

Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины

Факультет психологии и педагогики

Кафедра психологии

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой  
психологии

И.В. Сильченко  
18 05 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета психологии  
и педагогики

В.А. Бейзеров  
18 05 2018 г.

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

для специальностей

1 - 02 03 06 Иностранные языки (английский, немецкий)

1 - 02 03 06 Иностранные языки (немецкий, английский)

1 - 02 03 06 Иностранные языки (английский, французский )

1 - 02 03 08 Иностранные языки (английский)

Составитель: И.В. Сильченко, кандидат психологических наук, доцент

Рассмотрено и утверждено  
на заседании научно-методического  
совета университета  
23 мая 2018 г.,  
протокол № 8

# **СОДЕРЖАНИЕ ЭУМК**

## **1. Теоретический раздел: тексты лекций**

- 1.1 Предмет, задачи и методы общей психологии
- 1.2 Сознание и деятельность
- 1.3 Ощущения и восприятие
- 1.4 Внимание и память
- 1.5 Личность и ее социализация
- 1.6 Мышление и воображение
- 1.7 Речь
- 1.8 Эмоции и чувства
- 1.9 Воля
- 2.0 Темперамент и характер
- 2.1 Способности

## **2 Практический раздел: планы семинарских занятий и материалы для них**

### **3 Раздел контроля знаний**

- 3.1 Тестовые задания для текущего контроля знаний
- 3.2 Список вопросов для зачета и экзамена

### **4 Вспомогательный раздел**

- 4.1 Учебно-методическая карта учебной дисциплины
- 4.2 Список рекомендуемой литературы

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) по дисциплине «Психология», раздел «Общая психология», предназначен для управления и самоуправления учебной деятельностью, направленной на изучение данной дисциплины и будет способствовать развитию социально-профессиональной подготовки студента и активизации роли обучаемого в процессе обучения.

Дисциплина «Общая психология» как раздел психологии является фундаментальной научной дисциплиной, которая опирается на результаты теоретических и эмпирических исследований, выявляющих закономерности и тенденции, методологические и теоретические основания, подходы, методы, основные понятия и категории психологии. Данный раздел является определяющим в формировании у студентов педагогического вуза психологической культуры, мировоззрения, самосознания личности.

Основной *целью* создания электронного учебно-методического комплекса (ЭУМК) по данной учебной дисциплине является формирование системы представлений о закономерностях, свойствах и механизмах психики, методологической основе психологических знаний, базовых психологических категориях и понятиях.

*Задачами* ЭУМК являются:

- структурирование данных, на основе которых у студентов могут быть сформированы широкие и глубокие представления о психологии как о единой международной области знания;

- освоение системы представлений о психических процессах, свойствах и состояниях, качествах личности;

- формирование обобщенных умений применять теоретические знания по психологии, исследовательские методы для решения задач профессиональной педагогической деятельности;

- освоение способов системного и сравнительного анализа, форм продуктивного, критического мышления;

- развитие умений самопознания и рефлексии деятельности;

- формирование мотивации к саморазвитию, самообразованию и эффективной самореализации.

В результате изучения данной дисциплины с помощью ЭУМК студент должен *знать*:

- основные понятия и категории, базовые положения общей психологии в том числе, современные концепции, методы и дискуссионные вопросы;

- характеристики психических процессов, свойств и состояний, качеств личности.

В результате изучения данной дисциплины с помощью ЭУМК студент должен *уметь*:

- оперировать основными психологическими понятиями;

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

В результате изучения данной дисциплины с помощью ЭУМК студент должен *владеть*:

- системой знаний о психологических процессах и явлениях;
- исследовательскими навыками

Данный ЭУМК содержит разделы: теоретический (курс лекций по всем изучаемым темам), практический (планы семинарских занятий и материалы для них), контроля знаний (тестовые задания для текущего контроля знаний и список вопросов для итогового контроля знаний – экзамена), вспомогательный (учебно-методическая карта дисциплины и список рекомендуемой литературы). Он предназначен для студентов дневной и заочной форм обучения по специальностям 1- 02 03 06 Иностранные языки (английский, немецкий), 1 - 02 03 06 Иностранные языки (немецкий, английский), 1 - 02 03 06 Иностранные языки (английский, французский), 1 - 02 03 08 Иностранные языки (английский).

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

(курс лекций)

## Тема 1 Предмет, задачи и методы общей психологии

### 1. Предмет психологии

### 2. Основные этапы развития психологической науки.

### 3. Структура психологии

### 4. Методы психологии

#### 1. Предмет психологии

Термин «психология» произошел от греческих слов *psyche* – душа, и *logos* – учение, наука. Мнения историков о том, кто первым предложил использовать это слово, расходятся. Одни считают его автором немецкого богослова и педагога Ф. Меланхтона (1497–1560), другие – немецкого философа Х. Вольфа (1679–1754). В своих книгах «Рациональная психология» и «Эмпирическая психология», опубликованных в 1732–1734 гг., он впервые ввел в философский язык термин «психология». Первоначально он относился к особой науке, которая занималась изучением так называемых душевных, или психических, явлений, т.е. таких, которые каждый человек легко обнаруживает в собственном *сознании* в результате *самонаблюдения*. Позднее, в XVII—XIX вв., сфера исследований психологов значительно расширилась, включив в себя неосознаваемые психические процессы (бессознательное) и деятельность человека.

В XX столетии психологические исследования вышли за рамки тех явлений, вокруг которых они на протяжении веков концентрировались. В этой связи название «психология» отчасти утратило свой первоначальный, достаточно узкий смысл, когда оно относилось только к *субъективным*, непосредственно воспринимаемым и переживаемым человеком явлениям *сознания*. Однако до сих пор по сложившейся веками традиции за этой наукой сохраняется ее прежнее название.

Сегодня она определяется как наука, которая изучает факты, закономерности и механизмы возникновения, протекания и проявления различных психических явлений.

Под *психикой* в отечественной психологии чаще всего понимается свойство высокоорганизованной материи (мозга) отражать объективную действительность и на основе этого формировать образы, которые позволяют человеку целесообразно управлять своим поведением и деятельностью.

В своих проявлениях психика сложна и многообразна. В ее структуре выделяют три группы психических явлений: *психические процессы, свойства и состояния*.

*Психические процессы* выступают в качестве первичных регуляторов поведения человека. Психические процессы имеют определенное начало,

течение и конец, т. е. обладают определенными динамическими характеристиками, к которым, прежде всего, относят параметры, определяющие длительность и устойчивость психического процесса. На основе психических процессов формируются определенные состояния, происходит формирование знаний, умений и навыков. В свою очередь, психические процессы могут быть разделены на три группы: познавательные, эмоциональные и волевые.

К *познавательным психическим процессам* относятся психические процессы, связанные с восприятием и переработкой информации. В их число входят ощущение, восприятие, представление, память, воображение, мышление, речь и внимание. Благодаря данным процессам человек получает сведения об окружающем его мире и о себе. Однако сами по себе сведения или знания для человека не играют никакой роли, если они для него не значимы. Вы, наверное, обращали внимание на то, что одни события у вас остаются в памяти надолго, а о других вы забываете на следующий день. Иная же информация вообще может остаться для вас незамеченной. Это связано с тем, что любая информация может иметь или не иметь эмоциональную окраску, т. е. может быть значимой или не значимой. Поэтому наряду с познавательными психическими процессами в качестве самостоятельных выделяют *эмоциональные психические процессы*. В рамках этой группы психических процессов рассматривают такие психические явления, как аффекты, эмоции, чувства, настроения и эмоциональный стресс.

Если определенное событие или явление вызывает у человека положительные эмоции, то это благоприятно сказывается на его деятельности или состоянии, и, наоборот, отрицательные эмоции затрудняют деятельность и ухудшают состояние человека. Тем не менее бывают и исключения. Например, событие, вызвавшее отрицательные эмоции, повышает активность человека, стимулирует его к преодолению возникших преград и препятствий. Подобная реакция свидетельствует о том, что для формирования поведения человека существенны не только эмоциональные, но и *волевые психические процессы*, которые наиболее ярко проявляются в ситуациях, связанных с принятием решений, преодолением трудностей, управлением своим поведением и др.

Иногда выделяют как самостоятельную еще одну группу психических процессов — *неосознаваемые процессы*. В нее входят те процессы, которые протекают или осуществляются вне контроля со стороны сознания.

Психические процессы тесно взаимосвязаны между собой и выступают в качестве первичных факторов формирования психических состояний человека.

*Психические состояния* характеризуют состояние психики в целом. Они, как и психические процессы, имеют свою динамику, которая характеризуется длительностью, направленностью, устойчивостью и интенсивностью. В то же время психические состояния влияют на течение и результат психических процессов и могут способствовать или тормозить

деятельность. К психическим состояниям относят такие явления, как подъем, угнетенность, страх, бодрость, уныние.

Следующий класс психических явлений — *психические свойства личности* — характеризуется большей устойчивостью и большим постоянством. Под *психическими свойствами личности* принято понимать наиболее существенные особенности личности, обеспечивающие определенный количественный и качественный уровень деятельности и поведения человека. К психическим свойствам относят направленность, темперамент, способности и характер. Уровень развития этих свойств, а также особенности развития психических процессов и преобладающие (наиболее характерные для человека) психические состояния определяют неповторимость человека, его индивидуальность.

Явления, изучаемые психологией, связаны не только с конкретным человеком, но и с группами. Все групповые психические явления могут быть также разделены на психические процессы, психические состояния и психические свойства. В отличие от индивидуальных психических явлений психические явления групп и коллективе имеют более четкое деление на внутренние и внешние.

К коллективным психическим процессам, выступающим в качестве первичного фактора регуляции существования коллектива или группы, относят общение, межличностное восприятие, межличностные отношения, формирование групповых норм, межгрупповые взаимоотношения и др. К психическим состояниям группы относятся конфликт, сплоченность, психологический климат, открытость или закрытость группы, паника и др. К числу наиболее значимых психических свойств группы относят организованность, стиль руководства, эффективность деятельности

Таким образом, предметом психологии являются психика и психические явления как одного конкретного человека, так и психические явления, наблюдаемые в группах и коллективах.

## **2. Основные этапы развития психологической науки**

Психология – и древняя, и молодая наука одновременно. Видный немецкий психолог конца XIX – начала XX в. Г. Эббингауз (1850–1909) сумел сказать о развитии психологии максимально кратко, почти в форме афоризма: у психологии огромная предыстория и очень короткая история. Ее существование как самостоятельной научной дисциплины едва насчитывает столетие, но основные проблемы, которые сейчас рассматривает психология, долгое время рассматривались в рамках философии.

Первая система психологических понятий изложена в трактате древнегреческого философа и ученого Аристотеля (384–322 до н. э.) «О душе», в котором были заложены основы психологии как самостоятельной области знаний. Под душой с древних времен понимают явления, связанные с феноменом жизни, – то, что отличает живое от неживого и делает материю одухотворенной.

В мире существуют вещественные предметы (природа, различные предметы, другие люди) и особые, невещественные явления – воспоминания, видения, чувства и другие непонятные явления, происходящие в жизни человека. Объяснение их природы всегда было предметом острой борьбы между представителями различных направлений в науке. В зависимости от решения вопроса «Что первично, а что вторично – материальное или духовное?» ученые разделились на два лагеря – идеалистов и материалистов. Они вкладывали в понятие «душа» разный смысл.

*Идеалисты* считали, что сознание человека – это бессмертная душа, она первична и существует самостоятельно, независимо от материи. «Душа» – частица «божьего духа», бесплотное, непостижимое духовное начало, которое бог вдунул в сотворенное им из праха тело первого человека. Душа дана человеку во временное пользование: есть душа в теле – человек сознает, временно вылетела из тела – он в обмороке или спит; когда душа совсем рассталась с телом, человек перестал существовать, умер.

*Материалисты* вкладывают в термин «душа» другое содержание: оно употребляется как синоним понятий «внутренний мир», «психика» для обозначения психических явлений, которые являются свойством мозга. С их точки зрения материя первична, а психика вторична. Живое тело как сложно устроенный и постоянно совершенствующийся механизм представляет собой линию развития материи, а психика, поведение – линию развития духа.

В XVII в. в связи с бурным развитием естественных наук отмечается всплеск интереса к психическим фактам и явлениям. В середине XIX в. было сделано выдающееся открытие, благодаря которому впервые стало возможным естественно-научное, экспериментальное изучение внутреннего мира человека – открытие основного психофизического закона немецкими учеными физиологом и психофизиком Э. Вебером (1795–1878) и физиком, психологом и философом Г. Фехнером (1801–1887). Они доказали, что между душевными и материальными явлениями (ощущениями и физическими воздействиями, которые эти ощущения вызывают) существует зависимость, которая выражается строгим математическим законом. Душевные явления частично утратили свой мистический характер и вошли в научно обоснованную, экспериментально проверяемую связь с материальными явлениями.

Со второй половины XIX в. психология становится самостоятельной наукой. Примерно с этого времени возникает и новое представление о предмете психологии. На смену психологии души пришла психология сознания. Но сознание еще долго принималось как явление особого рода, которое познается только в самонаблюдении и недоступно ни для какого анализа. Ее основным методом объявляется интроспекция. Причем сознанием называли способность чувствовать, думать, желать.

В 1879 году в Лейпцигском университете В. Вундт начал изучать содержание и структуру сознания на научной основе, т. е. сочетая теоретические построения с проверкой реальной действительности. Он вошел в историю психологии как основатель естественнонаучной теории



психологии, поскольку узаконил право эксперимента на участие в изучении сознания. Благодаря оригинальным работам немецкого ученого В.Вундта в психологию входит научный лабораторный эксперимент. Создаются первые в мире психологические лаборатории, сначала в Германии, затем в России и в США.

В это же время (с 1881 года) другим всемирно известным ученым У. Джемсом обосновывается позиция, согласно которой «сознательная жизнь» представляет собой непрерывный поток, а не состоит из ряда дискретных элементов. Задача заключается в том, чтобы понять функцию сознания и его роль в выживании индивидуума. Он выдвинул гипотезу о том, что роль сознания состоит в том, чтобы дать возможность приспособиться к различным ситуациям, повторяя уже выработанные формы поведения, либо изменяя их, либо осваивая новые действия. Главный упор он сделал на внешние стороны психики, а не на внутренние феномены. Основным методом изучения осталась интроспекция, которая позволяет узнать, как у индивидуума развивается осознание той активности, которой он предается.

Основным мотивом многих исследователей сознания в то время было стремление выявить объективные проявления внутреннего мира. Именно этим можно объяснить то, что во второй половине XIX века делается акцент на понимании психических процессов через их физиологические проявления. Однако результаты физиологических измерений не совпадали с субъективными психологическими показаниями, а также могли иметь различное толкование. А без сопоставления с непосредственными данными сознания физиологические показатели лишались психологического значения. Поэтому, возникнув в 70-е годы XIX века, психофизиологические лаборатории, а затем и институты уже через 25–30 лет вызвали разочарование в научных возможностях такой психологии. Кроме того, если элементарные психофизиологические процессы (ощущения, движения) еще «поддавались» измерению посредством точных научных методов (в первую очередь экспериментальных), то высшие проявления психической жизни (сознание, мышление, переживания) «замерить» оказалось невозможным. В результате данный подход не оправдал ожиданий и оставил вопрос относительно возможности объективного исследования всех явлений сознания без ответа. Уже в то время психология фактически разделилась на естественнонаучную, или физиологическую, психологию и описательную, или субъективную, психологию, а многие ученые определили общее состояние психологической науки как кризисное.

*Психология как наука о поведении.* Способ выйти из кризиса предложили американские ученые Э. Торндайк, Дж. Уотсон и др. Основываясь на некоторых положениях учения И. П. Павлова об условных рефлексах, эти ученые обосновали необходимость изучения не сознания, а поведения человека. В результате возникло новое направление психологических исследований, которое получило название «бихевиоризм». Основное положение бихевиоризма: психология должна изучать поведение, а не сознание, психику, которые в принципе не наблюдаемы непосредственно.

Поведение же понимается ортодоксальными бихевиористами как совокупность отношений «стимул — реакция» S – R. По мнению бихевиористов, зная силу действующих раздражителей и учитывая прошлый опыт человека, можно исследовать процессы научения, образования новых форм поведения. При этом сознание не играет никакой роли в научении, а новые формы поведения следует рассматривать как условные рефлексy.

Следовательно, поведением человека можно управлять, предсказывать его, что у человека можно сформировать любые качества, т.е. «изготовить» универсального человека с помощью системы стимулов и наказаний (причем, отрицалось значение и врожденных задатков и собственных убеждений человека). Осознание человеком внутренних условий тех или иных действий в научном плане для бихевиористов не имело значения, их не интересовало, что находится между стимулом и наблюдаемой реакцией.

Уотсон провозглашал: «Дайте мне дюжину нормальных детей и специфическую среду для их воспитания, и я гарантирую, что, взяв любого из них в случайном порядке, я смогу превратить его в специалиста любого типа - доктора, юриста, артиста, купца или же нищего или вора безотносительно к его таланту, склонностям, тенденциям, способностям, призванию, а также расе его предшественников».

Такая программа являлась антигуманной, психологическая наука превратилась в «психологию без психики». Но уже в 30-е годы идеи бихевиоризма пошатнулись. В Америке начался очередной экономический кризис, который сопровождался массовой безработицей, разорением и обнищанием. Стало очевидно, что все-таки необходимо принимать во внимание настроения, реакции человека и социальную среду, в которой он находится. Так на смену бихевиоризму приходит необихевиоризм. Его представители (Роберт Вудворте, Эдвард Толмен, Кларк Халл). Необихевиоризм в той или иной степени отказался от классической формулы бихевиоризма, и пытается учесть и проявление сознания как реальной детерминанты поведения человека. При этом становится очевидным, что в промежутке между действием стимула и поведенческими реакциями происходит переработка поступающей информации как активный процесс, без учета которого не удастся объяснить реакцию человека на наличные стимулы. Так возникает необихевиоризм с его важнейшим понятием «привходящих, или промежуточных переменных». Многие выводы, достижения бихевиоризма плодотворны с научной точки зрения и исключительно практичны.

Практически одновременно с бихевиоризмом возникают другие направления.

*Психоанализ.* Его основы были разработаны австрийским психиатром и психологом З.Фрейдом. Представители психоанализа в отличие от бихевиористов не ориентировались на точные и естественные науки как на образец для построения научного психологического знания. Они стремились найти выход из кризиса в самой психологии, образовав более тесный ее союз с другими науками, также имеющими дело с психическими явлениями, например, с медициной.

Для психоанализа ключевыми понятиями стали «сознание» и «бессознательное». Последнему была отведена особо важная роль в объяснении человеческого поведения.

В противоположность господствующему в то время взгляду на человека как существо разумное и осознающее свое поведение, он выдвинул иную теорию: люди находятся в состоянии постоянного конфликта, истоки которого лежат в другой, более обширной сфере психической жизни – в бессознательном (неосознаваемых сексуальных и агрессивных побуждениях). Фрейд в своей психоаналитической теории первым охарактеризовал психику как поле боя между непримиримыми силами инстинкта и сознания. Ведущую роль в регуляции поведения человека он отводит сложному взаимодействию между инстинктами, мотивами и влечениями, которые конкурируют или борются друг с другом за главенство.

В психической жизни Фрейд выделял три уровня – *сознание, предсознание и бессознательное*. Он рассматривал их в единстве.

Уровень сознания состоит из ощущений и переживаний, которые мы осознаем в данный момент времени. Фрейд настаивал, что только незначительная часть психической жизни (мысли, чувства, память) входит в сферу сознания. Сознание охватывает только малый процент всей информации, хранящейся в мозге.

Предсознание – или иногда называется «доступной памятью», включает в себя весь опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание или спонтанно, или в результате незначительного усилия. Например, вы можете вспомнить то, что делали в прошлую субботу, теорему и т.д. Предсознание, по мнению Фрейда, наводит мосты между осознаваемыми и неосознаваемыми областями психического.

Самая глубокая и значимая область человеческого разума – это бессознательное. Это хранилище примитивных инстинктов, а также эмоций и воспоминаний, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены или вытеснены в область бессознательного. Примерами того, что может быть обнаружено в бессознательном, служат забытые травмы детства, скрытые враждебные чувства к родителям и подавленные сексуальные желания, которые вы не осознаете, но это, по Фрейду, определяет ваше повседневное существование.

Неосознанный материал может выразиться в замаскированной или символической форме. Фрейд выделял следующие формы проявления бессознательного:

1) Сновидения: Фрейд считал, что «сценарий» сновидений при его кажущейся нелепости – не что иное, как ход потаенных желаний, которые удовлетворяются в образах-символах этой ночной жизни.

