии
6. [http \ psy.piter.com/](http://psy.piter.com/) - новости психологии, психологические тесты, профессиональная помощь психологов специалистов.
7. [http \ ur.piter.com](http://ur.piter.com).- электронные книги и статьи по психологии, свежая информация из мира психологии
8. <http://influenceatwork.com/>
9. <https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/psychiatric/attention-disorder>
10. <https://lektsii.org/>
11. [www. http://moodle.guldu.uz](http://moodle.guldu.uz). - сайт ГГУ
12. [www.inetlibrary.com](http://www.inetlibrary.com). Интернет-библиотека
13. [www.expert.psychology.ru](http://www.expert.psychology.ru)
14. [www.psycho.all.ru](http://www.psycho.all.ru)
15. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)
16. [www.psy.piter.com](http://www.psy.piter.com)
17. [https://www.koob.ru/common\\_psychology/](https://www.koob.ru/common_psychology/)
18. [www.bilim.uz](http://www.bilim.uz).
19. [www.ziynet.uz](http://www.ziynet.uz)
20. [www.gov.uz](http://www.gov.uz) – сайт государства
21. [www.press-service.uz](http://www.press-service.uz) – сайт президента
22. [www.edu.uz](http://www.edu.uz) - сайт министерства
23. [www.ziyo.edu.uz](http://www.ziyo.edu.uz) - сайт министерства
24. [www.performance.edu.uz](http://www.performance.edu.uz) - сайт министерства
25. [www. http://moodle.guldu.uz](http://moodle.guldu.uz). - сайт ГГУ

**Бабажанова Ф.Ф.**

**Общая психология**

(Учебное пособие)

2-часть

Дизайнер

Ф.Бабажанова

Компьютерный оператор

Ф.Бабажанова

Теришга берилди: 2020 йил.

Босишга рухсат этилди: \_\_\_\_\_ 2020 йил.

Қоғоз бичими 60x84. Офсет қоғози. Ҳажми –15 б.т.

Адади 100 дона. Буюртма №\_\_\_\_\_

Гулистон шаҳар 4-мавзе,

Гулистон давлат университети

“Университети” босмахонасида чоп этилди.