2) Ошибочные действия – забывание вещей, имен, описки, оговорки – это не слабость памяти, в них прорываются скрытые мотивы.

3) Невротические симптомы –

➤ Эмоционально-аффективные – страхи, агрессия, депрессия свидетельствуют о наличии внутренней проблемы.

- Коммуникативные сложности в отношениях – скованность, стеснительность или гиперактивность.
- Уход в болезнь – не хватает тепла от родных (ребенка часто оставляют на кого-то).
- Двигательные нарушения – параличи- следствие невроза.
- Сенсорные нарушения – особая слепота, глухота, не имеющая под собой органики.
- Вегетативно-соматические симптомы – сексуальные нарушения, сердечно-сосудистые заболевания, язвы, бронхиты.

З. Фрейд считал, что ничего случайного в психических реакциях человека нет, все причинно обусловлено. Просто эти причины скрыты от сознания. Их следует искать в глубинах психики. Сделать это был призван психоанализ с его методом «свободных ассоциаций».

В рамках психоаналитического направления имеют место и другие точки зрения. Так, ученик Фрейда А. Адлер полагал, что в основе поведения каждой личности лежат не сексуальные влечения, а очень сильное чувство неполноценности, возникающее в детстве, когда сильна зависимость ребенка от родителей, от окружения.

К. Г. Юнг считал, что личность формируется не только под влиянием конфликтов раннего детства, но наследует также образы предков, пришедшие из глубин веков. Поэтому необходимо при исследовании человека и работе с ним учитывать также понятия «коллективного бессознательного». Он предложил концепцию аналитической психологии, в которой признается не только роль бессознательного в виде архетипов, осознанного, но и групповое бессознательное как автономное психическое явление. В неопрейдистской концепции К. Хорни поведение определяется внутренне присущим каждому человеку «основным беспокойством» (или «базальной тревогой»), лежащим в основе внутриличностных конфликтов.

Таким образом, психология прошла длинный путь развития, при этом изменялось понимание ее объекта, предмета и целей представителями различных направлений и течений.

Для современного этапа развития психологии характерно существование разных подходов к изучению психики, превращение психологии в многоотраслевую область знаний, учитывающую запросы практики и стремящуюся к интеграции накопленных знаний. При этом происходит взаимообогащение различных направлений, школ, традиций. Важнейшей тенденцией развития психологической науки в настоящее время является проведение междисциплинарных исследований и осознание, что человека необходимо изучать во всей целостности, с учетом различных уровней его жизнедеятельности (физиологического, психического, социального, духовного). В этом процессе ключевая роль принадлежит психологии, потому что в рамках ее многочисленных отраслей накоплен большой массив информации по самым различным аспектам жизни человека. Успешное выполнение этой роли в будущем зависит от того, насколько различные психологические теории и школы будут конструктивны и открыты для

научного диалога, а также от умения сотрудничать с представителями других наук.

### ***3. Структура современной психологии.***

Современная психология представляет собой весьма разветвленную систему научных дисциплин. Структура современной психологической науки сложна. Она включает ряд научных направлений, имеющих высокую автономность исследований. Психология весьма «плодовита»: она порождает новое научное направление через каждые 4–5 лет. Характерно, что «старые» направления мирно сосуществуют с новыми. При всем равноправии направлений в структуре психологии можно выделить фундаментальные, прикладные, общие и специальные науки.

По своей направленности, по непосредственному отношению к практике психологические науки принято подразделять на фундаментальные и прикладные. Фундаментальные психологические науки создают информационную базу для понимания психики людей безотносительно к тому, к какой народности они принадлежат, где проживают, чем занимаются и т. п. Фундаментальные науки — это источник универсальных знаний, касающихся индивидуально-личностных характеристик человека, его поведения и деятельности. К числу фундаментальных психологических наук относятся, например, общая психология, социальная психология, дифференциальная психология, психология развития.

Прикладные психологические науки порождены запросами практики и служат ей в повседневной жизни, помогая решать текущие проблемы, возникающие в жизни людей. Примерами прикладных наук могут служить юридическая психология, психология труда и инженерная психология, педагогическая психология, медицинская психология, психология управления. Следует также подчеркнуть, что в большинстве случаев прикладные отрасли психологии не являются изолированными друг от друга. Чаще всего в конкретной отрасли психологии используются знания или методология других ее отраслей. Например, космическая психология — отрасль психологической науки, занимающаяся проблемами психологического обеспечения деятельности человека в космосе, — включает в себя инженерную психологию, медицинскую психологию, педагогическую психологию и др.

По критерию количества потребителей результатов исследований психологические науки иногда подразделяют на общие и специальные. Общие психологические науки ставят, решают проблемы и получают результаты, в которых заинтересованы все другие отрасли. Их «продукция» играет интегративную роль в системе психологических наук. Полноправным представителем этого класса психологических наук является *общая психология*. Общие закономерности протекания психических познавательных процессов, например, выявленные в рамках общей психологии, используются при создании методик обучения детей в школе (педагогика), методик

восстановления нарушенной памяти (медицина), методик специальной подготовки операторов сложных систем управления (техника).

Специальные психологические науки решают проблемы, касающиеся вполне конкретных групп психических явлений в социальной жизни, педагогической сфере, медицине, технике и т. д.

И все же особая роль в системе психологических наук отводится общей психологии, которая призвана изучать общие закономерности психических явлений. *Общая психология* — теоретико-экспериментальная наука, изучающая общие закономерности психических явлений, определяющая основные принципы и методы психологии. Результаты, полученные в рамках общей психологии, ложатся в основу изучения всех остальных отраслей психологии. Поэтому она является своеобразным фундаментом для всех других научных психологических направлений.

Научный продукт общей психологии — фундаментальные знания, касающиеся общего взгляда на важнейшие явления психической жизни, методологических подходов к познанию сущности психики и методов ее исследования.

Итак, по мере развития психологического знания возникали и возникают различные отрасли психологии. Кратко обозначим некоторые из этих отраслей.

*Социальная психология* изучает закономерности жизнедеятельности людей, обусловленные их включенностью в социальные группы, а также психологические характеристики самих этих групп.

*Педагогическая психология* исследует психологические закономерности, связанные с обучением и воспитанием. Она во многом зависит от развития возрастной психологии, в рамках которой рассматриваются вопросы развития психики на разных возрастных этапах.

*Возрастная психология* имеет свою внутреннюю дифференциацию. В ней выделяются детская психология (изучаются закономерности психического развития ребенка); подростковая психология; психология юности; психология взрослого человека; геронтопсихология (изучает закономерности психического развития пожилых людей).

*Дифференциальная психология* в качестве своего предмета выделила индивидуально-психологические различия между людьми.

Психология труда увязывает психические процессы и свойства личности в единый проблемный узел с предметами и орудиями труда.

*Инженерная психология* проектирует процессы информационного взаимодействия технических средств и систем с человеком-оператором. Психология управления выявляет психологические особенности управленческой деятельности.

*Психология аномальных явлений* (парапсихология) занимается изучением психических процессов, состояний и свойств объектов, необъяснимых с точки зрения известных законов и принципов.

*Семейная психология* нацелена на выявление условий благоприятного развития внутрисемейных взаимоотношений.

*Психолингвистика* изучает обусловленность речи и ее восприятия структурой соответствующего языка.

*Юридическая психология* изучает закономерности психической деятельности людей в сфере отношений, регулируемых правом.

*Политическая психология* изучает психологические компоненты политической жизни общества.

*Медицинская психология* изучает психологические аспекты гигиены, профилактики, диагностики, лечения, экспертизы и реабилитации больных.

В заключение следует отметить, что мы познакомились лишь с небольшим количеством отраслей психологической науки. Помимо названных существуют и другие, не менее интересные для научных исследований и не менее значимые для практической деятельности человека отрасли психологии, в том числе: *спортивная психология, юридическая психология, авиационная и космическая психология, военная психология, психология компьютеризации, экспериментальная психология*. Однако все эти отрасли психологии являются не только самостоятельными направлениями, но и элементами единой комплексной науки — психологии — и используют единые подходы к решению своих специфических задач. Таким образом, для того чтобы получить специализацию в конкретной области психологической науки, необходимо прежде всего ознакомиться с ее фундаментальными основами.

#### *4. Методы психологии*

Психология, как и любая наука, использует целую систему частных методов или методик. Методы психологии - это способы выяснения фактов, характеризующих природу и закономерности психической жизни. В отечественной психологии выделяются следующие четыре группы методов (по Б.Г. Ананьеву):

- 1) Организационные методы.
- 2) Эмпирические методы.
- 3) Методы обработки данных
- 4) Интерпретационные методы

В отдельную группу выделяют методы коррекции (методы психологического воздействия).

Организационные методы включают в себя:

1) *Сравнительный метод* или *метод поперечных срезов* (это сопоставление различных групп испытуемых по возрастам, по деятельности и т.д.). Достоинство: приобретение результатов в течении короткого времени. Недостаток: этот метод дает возможность определить чисто внешние изменения в развитии и получить общие для всех, усредненные значения.

2) *Лонгитюдный метод* или *метод продольных срезов* (многократные обследования одних и тех же лиц на протяжении длительного времени).

Преимущества: позволяет выявить закономерности развития психики при переходе от одного возрастного этапа к другому, выявить важные

образования, которые появляются к концу каждого этапа. Недостаток: значительные затраты времени.

3) *Комплексный метод* (в исследовании участвуют представители различных наук, т.е. один объект изучают разными средствами).

2. *Эмпирические методы*. Группа эмпирических методов считается основной и включает в себя следующие методы:

- 1) *Наблюдение и самонаблюдение*.
- 2) *Экспериментальные методы*.
- 3) *Психодиагностические методы*.
- 4) *Анализ продуктов деятельности*.
- 5) *Биографические методы*.

*Наблюдение* – один из самых простых и распространенных методов в психологии. Он состоит в преднамеренном и целенаправленном восприятии психических явлений с целью изучения их специфических изменений в определенных условиях и отыскания смысла этих явлений, который непосредственно не дан. Наблюдение обычно проводится в естественных условиях, без вмешательства в ход деятельности. Поступки и слова подробно записываются, а затем анализируются. Для научного наблюдения характерны не простая фиксация факта, а переход от его описания к объяснению. Для такого наблюдения необходим четкий план.

Научное наблюдение непосредственно соприкасается с обыкновенным житейским наблюдением. Поэтому нужно четко их различать. Научное наблюдение имеет ряд важных *требований*, которых не имеет житейское наблюдение:

1. Определение четкой цели и задач (для чего наблюдать?).
2. Выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?).
3. Выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходимой информации (как наблюдать?).
4. Выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?).
5. Обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).

Различают *два вида наблюдений*: научно-психологическое (требует специальной подготовки и научных знаний) и психолого-педагогическое (например, изучение познавательной, интеллектуальной сфер школьников).

Основным достоинством метода является то, что он позволяет изучать психические процессы в естественных условиях. Однако, следует выделить и недостатки: на результаты наблюдения могут существенно влиять личностные особенности наблюдателя, также длительное наблюдение приводит к усталости, адаптации к ситуации, что также увеличивает опасность неточных записей, кроме этого, данный метод требует значительных затрат времени. Поэтому, наблюдение используется в первую очередь тогда, когда требуется минимальное вмешательство исследователя в поведение испытуемого.

Одной из форм наблюдения является *самонаблюдение*.



*Экспериментальный метод* - это исследовательская деятельность, которая имеет следующие требования, отличные от требований к методу наблюдения:

1. Исследователь сам создает условия для того, чтобы вызвать изучаемое явление и активно воздействует на него, т.е. активно вмешивается в деятельность испытуемого.

2. Экспериментатор может изменять условия, в которых протекает явление.

3. Для проверки исследователь может повторять свои методы.

Различают лабораторный и естественный эксперимент. *Лабораторный эксперимент* проходит в лабораторных условиях с помощью специальной аппаратуры, действия испытуемого определяются инструкцией, испытуемый знает, что над ним экспериментируют. Последнее условие иногда может нарушать естественность протекания психических явлений. Этому недостатка лишен *естественный эксперимент* (термин введен А.Ф.Лазурским в 1910г.): исследование проводится в обычных естественных условиях (например, в процессе урока) и, таким образом, исключается то напряжение у испытуемого, которое возникает в ходе лабораторного эксперимента.

Естественный эксперимент бывает двух видов: *констатирующий* (изучается какое-то явление, делаются выводы о наличии/отсутствии определенного признака, сумме признаков, особенностей) и *формирующий* (служит одновременно и средством исследования и средством формирования изучаемого явления, т.е. создаются такие условия, при которых у испытуемых формируются желаемые психические качества (например, культура общения)).

К *психодиагностическим методам* относятся тесты, опросники, анкеты, интервью, беседа, социометрия.

*Тест* в переводе с английского означает «проба», «испытание». Термин был введен в практику в конце прошлого столетия американским ученым Дж.Кэттелом, широкое же распространение тесты приобрели с тех пор, как А.Бине и Т.Симон разработали специальную систему, для определения умственного развития или одаренности детей. Тест - это кратковременное задание, с помощью которого психолог стремится установить определенные психологические качества личности. В некоторых случаях для получения верной информации об испытуемом желательно метод тестов сочетать с другими психологическими методами, т.к. факт решения или нерешения теста еще не определяет внутренних причин изучаемого явления.

Целью другого психодиагностического метода - *метода опроса* является получение информации со слов опрашиваемых. Опросы бывают двух типов:

1) «Лицом к лицу» - интервью. Здесь исследователь задает вопросы непосредственно и по определенному плану. Достоинство: возможность варьировать вопросы. Недостатки: из-за отсутствия анонимности могут быть нечестные ответы, позволяет охватить небольшое количество человек.

2) Заочный опрос - анкеты, предназначенные для самостоятельного заполнения. При составлении анкет учитываются следующие требования:

- каждый вопрос должен быть логически отдельным,
- вопросы не должны быть слишком длинными,
- каждый вопрос должен быть конкретным,
- вопросы должны формулироваться так, чтобы избежать шаблонных ответов,
- вопросы не должны иметь внушающего характера ("не согласны ли вы?"),
- вопросы, касающиеся событий и фактов, ставятся вначале, затем - более сложные вопросы, требующие оценки, и в конце - простые,
- для достоверности данных могут использоваться не только прямые, но и косвенные вопросы, а также контрольные вопросы (детекторы лжи).

Достоинства: возможность массового охвата большого количества лиц в небольшой срок, анкета гарантирует анонимность и потому искренность ответов, легкость обработки, проведение анкет не требует квалификации.

Всем методам опроса свойственна некоторая ограниченность. Эти методы основаны на самонаблюдении опрашиваемых, поэтому даже если испытуемые отвечают искренне, эти ответы могут быть чисто субъективными и поэтому не всегда верными.

Основное условие *метода беседы* - взаимопонимание между исследователем и испытуемым, проходит в неофициальных условиях. Строится по определенному плану, но не сводится к простому задаванию вопросов, не должна носить шаблонного характера, задания и вопросы должны быть максимально естественны. Это скорее доверительный разговор. Желательно и этот метод сочетать с другими объективными методиками.

Еще один психодиагностический метод - *анализ продуктов деятельности*. Этот метод широко используется в исторической психологии для изучения психологии человека в давнопрошедшие исторические времена, недоступные для непосредственного наблюдения. Также метод широко используется в детской психологии, где изучаются продукты детского творчества для психологического изучения ребенка.

*Биографический метод* - это разновидность метода изучения продуктов деятельности. Материалом здесь служат письма, дневники, биографии, почерки.

3. *Методы обработки данных и интерпретационные методы*. Методы обработки данных включают в себя *количественный метод* (статистический) и *качественный метод* (анализ результатов, выделение новых фактов, дифференциация материала по группам).

Интерпретационные методы представлены следующими методами: *генетический* (анализ материала в плане развития с выделением отдельных фаз, стадий, критических моментов и т.п.) и *структурный* (устанавливает структурные связи между всеми характеристиками личности) методы.

*4. Методы коррекции.* При выборе эффективных методов воздействия на личность или группу важно всегда руководствоваться одним из главных принципов психологической практики - «Не навреди!».

Во многих случаях людям требуется помощь немедицинского характера (например, острое недовольство собой, окружающими, жизнью в целом). Природа такого неблагополучия кроется не в болезненных процессах, происходящих в организме, а в особенностях его личности или жизненной ситуации. Такие люди не являются больными, но все же нуждаются в помощи. Для этого создан набор приемов, программ и методов воздействия на поведение людей, которые называются методами коррекции. К ним относятся: тренинг, дискуссия, метод предъявления моделей, и другие методы терапевтического воздействия.

Тренинг - метод воздействия, направленный на создание новых психических образований, либо на развитие уже существующих. Три вида тренинга: функциональный (развитие основных психических функций и процессов - памяти, внимания, мышления, воли); аутотренинг (формирование и развитие навыков психической саморегуляции, релаксации); социально-психологический тренинг (тренинг общения, тренинг уверенности в себе, тренинг социально-психологической сензитивности и др.). В ходе тренинга используются различные упражнения, ролевые игры, психогимнастика, предоставляется участникам группы друг другу обратная связь.

*Групповой (социально-психологический) тренинг* - это своеобразные формы обучения знаниям и отдельным умениям в сфере общения, а также формы соответствующей коррекции. Групповые тренинги могут записываться на магнитофонную ленту или видео-плёнку, затем группа вновь даёт анализ. Такая форма тренинга называется видеотренинг.

Тренинги широко применяются для подготовки специалистов и руководителей, а также для разрешения конфликтов между родителями и детьми, супружескими парами и т.п.

## **Тема 2 Сознание и деятельность**

- 1. Основные этапы развития психики в филогенезе*
- 2. Сознание и бессознательное*
- 3. Понятие деятельности, виды деятельности*
- 4. Структура деятельности*

- 1. Основные этапы развития психики в филогенезе*

Существует несколько точек зрения на природу психики и характер ее развития. Приверженцы некоторых теорий утверждали, что психика присуща только человеку, другие теории, наоборот высказывали мнение о всеобщей одухотворенности природы, третьи теории говорят о том, что психика присуща не всякой материи, а лишь живой и т.д.

Простейшей формой биологического отражения является *раздражимость*, которая проявляется уже при переходе от неорганической материи к органической (характеризует растительную жизнь). Но растениям свойственна пассивная форма жизнедеятельности. Следующему этапу эволюции - стадии животной жизни - характерна более сложная форма отражения - *чувствительность* (способность к ощущениям). Даже простейшие животные активно ориентируются в окружающей обстановке. Появление чувствительности и может служить биологическим признаком возникновения психики. Т.е., психика присуща всем живым существам, но имеет свои особенности на разных стадиях развития.

Одну из гипотез, касающуюся стадий и уровней развития психического отражения, начиная от простейших животных и кончая человеком, предложил А.Н.Леонтьев в книге «Проблемы развития психики». Позднее она была доработана и уточнена К.Э.Фабри на основе новейших *зоопсихологических* данных, поэтому теперь ее правильнее называть *концепцией Леонтьева—Фабри*. Вся история развития психики и поведения животных, согласно этой концепции, делится на ряд стадий и уровней. Выделяется две стадии элементарной *сенсорной* психики и *перцептивной психики*. Первая включает в себя два уровня: низший и высший, а вторая — три уровня: низший, высший и наивысший.

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

Стадии и уровень психического отражения, его характеристика	Особенности поведения, связанные с данной стадией и уровнем	Виды живых существ, достигших этого уровня развития
<i>1. Стадия элементарной сенсорной психики</i>		
А. Низший уровень. Примитивные атементы чувствительности. Развитая раздражимость	А. Четкие реакции на биологически значимые свойства среды через изменение скорости и направления движения. Элементарные формы движений. Слабая пластичность поведения. Несформированная способность реагирования на биологически	А. Простейшие. Многие низшие многоклеточные организмы, живущие в водной среде.

	нейтральные, лишенные жизненного значения свойства среды.	
Б. Высший уровень. Наличие ощущений. Появление важнейшего органа манипулирования — челюстей. Способность к формированию элементарных условных рефлексов.	Б. Четкие реакции на биологически нейтральные раздражители. Развитая двигательная активность (ползание, рытье в грунте, плавание с выходом из воды на сушу). Способность избегать неблагоприятных условий среды, уходить от них, вести активный поиск положительных раздражителей. Индивидуальный опыт и научение играют небольшую роль.	Б. Высшие (кольчатые) черви, брюхоногие моллюски (улитки), некоторые другие беспозвоночные.
II. Стадия перцептивной психики.		
А. Низкий уровень. Отражение внешней действительности в форме образов предметов. Интеграция, объединение воздействующих свойств в целостный образ вещи. Главный орган манипулирования — челюсти.	А. Формирование двигательных навыков. Преобладают ригидные, генетически запрограммированные компоненты. Двигательные способности весьма сложны и разнообразны (ныряние, ползание, ходьба, бег, прыжки, лазанье, полет и др.). Активный поиск положительных раздражителей, избегание отрицательных (вредных), развитое защитное поведение.	А. Рыбы и другие низшие позвоночные, а также (отчасти) некоторые высшие беспозвоночные (членистоногие и головоногие моллюски). Насекомые.
Б. Высший уровень. Элементарные формы мышления	Б. Высокоразвитые инстинктивные формы поведения.	Б. Высшие позвоночные (птицы и

(решение задач). Складывание определенной «картины мира».	Способность к научению.	некоторые млекопитающие).
В. Наивысший уровень. Выделение в практической деятельности особой, ориентировочно-исследовательской, подготовительной фазы. Способность решать одну и ту же задачу разными методами. Перенос однажды найденного принципа решения задачи в новые условия. Создание и использование в деятельности примитивных орудий. Способность к познанию окружающей действительности независимо от наличных биологических потребностей. Непосредственное усмотрение и учет причинно-следственных связей между явлениями в практических действиях ( <i>инсайт</i> ).	В. Выделение специализированных органов манипулирования: лап и рук. Развитие исследовательских форм поведения с широким использованием ранее приобретенных знаний, умений и навыков.	В. Обезьяны, некоторые другие высшие позвоночные (собаки, дельфины).

Стадия элементарной *сенсорной* психики характеризуется примитивными элементами чувствительности, не выходящими за пределы простейших ощущений. Эта стадия связана с выделением у животных специализированного органа, осуществляющего сложные манипулятивные движения организма с предметами внешнего мира. Таким органом у низших животных являются челюсти. Они заменяют им руки, которые есть только у человека и некоторых высших животных. Челюсти сохраняют свою роль как орган манипуляций и исследования окружающего мира в течение длительного

периода времени, вплоть до освобождения передних конечностей животного для этой цели.

Низший уровень стадии элементарной сенсорной психики, на котором находятся простейшие и низшие многоклеточные организмы, живущие в водной среде, характеризуется тем, что здесь в достаточно развитом виде представлена *раздражимость* — способность живых организмов реагировать на биологически значимые воздействия среды повышением уровня своей активности, изменением направления и скорости движений. *Чувствительность* как способность реагировать на биологически нейтральные свойства среды и готовность к научению методом условных рефлексов еще отсутствует. Двигательная активность животных еще не имеет поискового, целенаправленного характера.

Следующий, высший уровень стадии элементарной сенсорной психики, которого достигают живые существа типа кольчатых червей и брюхоногих моллюсков, характеризуется появлением первых элементарных ощущений и челюстей как органа манипулирования. Изменчивость поведения здесь дополняется появлением способности к приобретению и закреплению жизненного опыта через условнорефлекторные связи. На этом уровне уже существует чувствительность. Двигательная активность совершенствуется и приобретает характер целенаправленного поиска биологически полезных и избегания биологически вредных воздействий.

Виды приспособительного поведения, приобретаемые в результате мутаций и передаваемые из поколения в поколение благодаря естественному отбору, оформляются в качестве *инстинктов* — наследственно закрепленных, структурно и функционально довольно жестких систем целесообразно устроенных органических и поведенческих реакций.

Качественный скачок в развитии психики и поведения животных происходит на следующей, *перцептивной* стадии. Ощущения здесь объединяются в образы, а внешняя среда начинает восприниматься в виде вещно оформленных, расчлененных на детали в восприятии, но образно целостных предметов, а не отдельных ощущений. В поведении животных с очевидностью выступает тенденция ориентироваться на предметы окружающего мира и отношения между ними. Наряду с инстинктами возникают и более гибкие формы приспособительного поведения в виде сложных, изменчивых двигательных навыков.

Весьма развитой оказывается двигательная активность, включающая движения, связанные с изменением направления и скорости. Деятельность животных приобретает более гибкий, целенаправленный характер. Все это происходит уже на низшем уровне перцептивной психики, на котором, по предположению, находятся рыбы, другие низшие позвоночные, некоторые виды беспозвоночных и насекомые.

Следующий, высший уровень перцептивной психики включает высших позвоночных: птиц и некоторых млекопитающих. У них уже можно обнаружить элементарные формы мышления, проявляемого в способности к решению задач в практическом, наглядно-действенном плане. Здесь мы

обнаруживаем готовность к научению, к усвоению способов решения таких задач, их запоминанию и переносу в новые условия (в ограниченных, правда, пределах).

Наивысшего уровня развития перцептивной психики достигают обезьяны. Их восприятие внешнего мира носит, по-видимому, уже образный характер, а научение происходит через механизмы подражания и переноса. В такой психике особо выделяется способность к практическому решению широкого класса задач, требующих исследования и манипулирования с предметами. В деятельности животных выделяется особая, ориентировочно-исследовательская, или подготовительная, фаза. Она заключается в изучении ситуации прежде, чем приступить в ней к практическим действиям.

Наблюдается определенная гибкость в способах решения, широкий перенос однажды найденных решений в новые условия и ситуации. Животные оказываются способными к исследованию и познанию действительности независимо от наличных потребностей и к изготовлению элементарных орудий. Вместо челюстей органами манипулирования становятся передние конечности, которые еще не полностью освобождены от функции передвижения в пространстве (локомоция). Весьма развитой становится система общения животных друг с другом, у них появляется свой язык.

Описав эти стадии и уровни, К.Э.Фабри пришел к выводу, что интеллект свойственен не только антропоидам, но и всем приматам, а также некоторым другим животным.

## *2. Сознание и бессознательное*

Психика человека имеет еще более сложную структуру и имеет ряд важных отличий от психики животных:

1) В основе поведения человека, в отличие от животных, лежит не только удовлетворение биологических потребностей (например, героизм).

2) Человек способен отвлекаться от конкретной ситуации и предвидеть последствия, которые могут возникнуть в связи с этой ситуацией.

3) Человек способен создавать орудия труда по заранее продуманному плану и сохранять их. Кроме этого, у животных орудийная деятельность никогда не совершается коллективно.

4) Человек может накапливать и передавать накопленный общественный опыт. Язык общения есть и у животных, но с его помощью они лишь подают сигналы по поводу данной ситуации (опасность). Человек же может информировать людей о прошлом, настоящем и будущем и усваивать опыт, накопленный другими людьми.

Изготовление, употребление и сохранение орудий труда, разделение труда способствовали развитию абстрактного мышления, речи, языка, развитию общественно-исторических отношений между людьми. В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции в *высшие психические функции* — специфически человеческие, общественно и исторически обусловленные формы памяти, мышления, восприятия



(логическая память, абстрактно-логическое мышление), опосредованные применением вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития. *Единство высших психических функций* образует сознание человека. Таким образом, сознание является высшей стадией развития психики.

*Характеристики сознания.* Первая психологическая характеристика сознания человека включает *ощущение себя познающим субъектом*, способность мысленно представлять существующую и воображаемую действительность, контролировать собственные психические и поведенческие состояния, управлять ими, способность видеть и воспринимать в форме образов окружающую действительность.

*Мысленное представление и воображение действительности* — вторая важная психологическая характеристика сознания. Она, как и сознание в целом, тесным образом связана с волей. О сознательном управлении представлениями и воображением говорят обычно тогда, когда они порождаются и изменяются усилием воли человека.

*Третья характеристика человеческого сознания* — это его способность к коммуникации, т.е. передаче другим лицам того, что осознает данный человек, с помощью языка и других знаковых систем. С помощью языка человек передает людям не только сообщения о своих внутренних состояниях (именно это является главным в языке и общении животных), но и о том, что знает, видит, понимает, представляет, т.е. объективную информацию об окружающем мире.

*Функции сознания:*

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

– оценочная — сознание принимает участие в формировании части эмоций и большинства чувств; человек на уровне сознания оценивает большинство событий и самого себя;

– креативная — творчество невозможно без сознания; многие произвольные виды воображения организуются на сознательном уровне: изобретательство, художественное творчество;

– рефлексивная — разновидностью сознания является самосознание — процесс, при помощи которого человек анализирует свои мысли и поступки, наблюдает за собой, оценивает себя и т. д.;

– преобразующая — человек сознательно определяет большинство своих целей и намечает путь к их достижению; при этом он часто не ограничивается совершением мысленных операций с предметами и явлениями, а выполняет и реальные действия с ними, преобразуя окружающий мир в соответствии со своими потребностями;

Мы можем видеть множественность различных проявлений сознания, которые делают его необходимым для человека. Но главная функция сознания состоит в том, что оно делает человека Человеком.

Сознание, как высшая часть развития психики, включает в себя следующие компоненты:

1. *Знание* (о себе и окружающем мире), которое человек получает с помощью познавательных процессов.

2. *Самосознание* (выделение себя из окружающего мира и противопоставление себя окружающим).

*Итак, сознание* – это высшая, свойственная только человеку и связанная с речью, функция мозга, которая заключается в обобщенном и оценочном отражении действительности, а также ее творческом преобразовании, в предварительном мысленном построении действий и предвидении результатов, в разумном регулировании поведения.

*Самосознание* — совокупность психических процессов, посредством которых индивид сознает себя в качестве субъекта жизнедеятельности. В самосознании выделяют взаимосвязанные компоненты: *когнитивный, эмоциональный (самоотношение), поведенческий*.

Когнитивный компонент самосознания может быть представлен как Я-концепция личности. Я-концепция — относительно устойчивая, индивидуальная система представлений человека о себе, интегрирующая его различные проявления в многообразных жизненных ситуациях. Я-концепция — это своеобразная теория самого себя, предпосылка и следствие социального взаимодействия, т.к. представления человека о себе во многом определяют его представления о других. Следствием социального взаимодействия Я-концепция выступает потому, что отношение к себе определяется отношением к человеку других, прежде всего значимых людей. Качества, которые мы приписываем собственной личности, в реальности могут отсутствовать или быть не такими, как нам кажется, т. е. с ними не всегда готовы согласиться другие люди. Даже такие, на первый взгляд, объективные показатели, как рост или возраст, могут для разных людей иметь разное значение, обусловленное общей структурой их Я-концепции.

Эмоциональный компонент существует в виде самоотношения. Оно устойчиво, активно поддерживается личностью, реализуется через самоуважение и самопринятие. Самоотношение проявляется в переживаниях субъекта по поводу его собственных черт, представленных в когнитивном компоненте.

*Самооценка* – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди людей. Это наиболее изученная в психологии сторона самосознания. Самооценка складывается на основе сопоставлений себя и других людей, себя и какого-то эталона (реального и идеального «Я»), на основе мнений, которые человек слышит о себе.

Самооценку различают:

а) по уровню – *завышенную* (или комплекс превосходства, т.е. человек переоценивает себя в ситуациях, которые не дают для этого повода), *заниженную* (или комплекс неполноценности, т.е. человек неуверен в себе и занижает мнение о себе) и *среднюю*.

б) по адекватности – *адекватную* (т.е. человек правильно оценивает свои достоинства и недостатки) и *неадекватную* (человек неверно себя оценивает).

в) по устойчивости – *устойчивую* (не меняется на протяжении длительного времени) и *неустойчивую* (подвержена частым изменениям).

Самооценка связана с уровнем притязаний личности, проявляющимся в степени трудности целей, которые человек ставит перед собой. Самооценка, по мысли американского психолога У. Джемса, определяется по формуле: «самоотношение = успех / притязания». Чем выше уровень притязаний, тем труднее их удовлетворить и тем вероятнее снижение уровня самоуважения. В свою очередь успех в деятельности повышает самоуважение человека.

Поведенческий компонент самосознания обозначается как волевая форма самосознания. Она проявляется в сознательной регуляции личностью своих действий и поступков.

Сознание не является единственным уровнем, на котором представлены психические процессы, свойства и состояния человека, и далеко не все, что воспринимается и управляет поведением человека, актуально осознается им. Кроме сознания, у человека есть и *бессознательное*. Это — *те явления, процессы, свойства и состояния, которые по своему действию на поведение похожи на осознаваемые психические, но актуально человеком не рефлексуются, т.е. не осознаются*.

Бессознательное начало так или иначе представлено практически во всех психических процессах, свойствах и состояниях человека. Есть бессознательные ощущения, к которым относятся ощущения равновесия, проприоцептивные (мышечные) ощущения. Есть неосознаваемые зрительные и слуховые ощущения, которые вызывают непровольные рефлексивные реакции в зрительной и слуховой центральных системах. Неосознаваемые образы восприятия существуют и проявляются в феноменах, связанных с узнаванием ранее виденного, в чувстве знакомости, которое иногда возникает у человека при восприятии какого-либо объекта, предмета, ситуации.

*Бессознательная память* — это та память, которая связана с долговременной и *генетической памятью*. Это та память, которая управляет мышлением, воображением, вниманием, определяя содержание мыслей человека в данный момент времени, его образы, объекты, на которые направлено внимание. Бессознательное мышление особенно отчетливо выступает в процессе решения человеком творческих задач, а бессознательная речь — это внутренняя речь.

Есть и *бессознательная мотивация*, влияющая на направленность и характер поступков, многое другое, не осознаваемое человеком в психических процессах, свойствах и состояниях. Но главный интерес для психологии представляют так называемые личностные проявления бессознательного, в которых, помимо желания, сознания и воли человека, он проявляется в своих наиболее глубоких чертах. Большой вклад в разработку проблематики личностного бессознательного внес З.Фрейд.

Бессознательное в личности человека — это те качества, интересы, потребности и т.п., которые человек не осознает у себя, но которые ему

присущи и проявляются в разнообразных произвольных реакциях, действиях, психических явлениях. Одна из групп таких явлений — *ошибочные действия*: оговорки, описки, ошибки при написании или слушании слов. В основе второй группы бессознательных явлений лежит *непроизвольное забывание* имен, обещаний, намерений, предметов, событий и другого, что прямо или косвенно связано для человека с неприятными переживаниями. Третья группа бессознательных явлений личностного характера относится к разряду представлений и связана с восприятием, памятью и воображением: *сновидения, грезы, мечты*.

Оговорки представляют собой бессознательно детерминированные артикуляционные речевые действия, связанные с искажением звуковой основы и смысла произносимых слов. Такие искажения, особенно их смысловой характер, неслучайны. З.Фрейд утверждал, что в них проявляются скрытые от сознания личности мотивы, мысли, переживания. Оговорки возникают из столкновения бессознательных намерений человека, других его побуждений с сознательно поставленной целью поведения, которая находится в противоречии со скрытым мотивом. Когда подсознательное побеждает сознательное, то возникает оговорка. Таков психологический механизм, лежащий в основе всех ошибочных действий: они «возникают благодаря взаимодействию, а лучше сказать, противодействию двух различных намерений»<sup>1</sup>.

Забывание имен представляет собой другой пример бессознательного. Оно связано с какими-то неприятными чувствами забывающего по отношению к человеку, который носит забытое имя, или к событиям, ассоциируемым с этим именем. Такое забывание обычно происходит против воли говорящего, и данная ситуация характерна для большинства случаев забывания имен.

Особую категорию бессознательного составляют сновидения. Содержание сновидений, по Фрейду, связано с бессознательными желаниями, чувствами, намерениями человека, его неудовлетворенными или не вполне удовлетворенными важными жизненными потребностями. Явное, осознаваемое содержание сновидения не всегда, за исключением двух случаев, соответствует скрытым, бессознательным намерениям и целям того человека, кому это сновидение принадлежит. Эти два случая — детские сновидения дошкольников и инфантильные сновидения взрослых людей, возникшие под влиянием непосредственно предшествующих сну эмоциогенных событий прошедшего дня.

Бессознательные явления вместе с предсознательными управляют поведением, хотя функциональная роль их различна. Сознание управляет самыми сложными формами поведения, требующими постоянного внимания и сознательного контроля, и включается в действие в следующих случаях: (а) когда перед человеком возникают неожиданные, интеллектуально сложные проблемы, не имеющие очевидного решения, (б) когда человеку требуется преодолеть физическое или психологическое сопротивление на пути движения мысли или телесного органа, (в) когда необходимо осознать и найти

выход из какой-либо конфликтной ситуации, которая сама собой разрешиться без волевого решения не может, (г) когда человек неожиданно оказывается в ситуации, содержащей в себе потенциальную угрозу для него в случае непринятия немедленных действий.

Подобного рода ситуации возникают перед людьми практически беспрерывно, поэтому сознание как высший уровень психической регуляции поведения постоянно присутствует и функционирует. Наряду с ним многие поведенческие акты осуществляются на уровне пред- и бессознательной регуляции, так что в реальной действительности одновременно в управлении поведением участвуют многие различные уровни его психической регуляции.

Существуют разные типы бессознательных психических явлений, которые по-разному соотносятся с сознанием. Есть бессознательные психические явления, находящиеся в области предсознания, т.е. представляющие собой факты, связанные с более низким уровнем психической регуляции поведения, чем сознание. Таковы бессознательные ощущения, восприятие, память, мышление, установки.

Другие бессознательные явления представляют собой такие, которые раньше осознавались человеком, но со временем ушли в сферу бессознательного. К ним относятся, например, двигательные умения и навыки, которые в начале своего формирования представляли собой сознательно контролируемые действия (ходьба, речь, умение писать, пользоваться различными инструментами).

Третий тип бессознательных явлений — личностное бессознательное — желания, мысли, намерения, потребности, вытесненные из сферы человеческого сознания под влиянием цензуры.

### *3. Понятие деятельности, виды деятельности*

Основной закон развития сознания и психики человека заключается в том, что человек развивается в деятельности. С. Л. Рубинштейн сформулировал принцип единства сознания и деятельности. Кратко этот принцип можно пояснить словами другого ученого — К. Яспера: «Человек становится тем, что он есть, благодаря делу, которое он делает своим»

Психологическая теория деятельности была создана в советской психологии, начала разрабатываться в 1920 – начале 1930-х гг. Она всесторонне раскрыта в работах отечественных психологов – Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, А.В. Запорожца, П.Я. Гальперина и многих др. Наиболее полно теория деятельности изложена в трудах А.Н. Леонтьева, в частности в его последней книге «Деятельность. Сознание. Личность». Авторы теории деятельности взяли на вооружение философию диалектического материализма – теорию К. Маркса, и прежде всего ее главный для психологии тезис о том, что не сознание человека определяет его бытие и деятельность, а наоборот, бытие и деятельность определяют сознание. Этот общий философский тезис нашел в теории деятельности конкретно-психологическую разработку.

Деятельность человека принципиально отличается от поведения животных, даже если это поведение достаточно сложно.

Во-первых, деятельность человека носит сознательный характер — человек осознает цель и способы ее достижения, предвидит результат.

Во-вторых, деятельность человека связана с изготовлением, употреблением и хранением орудий труда.

В-третьих, деятельность человека носит общественный характер, она осуществляется, как правило, в коллективе и для коллектива. В процессе деятельности человек вступает в сложные отношения с другими людьми.

Деятельность детерминируется общественно-историческими условиями. Человек не может отделить свою деятельность от окружающей его жизни, требований общества, в котором он живет. И деятельность его приобретает различный характер в зависимости от требований общества.

Необходимые условия человеческой деятельности — психические процессы. Они являются, с одной стороны, обязательной характеристикой всякой деятельности человека. С другой стороны, все психические процессы протекают, формируются и регулируются в деятельности. Так осуществляется взаимосвязь психических процессов и деятельности человека. Итак, без деятельности невозможна человеческая жизнь.

*Деятельность — специфический вид активности человека, направленной на творческое преобразование, совершенствование действительности и самого себя в соответствии с его потребностями, целями и задачами.*

*Виды деятельности.* Деятельность людей многообразна. А.Н. Леонтьев выделяет три основных вида деятельности: игра, учение, труд. Все эти виды деятельности присутствуют в любом возрастном периоде жизни человека наряду с одним из ведущих видов деятельности — тем, в котором и происходит наиболее интенсивное развитие психики. Иногда выделяют и общение как самостоятельный вид деятельности. С одной стороны, любая деятельность человека невозможна вне общения, а с другой стороны, в деятельности оно и развивается. Основные три вида деятельности отличаются друг от друга как по результатам, так и по мотивации, а также по организации.

*Игра.* Начиная с первых лет жизни у ребенка складываются предпосылки для овладения простейшими формами деятельности. В игре впервые формируется и проявляется потребность ребенка воздействовать на мир. В этом и заключается основное и общее значение игры. Игра (детская) — вид деятельности, заключающийся в воспроизведении детьми действий взрослых и отношений между ними, направленный на познание и преобразование внешнего мира и самого человека. Играя, ребенок приобретает знания, умения и навыки, которые формируют и развивают его, подготавливают к другим, более сложным видам деятельности. Как особый вид деятельности игра присутствует и в жизнедеятельности взрослого человека. Отличается она от детской игры тем, что игры взрослых не только носят развлекательный и азартный характер, но в них взрослый обучается еще и профессиональному мастерству (деловые игры), приобретает теоретические и практические знания

(дидактические игры), а также моделирует действительность (игровые модели).

Таким образом, игры бывают: индивидуальные и групповые (в зависимости от количества участников); предметные и сюжетные (в основу положена либо игра с предметом, либо игра по сценарию); ролевые (здесь социальная роль диктует правила поведения); игры с правилами (поведение в игре определяется жесткими правилами); развивающие и обучающие (в зависимости от цели игры).

*Учебная деятельность.* Учение в течение жизни человека следует за игрой и подготавливает субъекта к будущей трудовой деятельности. *Учение* — это деятельность, направленная на систематическое усвоение знаний (информации об окружающих предметах и явлениях действительности), навыков (усвоение приемов, входящих в состав основных видов деятельности), умений (овладение способами использования знаний и навыков в соответствии с целями деятельности). Об учении можно говорить тогда, когда действия человека управляются *сознательной целью*: усвоить определенные знания, умения и навыки. Первое необходимое условие для формирования учебной деятельности — это наличие у ребенка адекватной мотивации учения. У взрослых учебная деятельность приобретает характер самообразования. Также огромную роль в образовании взрослых играют средства массовой информации: герои телепередач, кинофильмов и т. д. Они выступают образцами для усвоения тех или иных форм поведения путем подражания.

*Труд.* Труд в большей степени является не психологической, а социальной категорией. В психологии изучается не труд в целом, а психологическая его составляющая.

*Труд* — целесообразная деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности для удовлетворения своих потребностей, создания материальных и духовных ценностей.

#### *4. Структура деятельности*

При всем многообразии видов деятельности в каждом из них можно выделить некоторые общие структурные компоненты. Это прежде всего цели, мотивы и действия.

Всякая деятельность человека определяется целями, которые он ставит перед собой. Если нет цели, то нет и деятельности. *Цель* деятельности — это образ желаемого результата, т. е. того результата, который должен быть достигнут в ходе выполнения действия. Он может представлять собой реальный физический предмет, создаваемый человеком, определенные знания, умения и навыки, приобретаемые в ходе деятельности, творческий результат (мысль, идея, теория, произведение искусства).

Деятельность вызывается определенными мотивами, причинами, которые побудили человека поставить перед собой ту или иную цель и организовать деятельность по достижению этой цели. *Мотивом* деятельности

называется то, что побуждает ее, ради чего она осуществляется. В качестве мотива обычно выступает конкретная *потребность*, которая в ходе и с помощью данной деятельности удовлетворяется, а также это могут быть разнообразные *интересы, установки, привычки, эмоциональные состояния*.

Действие – основная единица анализа деятельности. Действием называют каждый относительно законченный элемент деятельности при достижении цели, направленный на выполнение одной промежуточной текущей задачи, называют *действием*. Т.е. любая деятельность состоит из ряда действий. Результат каждого действия сопоставляется с моделью желаемого будущего (т.е. с целью).

Действия могут быть внешние, предметные и внутренние умственные.

Предметные действия — это действия, направленные на изменение состояния или свойств предметов внешнего мира. Они складываются из определенных движений. Анализ многообразных предметных действий показывает, что все они в большинстве случаев складываются из трех относительно простых: взять, поднять, переместить, опустить.

*Умственные действия* — разнообразные действия человека, выполняемые во внутреннем плане сознания. Экспериментально установлено, что в умственное действие обязательно включены моторные двигательные компоненты.

Умственная деятельность человека часто делится на:

— *перцептивную*, посредством которой формируется целостный образ восприятия предметов или явлений;

— *мнемическую*, которая входит в состав деятельности запоминания, удерживания и припоминания какого-либо материала;

— *мыслительную*, при помощи которой происходит решение мыслительных задач;

— *имажитивную* (от image — образ), т. е. деятельность воображения в процессе творчества.

Всякая деятельность включает в себя и внутренний и внешний компоненты. По своему происхождению внутренняя (умственная, психическая) деятельность производна от внешней (предметной). Первоначально совершаются предметные действия и лишь потом, по мере накопления опыта, человек приобретает способность совершать те же действия в уме, направленные в конечном счете вовне, на преобразование предметной действительности, подвергаются сами обратному преобразованию (экстериоризация). Неразрывная связь внешних и внутренних действий расширяет познавательные возможности человека, человек приобретает способность оперировать образами предметов, которые в данный момент отсутствуют в его поле зрения.

Следующий уровень структуры деятельности — *операции*, каждое действие состоит из системы движений или операций, подчиненных определенной цели. Операции характеризуют частичную сторону выполнения действий, они мало осознаются или совсем не осознаются. Операции могут



возникать в результате адаптации, непосредственного подражания или путем автоматизации действий.

Структурными элементами процесса освоения деятельности являются *навыки, умения и привычки*.

*Навык* — это элемент деятельности, сформированный путем многократного повторения и реализуемый с минимальной сознательной регуляцией. Физиологической основой навыка является образование в коре головного мозга устойчивой системы временных нервных связей (данную систему связей называют динамический стереотип). Навыки могут быть двигательными и умственными, а относительно видов деятельности — учебными, игровыми, спортивными, музыкальными и т. д.

Пути формирования навыка являются показ (демонстрация), объяснение или сочетание показа и объяснения, репетиция (тренировка). Скорость формирования навыка зависит от ряда причин: объективных (условия работы, конструкция или ее состояние), физиологических (состояние здоровья человека или утомление), психологических (отношение к деятельности, уверенность в своих силах, настроение и т. д.).

Навык не является сформированным раз и навсегда. Для его сохранения необходимы постоянные упражнения и его использование в конкретном виде деятельности. При выполнении навыка могут наблюдаться явления интерференции и переноса. Интерференция навыка — явление ухудшения процесса формирования новых навыков из-за тормозящего действия ранее приобретенных (научившись писать правой рукой, сложно перейти к письму левой). Перенос навыков — положительное влияние ранее сформированных навыков на овладение новыми навыками.

Умение — это способность превращать навыки и знания в предметные (реальные) действия. Для формирования умений человеку необходимо владеть системой знаний и навыков, которые относятся к одному и тому же виду деятельности. Умение предполагает наличие и двигательных, и умственных действий.

К элементам освоения деятельности также относят и привычку. *Привычка* — это действие или элемент поведения, выполнение которого стало потребностью и перешло в автоматизм. В отличие от навыка привычки не возникают путем сознательных усилий, имеют моральный элемент, могут быть полезными и вредными. Формированию привычек способствуют: строгий распорядок дня; пример окружающих; многократное повторение; постоянство условий протекания деятельности. В совокупности умения, навыки, привычки, обусловленные мотивацией и волевыми качествами личности, обеспечивают готовность человека к выполнению самостоятельной деятельности.

### **Тема 3 Ощущения и восприятие**

**1. Понятие, свойства, виды и закономерности ощущений.**

**2. Понятие, свойства и виды восприятия.**

**3. Развитие сенсорно-перцептивной сферы школьника**

### ***1. Понятие, свойства, виды и закономерности ощущений.***

**Ощущения** – это простейший психический познавательный процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира, а также внутренних состояний организма, возникающий при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Наше сознание существует только благодаря наличию ощущений. Если человека лишить возможности ощущать и воспринимать окружающую действительность, он не сможет ориентироваться в мире, ничего не сможет делать. В условиях «сенсорной депривации» (недостатка ощущений) у человека меньше чем через сутки отмечаются резкое снижение внимания, уменьшение объема памяти, происходят серьезные изменения в психической деятельности. Недаром это одно из самых сложных испытаний для будущих космонавтов, полярников, спелеологов.

В обычной жизни нас утомляет не столько недостаток ощущений, сколько их изобилие – сенсорная перегрузка. Поэтому так важно соблюдать элементарные правила психогигиены.

Физиологической основой ощущений является деятельность *анализатора* – специального нервного аппарата, осуществляющего функцию анализа и синтеза раздражителей, исходящих из внешней и внутренней среды организма. Любой анализатор состоит из трех частей.

1. *Рецепторный (периферический) отдел* – рецептор, главная часть любого органа чувств, специализированная для приема воздействий определенных раздражителей. Здесь же происходит трансформация энергии внешнего раздражителя (тепло, свет, запах, вкус, звук) в физиологическую энергию – нервный импульс.

2. *Проводниковый отдел* – чувствительные нервы, которые могут быть *афферентными* (центростремительными), проводящими возникающее возбуждение в центральный отдел анализатора, и *эфферентными* (центробежными, по которым нервный импульс поступает к рабочему органу (эффектору)).

3. *Центральный отдел* – корковый отдел анализатора, специализированный участок коры головного мозга, где и происходит преобразование нервной энергии в психическое явление – ощущение.

Центральная часть анализатора состоит из ядра и рассеянных по коре нервных клеток, которые называются *периферическими элементами*. В ядре сконцентрирована основная масса рецепторных клеток, за счет чего осуществляется наиболее тонкий анализ и синтез раздражителей; за счет периферических элементов производится грубый анализ, например свет отличается от тьмы. Рассеянные элементы корковой части анализатора участвуют в установлении связи и взаимодействия между различными системами анализаторов. Так как каждый анализатор имеет свой центральный отдел, то вся кора больших полушарий представляет собой своеобразную мозаику, взаимосвязанную систему корковых концов анализаторов. Несмотря

на общность строения всех анализаторов, детальное строение каждого из них очень специфично.

Ощущение возникает в сознании всегда в виде образа. Энергия внешнего раздражителя превращается в факт сознания тогда, когда человек, у которого возникает образ предмета, вызвавшего раздражение, может обозначить его словом.

Ощущение всегда связано с ответной реакцией по типу рефлекторного кольца с обязательной обратной связью. Орган чувств является попеременно то рецептором, то эффектором (рабочим органом).

*Свойства ощущений.*

1. *Качество* – это основная особенность данного ощущения, отличающая его от других видов ощущений. Например, слуховые ощущения отличаются по высоте, тембру, громкости; зрительные – по насыщенности, цветовому тону и т.д.

2. *Интенсивность* – определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора.

3. *Длительность* – определяется временем действия раздражителя и функциональным состоянием органа чувств. Причем, при воздействии раздражителя на орган чувств ощущения возникают не сразу, а спустя некоторый отрезок времени, который называется *латентным* (скрытым) периодом ощущения. Этот период различен для различных видов ощущений. Ощущения также и не исчезают сразу с прекращением действия раздражителя (так называемое *последствие*). Например, болевые, звуковые, температурные, зрительные ощущения (в темноте зажечь лампу и сразу выключить). Благодаря такому последствию мы не замечаем перерывов между следующими один за другим кадрами кинофильма: они заполнены следами действовавших до этого кадров.

***Виды и классификация ощущений.*** По известным еще древним грекам пяти органам чувств выделяют следующие виды ощущений: зрительные, слуховые, вкусовые, обонятельные, осязательные (тактильные). Кроме того, существуют промежуточные ощущения между тактильными и слуховыми – вибрационные. Есть и сложные ощущения, состоящие из нескольких самостоятельных анализаторных систем: например, осязание – это тактильные и мышечно-суставные ощущения; кожные ощущения включают в себя тактильные, температурные и болевые. Выделяют ощущения органические (голод, жажда, тошнота и т. п.), статические, ощущения равновесия, отражающие положение тела в пространстве.

Выделяются следующие критерии классификации ощущений.

***I. По месту расположения рецепторов*** – *экстероцептивные, интероцептивные и проприоцептивные* (Ч.Шеррингтон).

Рецепторы *экстероцептивных* ощущений расположены на поверхности тела и принимают раздражения из внешнего мира. ***По наличию или отсутствию непосредственного контакта с раздражителем***, вызывающим ощущения, экстероцептивные ощущения делятся на *контактные и дистантные*. *Контактные* ощущения

предполагают непосредственное взаимодействие с раздражителем. К ним относятся вкусовые, кожные, болевые, температурные и др. *Дистантные* ощущения обеспечивают ориентировку в ближайшей среде – это зрительные, слуховые и обонятельные ощущения.

*Зрительные ощущения.* До 90% информации из внешнего мира поступает через зрительный анализатор. Зрительные ощущения возникают в результате воздействия световых лучей на чувствительную часть глаза – сетчатку, на которой расположены светочувствительные клетки двух типов - палочки и колбочки (130 млн. палочек и 7 млн. колбочек). Днем работают колбочки, в сумерках палочки. Существует болезнь, при которой человек хорошо видит днем, но плохо ночью – «куриная слепота» (нарушена работа палочек). Название пошло из-за того, что куры, голуби не имеют палочек и ночью ничего не видят. А, например, совы, летучие мыши имеют только палочки, поэтому днем они слепы. В некоторых случаях наблюдается нарушение нормального цветоощущения. Чаще встречается красно-зеленая слепота (дальтонизм).

*Слуховые ощущения.* Раздражителем являются звуковые волны, которые вызывают колебание барабанной перепонки. Эти колебания переходят во внутреннее ухо к улитке, которая воспринимает звуки. Существует 3 вида слуховых ощущений: речевые (звуки, их длительность, интервалы), музыкальные и шумы.

*Вкусовые ощущения.* Вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде (например, сухой кусок сахара не даст вкусовых ощущений). Вкусовыми рецепторами являются вкусовые почки, расположенные на поверхности языка, глотки, неба. Их четыре вида, следовательно, четыре элементарных вкусовых ощущения: сладкое, кислое, соленое и горькое. Все остальные ощущения вкуса представляют собой разнообразные соединения этих четырех основных.

*Обонятельные ощущения.* Органами обоняния являются обонятельные клетки, расположенные в носовой полости. Раздражителем являются пахучие вещества, которые попадают в нос вместе с воздухом.

*Кожные ощущения.* Делятся на тактильные (ощущения прикосновения) и температурные (ощущение тепла и холода).

*Интероцептивные* ощущения объединяют сигналы из внутренней среды организма (рецепторы находятся во внутренних органах) и сигнализируют о функционировании последних.. Примерами являются ощущения голода, дискомфорта, болезненные ощущения и др. Эти ощущения образуют органическое чувство (самочувствие) человека.

*Проприоцептивные* ощущения, рецепторы которых расположены в связках, мышцах и сухожилиях и получают раздражения из опорно-двигательного аппарата. Эти ощущения также свидетельствуют о положении тела в пространстве, информируют о положении тела в пространстве и регулируют движения. Они делятся на две группы. В первую группу входят ощущения равновесия, которые обеспечиваются рецепторами, расположенными во внутреннем ухе. Соответственно во вторую —

кинестетические ощущения, рецепторы которых находятся в мышцах, сухожилиях и связках. Эти ощущения формируются автоматически и координируют движения на подсознательном уровне.

*Основные закономерности ощущений* связаны с порогами чувствительности, адаптацией, взаимодействием ощущений и синестезией.

*Пороги чувствительности.* Не всякая сила раздражителя способна вызвать ощущение – оно возникает при воздействии раздражителя известной интенсивности. Между чувствительностью и силой раздражителя существует обратная зависимость: чем большая сила нужна для возникновения ощущения, тем ниже чувствительность. Могут быть и подпороговые раздражители, которые не вызывают ощущений, поскольку сигналы о них не передаются в головной мозг.

Минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение, называется *нижним абсолютным порогом чувствительности*. Максимальная величина раздражителя, при которой еще существует ощущение данного вида, называется *верхним абсолютным порогом чувствительности*.

Максимальная величина раздражителя, которую способен адекватно воспринять анализатор (иными словами, при которой еще сохраняется ощущение данного вида), называется *верхним абсолютным порогом чувствительности*. Интервал между нижним и верхним порогами называется *диапазоном чувствительности*. Установлено, что диапазоном чувствительности цвета являются колебания электромагнитных волн частотой от 390 (фиолетовый) до 780 (красный) миллимикрон, а звука – колебания звуковых волн от 20 до 20000 Герц. Сверхвысокие по интенсивности раздражители вместо ощущений определенного вида вызывают боль.

*Порог чувствительности к различению* (дифференциальный) – это минимальное различие между двумя раздражителями, которое вызывает едва заметное различие ощущений. Другими словами, это наименьшая величина, на которую надо изменить (увеличить или уменьшить) интенсивность раздражителя, чтобы возникло изменение ощущения. Немецкие ученые – физиолог Э. Вебер и физик Г. Фехнер – сформулировали закон, справедливый для раздражителей средней силы: отношение добавочного раздражителя к основному есть величина постоянная. Эта величина для каждого вида ощущений является определенной: для зрительных –  $1/1000$ , для слуховых –  $1/10$ , для тактильных –  $1/30$  от первоначальной величины раздражителя.

*Изменение чувствительности анализатора.* Это изменение можно проиллюстрировать на примере таких закономерностей ощущений, как адаптация, сенсбилизация и взаимодействие.

*Адаптация* (от лат. *adaptare* – приспособлять, прилаживать, привыкать) – это изменение чувствительности под влиянием постоянно действующего раздражителя. Адаптация зависит от условий окружающей среды. Общая закономерность такова: при переходе от сильных раздражителей к слабым чувствительность повышается, и наоборот, при

переходе от слабых к сильным – снижается. Биологическая целесообразность этого механизма очевидна: когда раздражители сильны, тонкая чувствительность не нужна, когда же они слабы, то важна способность улавливать их.

Различают два вида адаптации: повышение чувствительности под влиянием слабого раздражителя. Так, при переходе из света в темноту площадь зрачка увеличивается в 17 раз, происходит переход от колбочкового зрения к палочковому, но в основном увеличение чувствительности происходит за счет условно-рефлекторной работы центральных механизмов анализатора. *II* адаптация как понижение чувствительности под действием сильного раздражителя и как полное исчезновение ощущений в процессе длительного действия раздражителя.

Еще одной закономерностью ощущений является *взаимодействие анализаторов*, которое проявляется в изменении чувствительности одной анализаторной системы под влиянием деятельности другой. Общая закономерность взаимодействия ощущений может быть выражена в такой формулировке: слабые по интенсивности раздражения одного анализатора повышают чувствительность другого, а сильные раздражения – понижают.

Повышение чувствительности анализатора называется *сенсбилизацией*. Она может проявляться в двух сферах: либо в результате упражнений органов чувств, тренированности, либо как необходимость компенсации сенсорных дефектов. Дефект работы одного анализатора обычно компенсируется усиленной работой и совершенствованием другого.

Частным случаем взаимодействия ощущений является *синестезия*, при которой происходит совместная работа органов чувств; при этом качества ощущений одного вида переносятся на другой вид ощущений и возникают соощущения. В обыденной жизни синестезии используются очень часто: «бархатный голос», «кричащий цвет», «сладкие звуки», «холодный тон», «острый вкус» и т. п.

## ***2. Понятие, свойства и виды восприятия.***

В процессе познавательной деятельности человек редко имеет дело с отдельными свойствами предметов и явлений. Обычно предмет выступает в совокупности различных свойств и частей. Цвет, форма, величина, запах, издаваемые звуки, вес предмета одновременно вызывают различные ощущения, находящиеся в тесной связи друг с другом. На основе взаимосвязи и взаимозависимости различных ощущений совершается процесс восприятия. Такие формы отражения, как ощущения и восприятие, – звенья единого процесса чувственного познания. Но если ощущения отражают отдельные свойства предметов и явлений окружающей действительности, то восприятие дает их целостный образ; в отличие от комплекса ощущений оно предметно. Восприятие предполагает наличие разнообразных ощущений, более того, оно невозможно без ощущений, но не может быть сведено к их сумме, поскольку,

кроме ощущений, включает прошлый опыт человека в виде представлений и знаний.

*Восприятие – это целостное отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при их непосредственном воздействии на органы чувств.*

Процесс восприятия протекает в тесной связи с другими психическими процессами: мышлением (мы осознаем, что перед нами находится), речью (обозначаем предмет словом), памятью, вниманием, волей (организуем процесс восприятия), направляется мотивацией, имеет аффективно-эмоциональную окраску (каким-то образом относимся к тому, что воспринимаем).

Восприятие – более сложный процесс, чем ощущения. Восприятие – не пассивное копирование мгновенного воздействия, а живой, творческий процесс познания, сложная деятельность, важной частью которой являются движения. Если глаз неподвижен, он перестает видеть объект, для произнесения звуков необходимо напряжение мышц гортани, для познания свойств предмета его надо обследовать – подключить движения руки. При этом выделяются четыре уровня перцептивного действия: 1) обнаружение (есть ли стимул?); 2) различение (формирование перцептивного образа эталона) – эти два действия относятся к перцептивным; 3) идентификация – отождествление воспринимаемого объекта с образом, хранящимся в памяти; 4) опознание – отнесение объекта к определенному классу объектов, воспринимавшихся ранее; последние два действия относятся к опознавательным.

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

В жизни человека восприятие имеет огромное значение – это основа ориентации в окружающем мире, в обществе, необходимый компонент общественных отношений, восприятия человека человеком.

*Физиологическая основа восприятия.* Специальных органов восприятия не существует, материал для него дают анализаторы. При этом первичный анализ, который совершается в рецепторах, дополняется сложной аналитико-синтетической деятельностью мозговых концов анализатора. Поскольку любой объект внешнего мира выступает как сложный комплексный раздражитель (например, лимон имеет размер, цвет, вкус, величину, температуру, запах, название и т. п.), то в основе восприятия лежат сложные системы нервных связей между различными анализаторами. Можно сказать, что физиологической основой восприятия является комплексная деятельность анализаторов.

*Свойства восприятия.* В структуре восприятия выделяют две подструктуры – свойства и виды. К свойствам восприятия относятся *избирательность, предметность, апперцепция, целостность, структурность, константность, осмысленность.*

Предметы и явления окружающего мира действуют на человека в таком многообразии, что он не может воспринимать все их с достаточной степенью

ясности и реагировать на них одновременно. Из огромного количества воздействующих предметов с наибольшей отчетливостью и осознанностью человек воспринимает лишь некоторые. Преимущественное выделение одних объектов по сравнению с другими характеризует *избирательность* восприятия. То, что находится в центре внимания человека при восприятии, – это предмет восприятия, все остальное, второстепенное – фон восприятия. Они очень динамичны: то, что было предметом восприятия, по завершении работы может слиться с фоном, и наоборот, что-то из фона может стать предметом восприятия. Это имеет большое практическое значение: когда надо помочь выделить предмет из фона, используют яркую окраску (оранжевые жилеты путейцев, оранжевые и голубые костюмы космонавтов), особый шрифт (правила в учебниках) и т. п. Иногда, когда необходимо затруднить выделение объекта, растворить его в фоне, используют камуфляж, маскировочные халаты, сетки с веточками, серебристый цвет (самолеты, цистерны с горючим и т. д.). Избирательность восприятия определяется потребностями личности, интересами, установками, личностными качествами человека.

*Предметность* восприятия – это отнесенность его к объектам внешнего мира. Человек воспринимает объект не только как комплекс признаков, но и оценивает его как определенный предмет, не ограничиваясь установлением его индивидуальных особенностей, а всегда относя к какой-либо категории, например: овальный, зеленый, пахучий, безвкусный, водянистый – это огурец, овощ; круглый, оранжевый, ароматный, шероховатый, сладкий – это апельсин, фрукт. Иногда процесс узнавания происходит не сразу – человеку приходится всматриваться, вслушиваться, приближаться к объекту для получения новых сведений о нем. Узнавание может быть *неспецифическим*, когда человек определяет только род предмета (какая-то машина, здание, человек), или *специфическим* (это автомобиль моего брата, это наш учитель истории) и т. п. Предметность определенным образом влияет на поведение человека: если предъявить ему кирпич и блок динамита, он будет вести себя по-разному.

Очень важными свойствами восприятия, связанными с предметностью, являются его *целостность и структурность*. Восприятие всегда есть *целостный* образ объекта. Зрительные ощущения не обеспечивают предметного отражения. Сетчатка глаза лягушки («детектор насекомых») сигнализирует о нескольких признаках объекта, таких как движение, наличие углов. У лягушки не возникает зрительного образа, поэтому в окружении неподвижных мух она может умереть голодной смертью. Способность целостного зрительного восприятия не является врожденной. У слепорожденных, обретших зрение в зрелые годы, восприятие возникает не сразу, а через несколько недель. Этот факт еще раз подтверждает, что восприятие формируется в процессе практики и представляет собой систему перцептивных действий, которыми надо овладеть.

*Структурность* восприятия заключается в том, что оно представляет собой не просто сумму ощущений, в нем отражаются взаимоотношения



различных свойств и частей предмета, т. е. их структура. Каждая часть, входящая в образ восприятия, приобретает значение лишь при соотнесении ее с целым и определяется им. Так, слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию; узнаем эту мелодию, когда ее исполняет оркестр, либо какой-то один музыкальный инструмент, либо человеческий голос, хотя слуховые ощущения при этом различны.

Поскольку психика является субъективным образом объективного мира, люди одну и ту же информацию воспринимают по-разному, в зависимости от особенностей воспринимающей личности – ее направленности, взглядов, убеждений, интересов, потребностей, способностей, переживаемых чувств. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, особенностей его личности и прошлого опыта носит название *апперцепции*. Это одно из важнейших свойств восприятия, поскольку оно придает ему активный характер.

*Константность* – это относительное постоянство воспринимаемых величины, цвета и формы предметов при изменении расстояния, ракурса, освещенности. Ее источником являются активные действия системы анализаторов, обеспечивающих акт восприятия. Восприятие объектов при разных условиях позволяет выделить относительно постоянную инвариантную структуру объекта. Константность – не врожденное, а приобретенное свойство. При отсутствии константности ориентировка невозможна. Если бы восприятие не было константным, то при каждом шаге, повороте, движении мы бы сталкивались с «новыми» предметами, не узнавая их.

Восприятие человека – это не только чувственный образ, но и осознание выделенного из окружающего мира определенного объекта. Благодаря осмыслению сущности и назначения предметов становится возможным целенаправленное их использование, практическая деятельность с ними. *Осмысленность* восприятия представляет собой осознанность отображаемых объектов, а отражение любого единичного случая как особого проявления общего – *обобщенность* восприятия. Осмысленность и обобщенность восприятия достигаются пониманием сущности предметов в процессе мыслительной деятельности. Восприятие протекает как динамический процесс поиска ответа на вопрос: «Что это такое?» Осмыслить, сознательно воспринять предмет – значит прежде всего назвать его, обобщить в слове, отнести к определенному классу. Незнакомый предмет мы сравниваем со знакомым, пытаемся отнести его к некоторой категории. Швейцарский психиатр Г. Роршах (1884–1928) показал, что даже бессмысленные чернильные пятна нормальными людьми всегда воспринимаются как что-то осмысленное (бабочки, собака, облака, озеро и т. п.). Только некоторые психически больные люди склонны воспринимать случайные чернильные пятна как таковые.

*Виды восприятия.* Восприятие различается по видам в зависимости от преобладающей роли того или иного анализатора, так как не все анализаторы играют одинаковую роль: обычно один из них является ведущим.

В зависимости от ведущего анализатора различают следующие виды восприятия.

1. *Простые* – зрительные, слуховые, осязательные. Каждый человек владеет всеми простыми видами восприятия, но одна из этих систем обычно развита лучше других, что соответствует трем основным сферам сенсорного опыта: визуальной, аудиальной и кинестетической.

*Визуальный тип.* Вся воспринимаемая информация представляется этому типу людей в виде ярких картин, зрительных образов. Они часто жестикулируют, как бы рисуя в воздухе представляемые образы. Для них характерны высказывания: «Я ясно вижу, что...», «Вот посмотрите...», «Давайте представим...», «Решение уже вырисовывается...».

*Аудиальный тип.* Эти люди употребляют другие слова: «Это звучит так...», «Мне созвучно это...», «Я слышу, что вы говорите...», «Вот послушайте...» и т. п.

*Кинестетический тип.* Люди, принадлежащие к этому типу, хорошо запоминают движения, ощущения. В разговоре они используют кинестетические слова и выражения: «Если взять, к примеру...», «Я не могу схватить мысль...», «Попробуйте ощутить...», «Это очень тяжело...», «Я чувствую, что...».

Ярко выраженные представители этих типов имеют специфические особенности в поведении, типе тела и движениях, в речи, дыхании и т. п. Ведущая сенсорная система оказывает влияние на совместимость и эффективность общения с другими людьми. В жизни люди часто плохо понимают друг друга, в частности от того, что не совпадают их ведущие сенсорные системы. Если необходимо установить хороший контакт с человеком, то нужно использовать те же самые процессуальные слова, что и он. Если же вы хотите установить дистанцию, то можете намеренно употреблять слова из другой системы представлений, отличной от системы собеседника.

2. *Сложные* виды восприятия выделяются в том случае, если одинаково интенсивно мобилизуются несколько анализаторов: зрительно-слуховые; зрительно-слуховые-осязательные; зрительно-двигательные и слухо-двигательные.

Основой еще одного типа классификации являются формы существования материи: пространство, время и движение. В соответствии с этой классификацией выделяют *восприятие пространства, восприятие времени и восприятие движения*.

*Восприятие пространства* – необходимое условие ориентировки человека. Оно включает *восприятие формы, величины и взаимного расположения объектов, их рельефа, удаленности и направления*. Восприятие не всегда дает нам адекватное отражение предметов объективного мира, в литературе описаны многочисленные факты и условия ошибок в восприятии, главным образом *зрительные иллюзии*.

*Восприятие времени* – отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности. Отражая объективную

реальность, восприятие времени дает человеку возможность ориентироваться в окружающей среде. Восприятие продолжительных периодов времени в значительной степени определяется характером переживаний. Обычно время, которое было заполнено интересной, глубоко мотивированной деятельностью, кажется короче, чем время, проведенное в бездействии. Восприятие времени изменяется и в зависимости от эмоционального состояния. Положительные эмоции дают иллюзию быстрого течения времени, отрицательные — субъективно несколько растягивают временные промежутки.

*Восприятие движения* – отражение изменения положения, которое объекты занимают в пространстве. Основную роль в восприятии движения играют зрительный и кинестезический анализаторы. Параметрами движения объекта являются скорость, ускорение и направление. Человек может получать сведения о перемещении объектов в пространстве двумя различными путями: непосредственно воспринимая акт перемещения и на основе умозаключения о движении объекта, который некоторое время находился в другом месте. Движение воспринимается непосредственно, если скорость движущегося объекта такова, что за единицу времени он проходит расстояние не меньше, чем могут различить глаза при данной остроте зрения и дистанции наблюдения. В противном случае мы воспринимаем не само движение, а лишь его результат. Таково умозаключение о движении минутной и часовой стрелок в часах.

В зависимости от степени целенаправленности деятельности личности выделяются *непроизвольное* и *произвольное* восприятие. *Непроизвольное* восприятие может быть вызвано как особенностями окружающих предметов, так и соответствием этих предметов интересам и потребностям личности. *Произвольное* восприятие предполагает постановку цели, приложение волевых усилий, преднамеренный выбор объекта восприятия. Произвольное восприятие переходит в *наблюдение* – целенаправленное, планомерное восприятие объекта с определенной, ясно осознаваемой целью. Наблюдение является наиболее развитой формой произвольного восприятия и характеризуется большой активностью личности.

Важнейшими требованиями к процессу наблюдения являются: постановка цели, планомерность, систематичность, ясность задачи, ее дробление, постановка частных, более конкретных задач. Наблюдению надо специально обучать. Если человек систематически упражняется в наблюдении, совершенствует его культуру, то у него развивается такое свойство личности, как *наблюдательность* – умение подмечать характерные, но малозаметные особенности предметов и явлений.

*Нарушения восприятия.* Восприятие не всегда дает абсолютно верное представление об окружающем мире. Иногда в состоянии умственного переутомления у человека возникает пониженная восприимчивость к внешним стимулам – *гипостезия*. Все вокруг становится неярким, нечетким, блеклым, бесформенным, неинтересным, застывшим. При резком физическом или эмоциональном переутомлении происходит повышение

восприимчивости к совершенно обычным раздражителям – *гипертезия*. Дневной свет вдруг ослепляет, звуки оглушают, запахи раздражают, даже прикосновение одежды к телу кажется грубым и неприятным.

Ошибочное восприятие реальных объектов называется *иллюзиями* (от лат. *illusio* – обманчивый). Иллюзии могут быть аффективными, вербальными и переидолическими. *Аффективные* иллюзии обусловлены подавленным состоянием, плохим настроением, тревогой, страхом – даже висящая на вешалке одежда может показаться грабителем, случайный прохожий – насильником, убийцей. *Вербальные* иллюзии заключаются в ложном восприятии содержания реальных разговоров других людей. Человеку кажется, что все его осуждают, намекают на какие-то неблагоприятные поступки, издеваются над ним, угрожают. *Переидолические* иллюзии вызываются снижением тонуса психической деятельности, пассивностью. Обычные узоры на обоях, трещины на потолке, на полу, различные светотени воспринимаются как яркие картины, сказочные герои, фантастические образы, необыкновенные панорамы.

Иллюзии следует отличать от галлюцинаций – психопатологического проявления восприятия и памяти. *Галлюцинация* – это образ (зрительный, слуховой, обонятельный, осязательный, вкусовой), возникающий в сознании независимо от внешних стимулов и имеющий для человека значение объективной реальности. Галлюцинации являются следствием того, что восприятие оказывается насыщенным не внешними впечатлениями, а внутренними образами. Человек, находящийся во власти галлюцинаций, переживает их как истинно воспринимаемое – он действительно видит, слышит, обоняет, а не представляет все это. Для него субъективные чувственные ощущения так же реальны, как и исходящие из объективного мира.

### *3. Развитие сенсорно-перцептивной сферы школьника*

И ощущение, и восприятие являются активными познавательными процессами, субъектом которых является личность. Важной характеристикой восприятия (отчасти и ощущения) как специально организованной деятельности является его мотивационная сторона, включающая в себя мотивы, цели, установки личности. Уже в процессе формирования образа на него воздействуют потребности и интересы субъекта, определяя его уникальность и особенности эмоциональной окраски. В зависимости от того, есть ли у ученика потребность воспринимать то, что говорится или демонстрируется на уроке, желание и интерес к предмету, будут различны и результаты восприятия. Мотивация во многом определяет продуктивность деятельности, то есть такие ее показатели, как объем (количество объектов восприятия в единицу времени); быстроту, или скорость (время, необходимое для адекватного восприятия); точность (соответствие образа восприятия особенностям предмета и задаче, стоящей перед человеком); полноту (степень такого соответствия); надежность (возможную длительность восприятия с

требуемой точностью). Восприятие зависит и от целей, задач, или, как чаще говорят, от установок человека. От установки зависит, какие объекты, детали будут восприниматься, а на какие человек не обратит внимания, насколько ясным и ярким будет восприятие объектов. Формируясь и углубляясь в процессе целенаправленной деятельности, восприятие переходит в самостоятельную деятельность наблюдения. На разных стадиях развития человека у него меняется глубина проникновения в изучаемое явление (человек переходит от выявления несущественных признаков к существенным). Со временем он научается раскрывать и абстрактные, чувственно не представленные свойства предметов и явлений в их существенных взаимосвязях. И, наконец, восприятие становится сознательным, плановым, систематическим процессом. Таким образом, наблюдение является осмысливающим, интерпретирующим и целенаправленным восприятием. Восприятие информации зависит от осуществляемого человеком вероятностного прогноза ее появления, т. е. от готовности воспринять ее определенным образом, а также от ее значимости. Например, если голос учителя достаточно четок — у учащихся не возникает трудностей в различении слов. Но вот названы совершенно новый для них термин или незнакомая фамилия. В классе возникает шум, учителя просят повторить, сказать по буквам, написать на доске — и возникает непредвиденная задержка. В чем же причина затрудненности восприятия? Это объясняется тем, что восприятие зависит не только от сигналов, пришедших в мозг от рецепторов, но и от того, чего ждет субъект, осуществляющий вероятностный прогноз. Для использования незнакомого термина учащимся недостаточна та четкость, которая вполне пригодна для основного текста объяснения урока. В нем слово может быть восстановлено по контексту: оно ожидается слушателем еще до того, как произнесено учителем. Объясняя урок, учитель должен учитывать, ожидаемой или неожиданной является информация или ее элементы для учащихся. Сигнал опознается тем точнее, чем выше вероятностный прогноз его возникновения.

Перейдем теперь к рассмотрению перцептивных действий, в ходе которых непосредственно формируется собственно образ восприятия. Основой для формирования точного восприятия является выполнение следующих условий: 1) активность; 2) обратная связь; 3) поддержание определенного минимума информации, поступающей к субъекту; 4) сохранение привычной структурированности этой информации.

Развитие любого вида восприятия невозможно без *активного* движения. Психологические исследования подтвердили, что восприятие формы предмета без его активного последовательного ощупывания остается совершенно недоступным. Рука должна активно ощупывать предмет, пытаясь выделить его наиболее информативные точки и объединить их в один образ. Пассивное проведение предмета по руке или руки по предмету не приводит к нужному результату. В тех случаях, когда механизм активного осмотра объекта по каким-либо причинам не сформирован, дефекты осмотра проявляются наиболее отчетливо. Например, для слепорожденных детей, которые

становятся зрячими после операции в 12–14 лет, видимый мир вначале лишен всякого смысла. Знакомые предметы они узнают по-прежнему лишь на ощупь. Только после долгой тренировки у них развивается способность зрительно узнавать предметы. Изначально процесс зрительного восприятия также происходит путем последовательного двигательного анализа объекта. Не случайно говорят, что «неподвижный глаз слеп». И. М. Сеченов указывал на то, что глаз, рассматривающий предмет, производит принципиально такие же «ощупывающие» движения, как и рука. Слуховое восприятие также представляет собой активный процесс, включающий в свой состав моторные компоненты. Отличие слухового восприятия от осязательного и зрительного заключается лишь в том, что в нем двигательные компоненты отделены от слуха и выделены в особую систему пропевания голосом для музыкального слуха и проговаривания для речевого слуха. В осязательном и зрительном восприятии движения включены в ту же систему анализаторов (ощупывающие движения руки, поисковые движения глаз).

Вторым существенным условием для формирования адекватного образа является обратная связь, то есть постоянное получение информации о том, насколько точен возникший образ. Если ее нет, то даже при наличии активности воспринимающего органа взаимосвязи между сигналами двигательного и других анализаторов не устанавливаются. Впечатляющим экспериментом в этом плане является воздействие на восприятие разнообразных искажающих очков. Такие очки могут менять местами правую и левую, верхнюю и нижнюю части сетчаточного образа, одна из частей может сжиматься, а другая расширяться. У человека, надевшего такие очки, соответственно искажается и наблюдаемая картина окружающего мира. Если испытуемому не представлялась возможность практического взаимодействия со средой во время ношения очков, то его восприятие не перестраивалось. Но если он пытался взаимодействовать, то не искаженное восприятие мира у него восстанавливалось. Вот почему учителю важно знать, на какие признаки опирается ученик при восприятии объекта, может ли он узнать его, если условия демонстрации меняются. Хорошим средством установления обратной связи является решение задач по новому учебному материалу, когда закрепляемые образы оказываются в разных условиях.

Кроме активности и обратной связи, обязательным для правильного восприятия является также поддержание определенного минимума информации, поступающей в мозг из внешней и внутренней среды (сенсорная стимуляция). Значение этого условия демонстрируется в исследованиях по сенсорной депривации. Суть этого явления заключается в том, что испытуемых изолируют от внешних воздействий с помощью специальных приемов. Для устранения всех видов ощущений испытуемого помещают в теплую ванну, надевают ему светонепроницаемые очки, звукоизолируют, исключают обонятельные ощущения. В таких условиях он начинает испытывать большие трудности в управлении своими мыслями, он теряет ориентировку в строении собственного тела, начинаются галлюцинации и кошмары. В целом умственная деятельность в условиях изоляции приходит в

упадок. А после пребывания в изоляции у испытуемого на некоторое время нарушены все свойства восприятия: изменяется восприятие цвета, формы, размера, расстояния, плоские поверхности кажутся изогнутыми и т. д. Если человек попадает в условия естественного «сенсорного голодания», например, в космос, он стремится к творческой деятельности: лепит, пишет стихи, сочиняет рассказы. В условиях вынужденного одиночества внутренняя речь может становиться внешней, осуществляя функцию общения человека с самим собой. Все это свидетельствует о том, что для нормального восприятия необходим определенный приток сигналов из внешней среды. Это помогает понять состояние ученика с пробелами в знаниях, который перестает понимать на уроке, что объясняет учитель. Как правило, он начинает «отвлекаться», не слушать. Педагогическая проблема дисциплины на уроке во многом может иметь глубокие психологические причины, коренящиеся в нарушении указанного условия правильного восприятия.

Важным условием нормального функционирования восприятия является организация и структурирование получаемой информации. Попав в условия, где в поле восприятия нет привычной расчлененности и организованности, человек испытывает нарушения других психических функций. Примером может служить эксперимент, в процессе которого испытуемого в скафандре помещали в резервуар с водой. В таком положении он в первые полчаса засыпал, а когда просыпался, то возникали нарушения восприятия. Не различался верх и низ, лево и право. В сознании царил лишь одна какая-нибудь мысль, от которой нельзя было избавиться. Если через наушники подавалась какая-то фраза, то эта навязчивая мысль замещалась новой. И только когда через наушники подавался связный текст, то мышление испытуемого нормализовывалось. Таким образом, если учитель не структурирует информацию, подаваемую на уроке, монотонно излагает учебный материал, то это приводит к изменению качества восприятия.

Итак, перцептивная деятельность обусловлена общепсихологической структурой деятельности: от характера мотивов человека зависит продуктивность восприятия и переход его в иное качество — наблюдение. Перцептивные действия обеспечивают правильность восприятия при условии обеспечения активности, обратной связи, поддержания определенного минимума осваиваемой информации, а также ее привычной структуризации. Сохранение этих особенностей познавательной деятельности на уроке обуславливает эффективность учения школьников.

## **Тема 4 Внимание и память**

*1. Понятие памяти*

*2. Процессы памяти*

*3. Понятие внимания*

***4. Развитие внимания и памяти школьников.***

*1. Понятие памяти*

Впечатления, которые человек получает об окружающем мире, оставляют определенный след, сохраняются, закрепляются, а при необходимости и возможности — воспроизводятся. Таким образом, запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом его опыта называется *памятью*.

Память лежит в основе способностей человека, является условием научения, приобретения знаний, формирования умений и навыков. Без памяти невозможно нормальное функционирование ни личности, ни общества.

*Виды памяти.* Существует несколько основных подходов в классификации памяти. По характеру психической активности, преобладающей в деятельности, память делят на двигательную, эмоциональную, образную и словесно-логическую; по характеру целей деятельности — на произвольную и произвольную; продолжительности закрепления и сохранения материала (в связи с его ролью и местом в деятельности) — на кратковременную, долговременную и оперативную.

Классификация видов памяти по характеру психической активности была впервые предложена П. П. Блонским. Хотя все четыре выделенные им вида памяти (двигательная, эмоциональная, образная и словесно-логическая) не существуют независимо друг от друга, и более того, находятся в тесном взаимодействии, Блонскому удалось определить различия между отдельными видами памяти.

Рассмотрим характеристики этих четырех видов памяти.

*Двигательная (или моторная) память* — это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений. Двигательная память является основой для формирования различных практических и трудовых навыков, равно как и навыков ходьбы, письма и т. д. Без памяти на движения мы должны были бы каждый раз учиться осуществлять соответствующие действия.

*Эмоциональная память* — это память на чувства. Данный вид памяти заключается в нашей способности запоминать и воспроизводить чувства. Эмоции всегда сигнализируют о том, как удовлетворяются наши потребности и интересы, как осуществляются наши отношения с окружающим миром. Поэтому эмоциональная память имеет очень важное значение в жизни и деятельности каждого человека. Пережитые и сохраненные в памяти чувства выступают в виде сигналов, либо побуждающих к действию, либо удерживающих от действий, вызвавших в прошлом отрицательные переживания.

*Образная память* — это память на представления, картины природы и жизни, а также на звуки, запахи, вкусы и др.

*Словесно -логическая* память выражается в запоминании и воспроизведении наших мыслей. Мы запоминаем и воспроизводим мысли, возникшие у нас в процессе обдумывания, размышления, помним содержание прочитанной книги, разговора с друзьями. словесно-логическая память проявляется в двух случаях: а) запоминается и воспроизводится только смысл данного материала, а точное сохранение подлинных



выражений не требуется; б) запоминается не только смысл, но и буквальное словесное выражение мыслей (заучивание мыслей).

В зависимости от целей деятельности память делят на *непроизвольную* и *произвольную*. В первом случае имеется в виду запоминание и воспроизведение, которое осуществляется автоматически, без волевых усилий человека, без контроля со стороны сознания. При этом отсутствует специальная цель что-то запомнить или припомнить, т. е. не ставится специальная мнемическая задача. Во втором случае такая задача присутствует, а сам процесс требует волевого усилия.

Непроизвольное запоминание не обязательно является более слабым, чем произвольное. Напротив, часто бывает так, что непроизвольно запомненный материал воспроизводится лучше, чем материал, который специально запоминался. Например, непроизвольно услышанная фраза или воспринятая зрительная информация часто запоминается более надежно, чем если бы мы попытались запомнить ее специально. Непроизвольно запоминается материал, который оказывается в центре внимания, и особенно тогда, когда с ним связана определенная умственная работа.

По времени сохранения материала выделяют *мгновенную*, *кратковременную*, *оперативную*, *долговременную* и *генетическую* память. Существует также деление памяти на *кратковременную* и *долговременную*.

*Мгновенная*, или *иконическая*, память связана с удержанием точной и полной картины только что воспринятого органами чувств, без какой бы то ни было переработки полученной информации. Эта память — непосредственное отражение информации органами чувств. Ее длительность от 0,1 до 0,5 с. Мгновенная память представляет собой полное остаточное впечатление, которое возникает от непосредственного восприятия стимулов. Это — память-образ.

*Кратковременная* память представляет собой способ хранения информации в течение короткого промежутка времени. Длительность удержания мнемических следов здесь не превышает нескольких десятков секунд, в среднем около 20 (без повторения). В кратковременной памяти сохраняется не полный, а лишь обобщенный образ воспринятого, его наиболее существенные элементы. Эта память работает без предварительной сознательной установки на запоминание, но зато с установкой на последующее воспроизведение материала. Кратковременную память характеризует такой показатель, как объем. Он в среднем равен от 5 до 9 единиц информации и определяется по числу единиц информации, которое человек в состоянии точно воспроизвести спустя несколько десятков секунд после однократного предъявления ему этой информации.

*Оперативной* называют память, рассчитанную на хранение информации в течение определенного, заранее заданного срока, в диапазоне от нескольких секунд до нескольких дней. Срок хранения сведений этой памяти определяется задачей, вставшей перед человеком, и рассчитан только на решение данной задачи. После этого информация может исчезать из оперативной памяти. Этот вид памяти по длительности хранения информации

и своим свойствам занимает промежуточное положение между кратковременной и долговременной.

*Долговременная* — это память, способная хранить информацию в течение практически неограниченного срока. Информация, попавшая в хранилища долговременной памяти, может воспроизводиться человеком сколько угодно раз без утраты. Более того, многократное и систематическое воспроизведение данной информации только упрочивает ее следы в долговременной памяти.

Кратковременная память играет большую роль в жизни человека. Благодаря ей перерабатывается самый большой объем информации, сразу отсеивается ненужная и остается потенциально полезная. Вследствие этого не происходит информационной перегрузки долговременной памяти излишними сведениями, экономится время человека. Без хорошей кратковременной памяти невозможно нормальное функционирование долговременной памяти. В последнюю может проникнуть и надолго отложиться лишь то, что когда-то было в кратковременной памяти, поэтому кратковременная память выступает в виде своеобразного буфера, который пропускает лишь нужную, уже отобранную информацию в долговременную память. При этом переход информации из кратковременной в долговременную память связан с рядом особенностей. Так, в кратковременную память в основном попадают последние пять-шесть единиц информации, полученной через органы чувств. Перевод из кратковременной памяти в долговременную осуществляется благодаря волевому усилию. Причем в долговременную память можно перевести информации гораздо больше, чем позволяет индивидуальный объем кратковременной памяти. Это достигается путем повторения материала, который надо запомнить. В результате происходит наращивание общего объема запоминаемого материала.

## *2. Процессы памяти*

*Запоминание* — это процесс запечатления и последующего сохранения воспринятой информации. По степени активности протекания этого процесса принято выделять два вида запоминания: *непреднамеренное (или произвольное)* и *преднамеренное (или произвольное)*.

*Непреднамеренное* запоминание — это запоминание без заранее поставленной цели, без использования каких-либо приемов и проявления волевых усилий. Это простое запечатление того, что воздействовало на нас и сохранило некоторый след от возбуждения в коре головного мозга.

В отличие от произвольного запоминания *произвольное* (или преднамеренное) запоминание характеризуется тем, что человек ставит перед собой определенную цель — запомнить некую информацию — и использует специальные приемы запоминания. Произвольное запоминание представляет собой особую и сложную умственную деятельность, подчиненную задаче запомнить. Кроме того, произвольное запоминание включает в себя разнообразные действия, выполняемые для того, чтобы лучше достичь поставленной цели. К таким действиям, или способам запоминания материала, относится *заучивание*, суть которого заключается в

многократном повторении учебного материала до полного и безошибочного его запоминания.

Главная особенность преднамеренного запоминания — это проявление волевых усилий в виде постановки задачи на запоминание. Многократное повторение позволяет надежно и прочно запомнить материал, во много раз превышающий объем индивидуальной кратковременной памяти.

Рубинштейн полагал, что нельзя делать однозначные выводы о большей эффективности произвольного или непроизвольного запоминания. Преимущества произвольного запоминания со всей очевидностью выступают лишь на первый взгляд. Исследования известного отечественного психолога П. И. Зинченко убедительно доказали, что установка на запоминание, делающая его прямой целью действия субъекта, не является сама по себе решающей для эффективности процесса запоминания. В определенных случаях непроизвольное запоминание может оказаться эффективнее произвольного. В опытах Зинченко непреднамеренное запоминание картинок в ходе деятельности, целью которой была их классификация (без задачи запомнить), оказалось определенно выше, чем в случае, когда перед испытуемым была поставлена задача специально запомнить картинки.

Посвященное той же проблеме исследование А. А. Смирнова подтвердило, что непроизвольное запоминание может быть продуктивнее, чем преднамеренное: то, что испытуемые запоминали непроизвольно, попутно в процессе деятельности, целью которой было не запоминание, запомнилось прочнее, чем то, что они старались запомнить специально. Следовательно, запоминание, включенное в какую-нибудь деятельность, оказывается наиболее эффективным, поскольку оказывается в зависимости от деятельности, в ходе которой оно совершается. Запоминается, как и осознается, прежде всего то, что составляет цель нашего действия. Однако то, что не относится к цели действия, запоминается хуже, чем при произвольном запоминании, направленном именно на данный материал. При этом все же необходимо учитывать, что подавляющее большинство наших систематических знаний возникает в результате специальной деятельности, целью которой — запомнить соответствующий материал, с тем чтобы сохранить его в памяти. Такая деятельность, направленная на запоминание и воспроизведение удержанного материала, называется *мнемической деятельностью*.

Для большей эффективности произвольного запоминания необходимо соблюдение следующих условий:

- наличие психологической установки на запоминание;
- уяснение значения приобретаемых знаний;
- самоконтроль, сочетание запоминания с воспроизведением;
- опора на рациональные приемы запоминания.

К рациональным приемам запоминания (мнемическим приемам) относятся выделение опорных пунктов, смысловая группировка материала, выделение основного, главного, составление плана и др.

Принято выделять *осмысленное* и *механическое* запоминание. *Механическое запоминание* — это запоминание без осознания логической связи между различными частями воспринимаемого материала. Примером такого запоминания является заучивание статистических данных, исторических дат и т. д. *Основой механического запоминания являются ассоциации по смежности*. Одна часть материала связывается с другой только потому, что следует за ней во времени. Для того чтобы установилась такая связь, необходимо многократное повторение материала. В отличие от этого *осмысленное запоминание* основано на понимании внутренних логических связей между отдельными частями материала. Два положения, из которых одно является выводом из другого, запоминаются не потому, что следуют во времени друг за другом, а потому, что связаны логически. Поэтому осмысленное запоминание всегда связано с процессами мышления и опирается главным образом на обобщенные связи между частями материала на уровне второй сигнальной системы.

Доказано, что осмысленное запоминание во много раз продуктивнее механического. Механическое запоминание неэкономно, требует многих повторений. Механически заученное человек не всегда может припомнить к месту и ко времени. Осмысленное же запоминание требует от человека значительно меньше усилий и времени, но является более действенным. Однако практически оба вида запоминания — механическое и осмысленное — тесно переплетаются друг с другом. Заучивая наизусть, мы главным образом основываемся на смысловых связях, но точная последовательность слов запоминается при помощи ассоциаций по смежности. С другой стороны, заучивая даже бессвязный материал, мы, так или иначе, пытаемся построить смысловые связи. Так, один из способов увеличения объема и прочности запоминания не связанных между собою слов состоит в создании условной логической связи между ними. Очень важно также правильно распределить повторение во времени. В психологии известны два способа повторения: *концентрированное* и *распределенное*. При первом способе материал заучивается в один прием, повторение следует одно за другим без перерыва. Например, если для заучивания стихотворения требуется 12 повторений, то ученик 12 раз подряд читает его, пока не выучит. При распределенном повторении каждое чтение отделено от другого некоторым промежутком. Проводимые исследования показывают, что распределенное повторение рациональнее концентрированного. Оно экономит время и энергию, способствуя более прочному усвоению знаний.

**Сохранение** представляет собой процесс более или менее длительного удержания в памяти сведений, полученных в опыте. С физиологической точки зрения сохранение — это существование следов в скрытой форме. Это не пассивный процесс удержания информации, а процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.

Сохранение прежде всего зависит:

- от установок личности;
- силы воздействия запоминаемого материала;

- интереса к отражаемым воздействиям;
- состояния человека. При утомлении, ослаблении нервной системы, тяжелом заболевании забывание проявляется очень резко. Процесс сохранения имеет две стороны – собственно сохранение и забывание.

**Забывание** – это естественный процесс угасания, ликвидации, стирания следов, затормаживания связей. Оно носит избирательный характер: забывается то, что не важно для человека, не соответствует его потребностям. Забывание – целесообразный, естественный и необходимый процесс, который дает мозгу возможность освободиться от избытка ненужной информации.

Забывание может быть *полным* – материал не только не воспроизводится, но и не узнается; *частичным* – человек узнает материал, но воспроизвести его не может или воспроизводит с ошибками; *временным* – при торможении нервных связей, *полным* – при их угасании.

Следует обратить внимание на то, что забывание протекает во времени неравномерно. Наибольшая потеря материала происходит сразу же после его восприятия, а в дальнейшем забывание идет медленнее. Например, опыты Эббингауза, о которых мы говорили в первом разделе данной главы, показали, что через час после заучивания 13 бессмысленных слогов забывание достигает 56 %, в дальнейшем же оно идет медленнее (рис. 10.3). Причем такая же закономерность характерна и для забывания осмысленного материала.

В настоящее время известны факторы, влияющие на скорость протекания процессов забывания. Так, забывание протекает быстрее, если материал недостаточно понят человеком. Кроме того, забывание происходит быстрее, если материал неинтересен человеку, не связан непосредственно с его практическими потребностями. Этим объясняется тот факт, что взрослые люди лучше помнят то, что относится к их профессии, что связано с их жизненными интересами, а школьники хорошо помнят материал, который их увлекает, и быстро забывают то, что их не интересует.

Скорость забывания также зависит от объема материала и степени трудности его усвоения: чем больше объем материала или чем он труднее для восприятия, тем быстрее происходит забывание. Другим фактором, ускоряющим процесс забывания, является отрицательное влияние деятельности, следующей за заучиванием. Это явление *называют ретроактивным торможением*. Таким образом, ретроактивное торможение выражено заметнее, если деятельность следует без перерыва или последующая деятельность сходна с предыдущей, а также если последующая деятельность труднее предшествующей деятельности. Физиологической основой ретроактивного торможения в последнем случае является отрицательная индукция: трудная деятельность затормозила более легкую. Указанную закономерность необходимо иметь в виду при организации учебной работы. Особенно важно соблюдать перерывы в занятиях, чередовать учебные предметы так, чтобы между ними были значительные отличия, — предметы, трудные для усвоения, ставить раньше, чем легкие.

**Воспроизведение** – самый активный, творческий процесс, заключающийся в воссоздании в деятельности и общении сохраненного в памяти материала. Различают следующие его формы: узнавание, произвольное воспроизведение, произвольное воспроизведение, припоминание и воспоминание.

*Узнавание* – это восприятие объекта в условиях его повторного восприятия, которое происходит благодаря наличию слабого следа в коре головного мозга. Узнать легче, чем воспроизвести. Из 50 объектов человек узнает 35.

*Непроизвольное* воспроизведение – это воспроизведение, которое осуществляется как бы «само собой». Существуют и навязчивые формы воспроизведения какого-либо представления памяти, движения, речи, которые называются *персеверацией* (от лат. упорствую). Физиологическим механизмом персеверации является инертность процесса возбуждения в коре головного мозга, так называемый «застойный очаг возбуждения». Персеверация может происходить у вполне здорового человека, но чаще наблюдается при утомлении, кислородном голодании. Иногда навязчивая идея, мысль (идефикс) становится симптомом нервно-психического расстройства – невроза.

*Произвольное* воспроизведение—это воспроизведение с заранее поставленной целью, осознанием задачи, приложением усилий.

*Припоминание* – активная форма воспроизведения, связанная с напряжением, требующая волевого усилия и специальных приемов – ассоциирования, опоры на узнавание. Припоминание зависит от ясности поставленных задач, логической упорядоченности материала.

*Воспоминание* – воспроизведение образов при отсутствии восприятия объекта, «историческая память личности».

### **3. Понятие внимания**

Внимание — это особая форма психической активности человека. Оно представляет собой психологический феномен, в отношении которого до настоящего времени среди психологов нет единого мнения. С одной стороны, в психологической литературе рассматривается вопрос о существовании внимания как самостоятельного психического явления, а с другой стороны, некоторые авторы утверждают, что внимание не может рассматриваться как самостоятельное явление, поскольку оно в той или иной мере присутствует в любом другом психическом процессе.

**Внимание** – это состояние направленности и сосредоточенности сознания на каких-либо объектах с одновременным отвлечением от всего остального.

Под *направленностью* понимается селективный, избирательный характер протекания познавательной деятельности. Внимание может быть направлено на объекты окружающего мира (внешненаправленное внимание) или на собственные мысли, чувства, переживания человека (внутреннее, или самонаправленное, внимание).

Под *сосредоточенностью* подразумевается удержание внимания на одном объекте, игнорирование остальных объектов, большее или меньшее углубление в содержание психической деятельности.

*Функции внимания:*

– отбор значимых, соответствующих потребностям, воздействий и игнорирование других.

– удержание какой-либо деятельности на протяжении длительного времени.

– регуляция и контроль протекания действия.

*Физиологические основы внимания.* Физиологическим механизмом внимания является взаимодействие нервных процессов (возбуждения и торможения), протекающих в коре головного мозга на основе закона индукции нервных процессов, согласно которому всякий возникающий в коре головного мозга очаг возбуждения вызывает торможение окружающих участков. Эти очаги возбуждения могут быть разными по силе и величине.

И.П. Павлов выделил у животных *безусловный ориентировочно-исследовательский рефлекс* «Что такое?». Биологическое значение этого рефлекса состоит в том, что животное выделяет в окружающей среде новый раздражитель и реагирует соответственно с его значением. Данный рефлекс является врожденным и у людей, в нем ясно прослеживается зависимость внимания от внешних раздражителей. Этот механизм не может объяснить всей сложности произвольного внимания человека, развившегося в процессе трудовой деятельности и приобретшего новые условно-рефлекторные механизмы.

Понять физиологическую основу внимания помогает и открытое И.П. Павловым явление *очага оптимального возбуждения* – очага средней силы, очень подвижного, наиболее благоприятного для образования новых временных связей, что обеспечивает ясную работу мысли, произвольное запоминание.

Изучая физиологическую деятельность мозга, русский физиолог А.А. Ухтомский (создал учение о доминанте. *Доминанта* – это господствующий очаг возбуждения, отличающийся большой силой, постоянством, способностью усиливаться за счет других очагов, переключая их на себя. Наличие доминирующего очага возбуждения в коре головного мозга позволяет понять такую степень сосредоточения человека на каком-либо предмете или явлении, когда посторонние раздражители не в силах вызвать отвлечение внимания.

*Виды внимания.* Принято выделять следующие виды внимания: произвольное, непроизвольное и послепроизвольное.

*Непроизвольное* внимание возникает без всякого намерения человека, без заранее поставленной цели и не требует волевых усилий. Слово «непроизвольное» в этом словосочетании имеет несколько синонимов: непреднамеренное, пассивное, эмоциональное. Все они помогают раскрыть его особенности. Когда говорят о пассивности, имеют в виду зависимость непроизвольного внимания от объекта, который его привлек, подчеркивают

отсутствие усилий для сосредоточения со стороны человека. Называя непроизвольное внимание эмоциональным, подчеркивают связь между объектом внимания и эмоциями, интересами, потребностями человека.

Выделяются две группы причин, вызывающих непроизвольное внимание. В *первую группу* входят особенности раздражителя, когда сосредоточение сознания на объекте происходит в силу именно этого обстоятельства:

- степень интенсивности, сила раздражителя (громкий звук, резкий запах, яркий свет). В ряде случаев важна не абсолютная, а относительная интенсивность (соотношение по силе с другими раздражителями, действующими в данный момент);
- контраст между раздражителями (большой предмет среди маленьких);
- новизна объекта – абсолютная и относительная (необычное сочетание знакомых раздражителей);
- ослабление или прекращение действия раздражителя, периодичность в действии (пауза в речи, мерцающий маяк).

Перечисленные особенности раздражителя ненадолго превращают его в объект внимания. Более длительное сосредоточение на объекте связывается с личностными особенностями человека – потребностями, интересами, эмоциональной значимостью и т. п. Поэтому во *второй группе* причин возникновения непроизвольного внимания фиксируется соответствие внешних раздражителей потребностям личности.

*Произвольное* внимание – это сознательное регулируемое сосредоточение на объекте, внимание, возникающее вследствие сознательно поставленной цели и требующее волевых усилий для его поддержания.

Произвольное внимание зависит не от особенностей объекта, а от поставленной личностью цели, задачи. Человек сосредоточивается не на том, что для него интересно или приятно, а на том, что он *должен* делать. Произвольное внимание – продукт социального развития. Способность произвольно направлять и поддерживать внимание развилась у человека в процессе труда, так как без этого невозможно осуществлять длительную и планомерную трудовую деятельность.

Для возникновения и поддержания произвольного внимания необходимо соблюдение некоторых условий:

- осознание долга и обязанности;
- понимание конкретной задачи выполняемой деятельности;
- привычные условия работы;
- возникновение косвенных интересов – не к процессу, а к результату деятельности;
- сосредоточение внимания на умственной деятельности облегчается, если в познание включено практическое действие;
- важным условием поддержания внимания является психическое состояние человека;
- создание благоприятных условий, исключение отрицательно действующих посторонних раздражителей. При этом надо помнить, что



слабые побочные раздражители не снижают эффективность работы, а повышают ее.

*Послепроизвольное* внимание – это внимание, возникающее на основе произвольного, после него, когда для его поддержания уже не требуется волевых усилий. По психологическим характеристикам послепроизвольное внимание близко к непроизвольному: оно также возникает на основе интереса к предмету, но характер интереса в этом случае иной – он проявляется к результату деятельности. Это можно проиллюстрировать следующим образом: вначале работа не увлекает человека, он заставляет себя заняться ею, прилагает серьезные волевые усилия для поддержания сосредоточения, но постепенно увлекается, втягивается – ему становится интересно.

Кроме этого, выделяются еще сенсорное внимание, связанное с восприятием различных раздражителей (зрительное и слуховое); внимание, объектом которого являются мысли и воспоминания человека; индивидуальное и коллективное внимание.

*Свойства внимания.* Говоря о развитии и воспитании внимания, имеют в виду совершенствование его свойств, которые можно условно разделить на три группы: свойства, характеризующие силу, широту, и динамические свойства внимания.

1. *Свойства, характеризующие силу (интенсивность) внимания.* К ним относятся сосредоточенность и устойчивость внимания.

*Сосредоточенность (концентрация)* – это удержание внимания на одном объекте или деятельности, полная поглощенность явлением, мыслями. Она обеспечивает углубленное изучение познаваемых объектов. Показателем интенсивности является «помехоустойчивость», невозможность отвлечь внимание от предмета деятельности посторонними раздражителями.

С сосредоточенностью тесно связано такое свойство, как *устойчивость* – время сохранения сосредоточения, длительность удержания внимания на чем-либо, сопротивляемость утомляемости и отвлечению.

Состоянием, противоположным устойчивости, является *отвлекаемость*, причиной которой часто бывает непосильная и чрезмерно обширная деятельность. На устойчивость внимания значительное влияние оказывает интерес. Например, при выполнении однотипных упражнений первые из них ученик делает внимательно, сосредоточенно, а дальше, когда материал уже достаточно освоен, интерес утрачивается, ребенок работает механически, устойчивость внимания страдает.

2. *Свойства, характеризующие широту внимания.* Это прежде всего объем внимания, измеряемый тем количеством объектов, которые могут быть одновременно восприняты с достаточной степенью ясности.

Внимание может очень быстро переходить от одного объекта к другому, что создает иллюзию большого объема внимания. Объем внимания взрослого человека равен «магическому числу Миллера»:  $7 \pm 2$ . Он зависит от многих обстоятельств: степени знакомости объектов, связи между ними, их группировки.

Во вторую группу входит и *распределение* внимания, которое выражается в умении удерживать в центре внимания несколько объектов, одновременно выполнять два или несколько видов деятельности. Уровень распределения зависит от характера совмещаемых видов деятельности, их сложности и знакомости.

3. *Динамические свойства внимания.* Это прежде всего *колебание* – произвольное периодическое кратковременное изменение интенсивности внимания, и *переключение* – сознательный перенос внимания с одного объекта на другой, быстрый переход от одной деятельности к другой. Переключение может быть *преднамеренным*, сопровождающимся участием волевых усилий (при изменении характера деятельности, постановке новых задач), и *непреднамеренным*, протекающим легко, без особого напряжения и волевых усилий. Если внимание «соскальзывает» со штатной деятельности, это квалифицируется как *отвлечение*.

Одним из распространенных недостатков внимания является *рассеянность*. Этим термином обозначают совершенно разные, в каком-то смысле даже противоположные состояния. В частности, это так называемая *мнимая* рассеянность как следствие чрезмерной сосредоточенности, когда человек ничего не замечает вокруг. Она наблюдается у людей, увлеченных работой, охваченных сильными переживаниями, – ученых, творческих работников. *Истинная* рассеянность представляет собой частую произвольную отвлекаемость от основной деятельности, слабость произвольного внимания, нарушение сосредоточенности. У людей такого типа скользкое, порхающее внимание. Истинная рассеянность может быть вызвана утомлением, начинающимся заболеванием, а может возникнуть и в результате плохого воспитания, когда ребенок не приучен к сосредоточенной работе, не умеет доводить начатое дело до конца.

#### **4. Развитие внимания и памяти школьников.**

*Развитие внимания.* Внимание, как и большинство психических процессов, имеет свои этапы развития. В первые месяцы жизни у ребенка отмечается наличие только произвольного внимания. Ребенок вначале реагирует только на внешние раздражители. Причем это происходит только в случае их резкой смены, например, при переходе от темноты к яркому свету, при внезапных громких звуках, при смене температуры и т. п. Начиная с третьего месяца ребенок все больше интересуется объектами, тесно связанными с его жизнью, т. е. наиболее близкими к нему. В пять-семь месяцев ребенок уже в состоянии достаточно долго рассматривать какой-нибудь предмет, ощупывать его, брать в рот. Особенно заметно проявление его интереса к ярким и блестящим предметам. Это позволяет говорить о том, что его произвольное внимание уже достаточно развито. Зачатки произвольного внимания обычно начинают проявляться к концу первого — началу второго года жизни. Большое значение для развития произвольного внимания имеет игра. В процессе игры ребенок учится координировать свои движения согласно задачам игры и направлять

свои действия в соответствии с ее правилами. В дошкольном возрасте у детей преобладает непроизвольное внимание. Ребенок легко отвлекается на посторонние раздражители. Его внимание чрезмерно эмоционально: он еще плохо владеет своими чувствами. Постепенно путем упражнений и волевых усилий у ребенка формируется способность управлять своим вниманием. Особое значение для развития произвольного внимания имеет школа. Обучение в школе — сильнейший стимул развития внимания. В процессе школьных занятий ребенок приучается к дисциплине. У него формируется усидчивость, способность контролировать свое поведение. В школьном возрасте развитие произвольного внимания также проходит определенные стадии. В первых классах ребенок не может еще полностью контролировать свое поведение на уроках. У него по-прежнему преобладает непроизвольное внимание. Поэтому опытные учителя стремятся сделать свои занятия яркими, захватывающими внимание ребенка, что достигается периодической сменой формы подачи учебного материала. Чтобы привлечь внимание ребенка, изложение учебного материала должно быть предельно наглядным. В старших классах произвольное внимание ребенка достигает более высокого уровня развития. Школьник уже в состоянии достаточно длительное время заниматься определенным видом деятельности, контролировать свое поведение.

Физиологические изменения, наблюдаемые в возрасте 13–15 лет, сопровождаются повышенной утомляемостью и раздражительностью и в некоторых случаях приводят к снижению характеристик внимания. Это явление обусловлено не только физиологическими изменениями организма ребенка, но и значительным возрастанием потока воспринимаемой информации и впечатлений школьника. На юность и зрелость приходится вершина развития внимания. Это период, когда человек способен к высочайшей интенсивности и сосредоточенности внимания, к наивысшим достижениям в практической и интеллектуальной деятельности.

*Развитие памяти.* С раннего детства процесс развития памяти ребенка идет по нескольким направлениям. Во-первых, механическая память постепенно дополняется и замещается логической. Во-вторых, непосредственное запоминание со временем превращается в опосредствованное, связанное с активным и осознанным использованием для запоминания и воспроизведения различных мнемотехнических приемов и средств. В-третьих, непроизвольное запоминание, доминирующее в детстве, у взрослого человека превращается в произвольное.

В онтогенезе все виды памяти формируются у ребенка довольно рано и в определенной последовательности. Позже других складывается и начинает работать *логическая память*, или, как ее иногда называл П.П.Блонский, «память-рассказ». Она имеется уже у ребенка 3—4-летнего возраста в сравнительно элементарных формах, но достигает нормального уровня развития лишь в подростковом и юношеском возрасте. Ее совершенствование и дальнейшее улучшение связаны с обучением человека основам наук. Начало *образной памяти* связывается со вторым годом жизни, и считается, что этот

вид памяти достигает своей высшей точки только к юношескому возрасту. Ранее других, около 6 месяцев от роду, начинает проявлять себя *аффективная память*, а самая первая по времени — это *моторная*, или *двигательная*, память. В генетическом плане она предшествует всем остальным. Так считал П.П.Блонский. Однако многие данные, в частности факты, свидетельствующие о весьма ранней онтогенетической эмоциональной откликаемости младенца на обращение матери, говорят о том, что, по-видимому, раньше других начинает действовать аффективная, а не двигательная память. Но окончательного ответа на данный вопрос пока не получено.

Под несколько иным углом зрения рассматривал историческое развитие памяти человека Л.С.Выготский. Он считал, что совершенствование памяти человека в филогенезе шло главным образом по линии *улучшения средств запоминания и изменения связей мнемической функции с другими психическими процессами и состояниями человека*.

Память по мере своего развития все более сближалась с мышлением. «Анализ показывает, — писал Л.С.Выготский, — что мышление ребенка во многом определяется его памятью... Мыслить для ребенка раннего возраста — значит вспоминать... Никогда мышление не обнаруживает такой корреляции с памятью, как в самом раннем возрасте. Мышление здесь развивается в непосредственной зависимости от памяти». Исследование форм недостаточно развитого детского мышления, с другой стороны, обнаруживает, что они представляют собой припоминание по поводу одного частного случая аналогично случаю, имевшему место в прошлом. Решающие события в жизни человека, изменяющие отношения между памятью и другими его психологическими процессами, происходят ближе к юношескому возрасту, причем по своему содержанию эти изменения порой противоположны тем, которые существовали между памятью и психическими процессами в ранние годы. Например, отношение «мыслить — значит припоминать» с возрастом у ребенка заменяется на отношение, согласно которому само запоминание сводится к мышлению: «запомнить или вспомнить — значит понять, осмыслить, сообразить».

Специальные исследования непосредственного и опосредствованного запоминания в детском возрасте провел А.Н.Леонтьев. Он экспериментально показал, как один мнемический процесс — непосредственное запоминание — с возрастом постепенно замещается другим, опосредствованным. Это происходит благодаря усвоению ребенком более совершенных стимулов-средств запоминания и воспроизведения материала. Роль мнемотехнических средств в совершенствовании памяти, по мнению А.Н.Леонтьева, состоит в том, что, «обращаясь к употреблению вспомогательных средств, мы тем самым изменяем принципиальную структуру нашего акта запоминания; прежде прямое, *непосредственное* наше запоминание становится *опосредствованным*.

## Тема 5 Мышление и воображение

1. Понятие мышления

2. Понятие воображения

3. Развитие мышления и воображения школьников.

1. Понятие мышления

Ощущение и восприятие дают нам знание единичного — отдельных предметов и явлений реального мира. Мышление является высшим познавательным процессом. Оно представляет собой порождение нового знания, активную форму творческого отражения и преобразования человеком действительности.

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

Мышление как особый психический процесс имеет ряд специфических характеристик и признаков. Первым таким признаком является *обобщенное* отражение действительности, поскольку мышление есть отражение общего в предметах и явлениях реального мира и применение обобщений к единичным предметам и явлениям.

Вторым, признаком мышления является *опосредованное* познание объективной реальности. Суть опосредованного познания заключается в том, что мы в состоянии выносить суждения о свойствах или характеристиках предметов и явлений без непосредственного контакта с ними, а путем анализа косвенной информации.

Следующей важнейшей характерной особенностью мышления является то, что мышление всегда связано с решением той или иной *задачи*, возникшей в процессе познания или в практической деятельности. Процесс мышления начинает наиболее ярко проявляться лишь тогда, когда возникает проблемная ситуация, которую необходимо решить. Мышление всегда начинается с *вопроса*, ответ на который является *целью* мышления. Причем ответ на этот вопрос находится не сразу, а с помощью определенных умственных операций, в процессе которых происходит видоизменение и преобразование имеющейся информации.

Исключительно важная особенность мышления — это неразрывная связь с речью. Тесная связь мышления и речи находит свое выражение прежде всего в том, что мысли всегда облачаются в речевую форму, даже в тех случаях, когда речь не имеет звуковой формы, например в случае с глухонемыми людьми. Мы всегда думаем словами, т. е. мы не можем мыслить, не произнося слова. Так, специальные приборы регистрации мышечных сокращений отмечают во время протекания у человека мыслительного процесса наличие незаметных для самого человека движений голосового аппарата.

Следует отметить, что речь является орудием мышления. Так, взрослые и дети гораздо лучше решают задачи, если формулируют их вслух. И наоборот, когда в эксперименте у школьников фиксировался язык (зажимался зубами),

качество и количество решенных задач ухудшалось. Конечно, в данном случае мысли все равно облакаются в словесную форму, а затруднение в решении задач связано с тем, что при фиксации языка возникают затруднения в движениях речевого аппарата. Можно говорить о том, что процесс мышления осуществляется тогда, когда мысль выражается словами.

Но, несмотря на тесное взаимодействие мышления и речи, эти два феномена — не одно и то же. Мыслить — это не значит говорить вслух или про себя. Свидетельством этому может служить возможность высказывания одной и той же мысли разными словами, а также то, что мы не всегда находим нужные слова, чтобы выразить свою мысль. Несмотря на то что возникшая у нас мысль нам самим понятна, часто для ее выражения мы не можем найти подходящую словесную форму.

Как и всякий психический процесс, мышление является функцией мозга. Физиологической основой мышления являются мозговые процессы более высокого уровня, чем те, которые служат основой для более элементарных психических процессов, например, ощущения. Однако в настоящее время нет единого мнения о значимости и порядке взаимодействия всех физиологических структур, обеспечивающих процесс мышления. Бесспорным является то, что лобные доли мозга играют значимую роль в мыслительной деятельности как одном из вариантов целенаправленной деятельности. Сложность исследования физиологических основ мышления объясняется тем, что на практике мышления как отдельного психического процесса не существует. Мышление присутствует во всех других познавательных психических процессах, в том числе в восприятии, внимании, воображении, памяти, речи. Все высшие формы этих процессов в определенной степени, в зависимости от уровня своего развития, связаны с мышлением.

Новые мысли и образы возникают на основе того, что уже было в нашем сознании благодаря мыслительным операциям: *анализу, синтезу, сравнению, обобщению, абстрагированию.*

*Анализ* – мысленное расчленение предмета или явления на образующие его части, выделение в нем отдельных признаков. Анализ бывает практическим и умственным.

*Синтез* – мысленное соединение отдельных элементов, частей и признаков в единое целое. Но синтез не является механическим соединением частей.

Анализ и синтез неразрывно связаны и дают всестороннее знание действительности. Анализ дает знание отдельных элементов, а синтез, опираясь на результаты анализа, обеспечивает знание объекта в целом.

*Сравнение* – операция установления сходства и различия между предметами и явлениями реального мира. Благодаря этому процессу мышления мы познаем большинство предметов, т.к. мы познаем предмет, только приравнивая его к чему-то или отличая от чего-то. Сравнение бывает односторонним и многосторонним, глубоким и поверхностным, непосредственным и опосредствованным.

В результате сравнения в сравниваемых предметах мы выделяем что-то общее. Таким образом на основе сравнения строится обобщение.

*Обобщение* – мысленное объединение предметов в группы по тем общим признакам, которые выделяются в процессе сравнения. Благодаря этому процессу делаются выводы, правила и классификации (яблоки, груши, сливы - фрукты).

*Абстракция* состоит в том, что, вычлняя какие-либо свойства изучаемого объекта, человек отвлекается от остальных. Путем абстрагирования создаются понятия (длины, широты, количества, равенства, стоимости и т.д.).

*Конкретизация* является процессом, противоположным абстракции. *Конкретизация* предполагает возвращение мысли от общего и абстрактного к конкретному с целью раскрыть содержание (привести пример на правило).

В мыслительных операциях принято различать два основных вида умозаключений: индуктивные, или *индукцию*, и дедуктивные, или *дедукцию*.

*Индукция* — это переход от частных случаев к общему положению, которое охватывает собой частные случаи. *Дедукция* — это умозаключение, сделанное в отношении частного случая на основе общего положения.

**Формы мышления.** Выделяется три содержательных компонента мышления – *понятие, суждение и умозаключение*.

*Понятие* — это отражение общих и существенных свойств предметов или явлений. В основе понятий лежат наши знания об этих предметах или явлениях. Принято различать *общие* и *единичные* понятия. Общими понятиями называют те, которые охватывают целый класс однородных предметов или явлений, носящих одно и то же название. Например, понятия «стул», «здание». В общих понятиях отражаются признаки, свойственные всем предметам, которые объединены соответствующим понятием. Единичными называются понятия, обозначающие какой-либо один предмет. Например, «Енисей», «Венера», «Саратов» и др.

*Суждение* – это форма мышления, содержащая утверждение или отрицание каких-либо положений относительно предметов, явлений или их свойств, т. е. суждение есть отражение отношений или объективных связей между явлениями или предметами. Суждение всегда либо истинно, либо ложно. По качеству суждения могут быть утвердительными и отрицательными, по объему – общими, частными и единичными. *Общие* суждения относятся к целому классу предметов (все металлы проводят электричество; все растения имеют корни). *Частные* суждения относятся к части какого-либо класса предметов (некоторые деревья зимой зеленые; не всегда хоккеисту удастся забросить шайбу в ворота). *Единичные* относятся к одному предмету или явлению (Юрий Гагарин – первый космонавт).

Суждения всегда раскрывают содержание понятий. Работа мысли над суждением называется *рассуждением*. Оно может быть индуктивным и дедуктивным.

*Индуктивное* рассуждение называется умозаключением – это форма мышления, при помощи которой из одного или нескольких известных

суждений (посылок) выводится новое суждение (вывод), завершающее мыслительный процесс. При этом мысль движется от частного к общему. Типичный пример умозаключения – доказательство геометрической теоремы.

*Дедуктивное* рассуждение называется обоснованием – здесь вывод получают, идя от общего суждения к частному (все планеты шарообразны. Земля – планета, значит, она имеет форму шара).

Мышление — это особого рода деятельность, имеющая свои виды.

Чаще всего мышление подразделяют на *теоретическое* и *практическое*. При этом в теоретическом мышлении выделяют *понятийное* и *образное* мышление, а в практическом *наглядно-образное* и *наглядно-действенное*.

*Понятийное мышление* — это такое мышление, в котором используются определенные понятия. При этом, решая те или иные умственные задачи, мы пользуемся готовыми знаниями, полученными другими людьми и выраженными в форме понятий, суждений умозаключений.

*Образное мышление* — это вид мыслительного процесса, в котором используются образы. Эти образы извлекаются непосредственно из памяти или воссоздаются воображением. В ходе решения мыслительных задач соответствующие образы мысленно преобразуются так, что в результате манипулирования ими мы можем найти решение интересующей нас задачи. Чаще всего такой вид мышления преобладает у людей, деятельность которых связана с каким-либо видом творчества.

Понятийное и образное мышление на практике находятся в постоянном взаимодействии, дополняют друг друга. Понятийное мышление дает наиболее точное и обобщенное отражение действительности, но это отражение абстрактно. В свою очередь, образное мышление позволяет получить конкретное субъективное отражение окружающей действительности.

*Наглядно-образное мышление* — это вид мыслительного процесса, который осуществляется непосредственно при восприятии окружающей действительности и без этого осуществляться не может. Мысля наглядно-образно, мы привязаны к действительности, а необходимые образы представлены в кратковременной и оперативной памяти. Данная форма мышления является доминирующей у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

*Наглядно-действенное мышление* — это особый вид мышления, суть которого заключается в практической преобразовательной деятельности, осуществляемой с реальными предметами. Этот вид мышления широко представлен у людей, занятых производственным трудом, результатом которого является создание какого-либо материального продукта.

Следует отметить, что все эти виды мышления могут рассматриваться и как уровни его развития. Теоретическое мышление считается более совершенным, чем практическое, а понятийное представляет собой более высокий уровень развития, чем образное.



## 2. Понятие воображения

**Воображение** – это познавательный психический процесс, заключающийся в создании новых образов путем переработки материалов восприятий и представлений, полученных в предшествующем опыте, своеобразная форма отражения человеком реальной действительности в новых, непривычных, неожиданных сочетаниях и связях.

Р.С. Немов определяет воображение как особую форму человеческой психики, стоящую отдельно от остальных психических процессов и вместе с тем занимающую промежуточное положение между восприятием, мышлением и памятью.

Воображение может быть четырех основных видов: активное, пассивное, продуктивное и репродуктивное. *Активное воображение* характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию, усилием воли вызывает у себя соответствующие образы. По степени оригинальности оно может быть *репродуктивным (воссоздающим)* и *творческим*. При *воссоздающем* воображении мы создаем новые образы воспринятого ранее на основе словесного описания или условного (неполного) изображения. В отличие от образов долговременной памяти, такие образы содержат определенные, привносимые нашим сознанием элементы. Например, у древних греков возник образ кентавра — результат воссоздания образа всадника на основе эмоционально окрашенного рассказа.

*Творческое воображение* — процесс самостоятельного создания новых, оригинальных образов или хотя бы нестандартная интерпретация ранее воспринятого. Результатом (продуктом деятельности) творческого воображения являются материальные объекты (Эйфелева башня) и идеальные образы (эльфы и русалки). Особыми видами творческого воображения принято считать мечту и фантазию.

*Мечта* — вид воображения, направленного на будущее, на достижение желаемых перспектив в жизни и деятельности человека. Мечта — это не просто устремленная в будущее фантазия, она результат целеполагания и имеет активный деятельностный характер.

*Фантазия* — вид воображения, практически полностью оторванного от реальности, но в принципе не исключающего возможного перехода в реальность. В определенном смысле фантазия — это пролонгированная до неопределенного будущего мечта. Фантазия связана с личной одаренностью и индивидуальным опытом человека.

Образы *пассивного воображения* возникают спонтанно, помимо воли и желания человека. К таким видам воображения относятся сновидения, галлюцинации и грезы.

*Сновидения* можно отнести к разряду пассивных и произвольных форм воображения. Подлинная их роль в жизни человека до сих пор не установлена, хотя известно, что в сновидениях человека находят выражение и удовлетворение многие жизненно важные потребности, которые в силу ряда причин не могут получить реализации в жизни.

*Галлюцинациями* называют фантастические видения, не имеющие почти никакой связи с окружающей человека действительностью. Обычно они — результат тех или иных нарушений психики или работы организма — сопровождают многие болезненные состояния.

*Грезы* в отличие от галлюцинаций — это вполне нормальное психическое состояние, представляющее собой фантазию, связанную с желанием, чаще всего несколько идеализируемым будущим.

Все процессы воображения имеют аналитико-синтетический характер, как и восприятие, память, мышление.

Образы творческого воображения создаются посредством различных приемов. Одним из таких приемов является комбинирование элементов в целостный новый образ. *Комбинирование* — это не простая сумма уже известных элементов, а творческий синтез, где элементы преобразуются, изменяются, выступают в новых соотношениях. Так, образ Наташи Ростовской был создан Л.Н. Толстым на основе глубокого анализа особенностей характеров двух близких ему людей — жены Софьи Андреевны и ее сестры Татьяны.

Менее сложным, но тоже весьма продуктивным приемом формирования нового образа является *агглютинация* (от лат. *agglunary* — приклеивать) — соединение несоединимых в реальной жизни свойств, качеств, частей различных предметов (русалка, сфинкс, кентавр, Пегас, избушка на курьих ножках). В технике при помощи этого приема созданы аккордеон, троллейбус, танк-амфибия, гидросамолет и т. п.

Своеобразным способом создания образов воображения является *акцентирование* — заострение, подчеркивание, утрирование каких-либо признаков предмета. Этот прием часто используется в карикатурах, шаржах. Одной из форм акцентирования является *гиперболизация* — прием уменьшения (увеличения) самого предмета (великан, богатыри, Дюймовочка, гномы, эльфы) или изменение количества и качества его частей (дракон о семи головах, Калимата — многорукая индийская богиня).

Распространенным приемом создания творческих образов является *типизация* — выделение существенного, повторяющегося в однородных явлениях, и воплощение его в конкретном образе. Например, Печорин — это «...портрет, но не одного человека: это портрет, составленный из пороков всего нашего поколения в полном их развитии». Тип — это индивидуальный образ, в котором объединены в одно целое наиболее характерные признаки людей класса, нации или группы.

К приемам создания новых образов относятся также схематизация и конкретизация. *Схематизация* заключается в сглаживании различий предметов и выявлении черт сходства между ними. Примером может служить создание орнамента из элементов растительного мира. *Конкретизацию* отвлеченных понятий можно наблюдать в различных аллегориях, метафорах и других символических образах (орел, лев — сила и гордость; черепаха — медлительность; лиса — хитрость; заяц — трусость). Любой художник, поэт, композитор реализует свои мысли и идеи не в общих

отвлеченных понятиях, а в конкретных образах. Так, в басне «Лебедь, рак и щука» И.А. Крылов конкретизирует в образной форме мысль: «Когда в товарищах согласья нет, на лад их дело не пойдет».

### ***3 Развитие мышления и воображения школьников.***

*Развитие мышления.* Если мышление и в дошкольном возрасте все еще носит ярко выраженный конкретный, образный характер и во многом сохраняет еще очень тесную связь с практической деятельностью, то значительные сдвиги в развитии мышления детей происходят при поступлении их в школу. Школьное обучение не только расширяет умственный кругозор учащихся, дает много новых знаний, но и предъявляет новые требования к мыслительной деятельности, формирует мыслительные процессы. Знания, получаемые в школе, даже в начальных классах, сообщаются в определенной системе. Школьник усваивает не отдельные, разрозненные понятия, а систему понятий, отражающую реальные взаимосвязи и отношения предметов и явлений действительности. Он знакомится с разными видами животных, растений, породами деревьев, временами года, предметами и явлениями неживой природы и т. д. Все это вводит его в классификацию предметов и явлений, в изучение взаимоотношения более общих и частных понятий, в изучение системы понятий. Школьное обучение требует целенаправленной мыслительной деятельности, подчинения ее определенной задаче. Обучая умению подчинять мыслительную деятельность решению поставленной задачи, школа учит учащихся переключаться, когда это нужно, с одной задачи на другую, с одного способа действия на другой. Она формирует гибкость, подвижность мышления школьников.

В процессе школьного обучения дети все более знакомятся с отвлеченными понятиями и постепенно овладевают ими. Но в младшем школьном возрасте дети лишь медленно и постепенно овладевают абстрактным мышлением. Их мыслительная деятельность еще в большой мере связана с чувственным познанием: с восприятием конкретных вещей и явлений или с их живым, наглядным представлением. Несмотря на значительные успехи в усвоении словесного материала и в овладении абстрактными понятиями, мышление младшего школьника все еще в значительной степени сохраняет наглядный характер.

Значительные сдвиги происходят под влиянием школьного обучения в осознании учащимися своих умственных действий, в умении дать отчет в решении задачи, обосновать свои действия.

Развитие мышления школьника не представляет собой равномерного движения вперед, одинакового для всей мыслительной деятельности, для действий в разных условиях и с разным материалом. Весьма показательны в этом отношении данные швейцарского психолога Ж. Пиаже. Его опыты обнаружили, что дети не сразу осознают постоянство некоторых признаков вещей, остающихся неизменными при выполнении с этими вещами тех или иных действий. Если, например, сделать из теста два равных шарика, а затем

один из них превратить в лепешку, то оказывается, что дети младшего возраста (по данным Пиаже, до 7–8 лет) считают, что количество теста в последнем случае (в шарике и лепешке) стало неодинаковым. То же самое наблюдается и по отношению к ряду других признаков вещей. Согласно Пиаже, это одна из основных, наиболее характерных особенностей детского мышления. Вместе с тем опыты Пиаже показали, что понятиями постоянства (неизменности) этих признаков (при выполнении определенных операций) дети овладевают не одновременно: понятием постоянства количества вещей — в среднем к 7–8 годам, понятием постоянства веса — к 9–10 годам, сохранения объема — только к 11–12 годам и т. д. То же отмечается и в явлении перехода от внешних действий (с реальными предметами) к внутренним (мысленным) действиям (в интериоризации действий — согласно терминологии Пиаже).

Обучение в средних и старших классах школы предъявляет новые, еще более сложные и высокие требования к мышлению учащихся, и это обуславливает дальнейшее развитие мыслительной деятельности. Начиная с 5-го класса школьники переходят к систематическому усвоению основ наук, к овладению сложными и обширными системами знаний, среди которых большое место занимает и абстрактный материал: абстрактные понятия и закономерности. Содержание понятий у учащихся средних и старших классов все более характеризуется существенными признаками. Учащиеся могут правильно формулировать довольно сложные определения понятий, дифференцировать одно понятие от других, родственных с ним. При этом сама формулировка определения понятия, равно как указание на отличие одного понятия от другого, становится предметом анализа и специальных рассуждений учащихся.

В мышлении учащихся средних и старших классов проявляется все более нарастающая тенденция к причинному объяснению явлений действительности, причем при изучении не только естествознания, но и других дисциплин. Учащиеся все более овладевают умением обосновывать свои суждения, доказывать правильность или ошибочность тех или иных положений, делать более широкие обобщения, выводы. Развивается последовательность мышления, умение стройно, в определенной системе излагать мысли. Заметно вырастает критичность мышления, умение критически относиться к тем или иным положениям, находить ошибки в обоснованиях, доказательствах, выводах.

Растет самостоятельность мысли, умение самому разобраться в новых явлениях, фактах, событиях, опираясь на уже имеющиеся знания. Развивается творческая мысль. Значительно усиливается целенаправленность мышления, подчинение мыслительной деятельности, иногда весьма сложной и длительной, строго определенной задаче. Развивается умение осознать свои собственные мыслительные процессы, делать их предметом анализа, критики, оценки.

Существенно меняются интеллектуальные запросы учащихся, их познавательные интересы. Наряду с интересом к фактам, к живым, ярким событиям, конкретным предметам развивается интерес к связям и

взаимоотношениям явлений действительности, к их теоретическому осмысливанию, появляется интерес к теории.

Естественно, что все эти особенности мыслительной деятельности развиваются у школьников постепенно и более заметно выражены лишь в старших классах.

*Развитие воображения.* Человек не рождается с развитым воображением. Развитие воображения осуществляется в ходе онтогенеза человека и требует накопления известного запаса представлений, которые в дальнейшем могут служить материалом для создания образов воображения. Воображение развивается в тесной связи с развитием всей личности, в процессе обучения и воспитания, а также в единстве с мышлением, памятью, волей и чувствами.

Определить какие-либо конкретные возрастные границы, характеризующие динамику развития воображения, очень трудно. Существуют примеры чрезвычайно раннего развития воображения. Например, Моцарт начал сочинять музыку в четыре года, Репин и Серов уже в шесть лет хорошо рисовали. С другой стороны, позднее развитие воображения не означает, что этот процесс в более зрелые годы будет стоять на низком уровне. Истории известны случаи, когда великие люди, например, Эйнштейн, в детстве не отличались развитым воображением, однако со временем о них стали говорить как о гениях.

Несмотря на сложность определения этапов развития воображения у человека, выделяют определенные закономерности в его формировании. Так, первые проявления воображения тесно связаны с процессом восприятия. Например, дети в возрасте полутора лет не способны еще слушать даже самые простые рассказы или сказки, они постоянно отвлекаются или засыпают, но с удовольствием слушают рассказы о том, что они сами пережили. В этом явлении достаточно ясно видна связь воображения и восприятия. Ребенок слушает рассказ о своих переживаниях потому, что отчетливо представляет то, о чем идет речь. Связь между восприятием и воображением сохраняется и на следующей ступени развития, когда ребенок в своих играх начинает перерабатывать полученные впечатления, видоизменяя в воображении воспринимаемые ранее предметы. Стул превращается в пещеру или самолет, коробочка — в автомашину. Однако первые образы воображения ребенка всегда связаны с деятельностью. Ребенок не мечтает, а воплощает переработанный образ свою деятельность, даже несмотря на то, что эта деятельность — игра.

Важный этап в развитии воображения связан с тем возрастом, когда ребенок овладевает речью. Речь позволяет ребенку включить в воображение не только конкретные образы, но и более отвлеченные представления и понятия. Более того, речь позволяет ребенку перейти от выражения образов воображения в деятельности к непосредственному их выражению в речи. Этап овладения речью сопровождается увеличением практического опыта и развитием внимания, что позволяет ребенку легче выделять отдельные части предмета, которые он воспринимает уже как самостоятельные и которыми

все чаще оперирует в своем воображении. Однако синтез происходит со значительными искажениями действительности. Из-за отсутствия достаточного опыта и недостаточной критичности мышления ребенок не может создать образ, близкий к реальной действительности. Главной особенностью данного этапа является произвольный характер возникновения образов воображения. Чаще всего образы воображения формируются у ребенка данного возраста произвольно, в соответствии с ситуацией, в которой он находится.

Следующий этап развития воображения связан с появлением его активных форм. На этом этапе процесс воображения становится произвольным. Возникновение активных форм воображения вначале связано с побуждающей инициативой со стороны взрослого. Например, когда взрослый человек просит ребенка что-либо сделать (нарисовать дерево, сложить из кубиков дом и т. д.), он активизирует процесс воображения. Для того чтобы выполнить просьбу взрослого человека, ребенок вначале должен создать, или воссоздать, в своем воображении определенный образ. Причем этот процесс воображения по своей природе уже является произвольным, поскольку ребенок пытается его контролировать. Позднее ребенок начинает использовать произвольное воображение без всякого участия взрослого. Этот скачок в развитии воображения находит свое отображение прежде всего в характере игр ребенка. Они становятся целенаправленными и сюжетными. Окружающие ребенка вещи становятся не просто стимулами к развертыванию предметной деятельности, а выступают в виде материала для воплощения образов его воображения. Ребенок в четырех-пятилетнем возрасте начинает рисовать, строить, лепить, переставлять вещи и комбинировать их в соответствии со своим замыслом.

Другой важнейший сдвиг в воображении происходит в школьном возрасте. Необходимость понимания учебного материала обуславливает активизацию процесса воссоздающего воображения. Для того чтобы усвоить знания, которые даются в школе, ребенок активно использует свое воображение, что вызывает прогрессирующее развитие способностей переработки образов восприятия в образы воображения.

Другой причиной бурного развития воображения в школьные годы является то, что в процессе обучения ребенок активно получает новые и разносторонние представления об объектах и явлениях реального мира. Эти представления служат необходимой основой для воображения и стимулируют творческую деятельность школьника.

## **Тема 6 Речь**

### ***1. Общая характеристика речи***

#### *2. Виды речи*

#### *3. Развитие речи у школьников*

### ***1. Общая характеристика речи***

Одним из основных отличий человека от животного мира, отличием, отражающим закономерности его физиологического, психического и социального развития, является наличие особого психического процесса, называемого речью. *Речь — это процесс общения людей посредством языка.* Для того чтобы уметь говорить и понимать чужую речь, необходимо знать язык и уметь им пользоваться.

В психологии принято разделять понятия «язык» и «речь». Язык — *это система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл.* Язык вырабатывается обществом и представляет собой форму отражения в общественном сознании людей их общественного бытия. Язык, формируясь в процессе общения людей, вместе с тем является продуктом общественно-исторического развития. Причем одним из феноменов языка является то, что каждый человек застает уже готовый язык, на котором говорят окружающие, и в процессе своего развития его усваивает.

Язык — это достаточно сложное образование. Всякий язык имеет прежде всего определенную систему значащих слов, названную *лексическим составом* языка. Кроме того, язык имеет определенную систему различных форм слов и словосочетаний, что составляет *грамматику* языка, а также имеет определенный звуковой, или *фонетический, состав*, свойственный только конкретному языку.

Основное предназначение языка заключается в том, что, являясь системой знаков, он обеспечивает закрепление за каждым словом определенного *значения*. Любое значение слова — это всегда обобщение. Если мы говорим слово «машина», то это слово объединяет целую систему предметов, например, автомашины всех разновидностей и любых моделей или какие-либо механические устройства, выполняющие определенные операции. В то же время данное слово может обозначать конкретный предмет, причем мы отчетливо осознаем, о каком предмете идет речь, что обеспечивает возможность общения между людьми.

Основными функциями речи являются *выражение, воздействие, сообщение, обозначение.*

Функция *выражения* заключается в том, что с помощью речи человек высказывает свое отношение к определенному предмету, явлению и к самому себе. Как правило, при высказывании нашего отношения к чему-либо речь имеет определенную эмоциональную окраску, что способствует пониманию окружающими нашего отношения к предмету, о котором идет речь.

Функция *воздействия* заключается в том, что с помощью речи мы пытаемся побудить другого человека или группу людей к определенному действию или формируем у слушателей определенную точку зрения на что-либо. Как правило, данная функция речи осуществляется через приказ, призыв или убеждение. Физиологической основой осуществления данной функции речи является особое положение второй сигнальной системы в структуре психической регуляции организма и поведения человека. Так, с

помощью суггестии врач-психотерапевт может вызвать у человека определенные ощущения, в том числе связанные с лечебным эффектом. Например, внушение чувства тепла часто позволяет снять приступ астмы. С помощью внушения также можно помочь человеку отказаться от табакокурения, употребления алкоголя и др.

Функция *сообщения* заключается в обмене мыслями и информацией между людьми с помощью слов. Данная функция обеспечивает осуществление контактов между людьми. В процессе этих контактов мы организуем не только обмен информацией, но и наше взаимодействие. Можно предположить, что именно данная функция в историческом плане явилась основным первоисточником развития речи человека.

Функция *обозначения* заключается в способности давать названия предметам и явлениям. Благодаря данной функции мы в состоянии мыслить отвлеченно с помощью абстрактных понятий, а также вести обмен информацией с другим человеком. Можно предположить, что данная функция является высшей функцией речи, осуществление ее стало возможным лишь на высших ступенях речевого развития.

*Физиологическую основу речи* составляет деятельность второй сигнальной системы, раздражителем которой будут не предметы и их свойства, а слова. Как раздражитель слово существует в трех формах: слышимое, видимое, произносимое. Когда человек говорит, то от голосовых связок поступают сигналы в речевые зоны коры, благодаря чему произносимая речь дополнительно контролируется. При чтении происходит незаметное для нас напряжение голосовых связок. Обучающиеся читать шевелят губами, и это им помогает понять написанное. Слушая речь, особенно трудную по содержанию, мы проговариваем ее про себя. И. П. Павлов назвал кинестетические ощущения, поступающие в мозг от речедвигательного анализатора, базальными (относящимися к основанию) компонентами речи. Вторая сигнальная система работает в единстве с первой. Нарушение их взаимодействия ведет к тому, что речь превращается в бессодержательный поток слов, когда слово не подкрепляется образами. Речевые зоны коры представлены несколькими анализаторами, тесно взаимодействующими друг с другом и координационно связанными со всей деятельностью нервной системы. Выделяют слуховой анализатор речи — центр Вернике (при его поражении больной слышит слова, но не понимает их смысла); двигательный анализатор — центр Брока (при его поражении больной понимает речь, но не может говорить при полной сохранности периферического аппарата производства речи). Понимание речи связано с функционированием определенных зон коры, поражение которых приводит к непониманию общего смысла речи при различении ее отдельных слов. Таким образом, в обеспечении речевых процессов (говорения, написания, слушания и чтения, восприятия и понимания речи) участвует сложная организация нескольких функциональных систем, одни из которых специализированы как речевые, а другие «обслуживают» и иные виды деятельности. Эта организация является многочисленной и многоуровневой.



## 2. Виды речи

Выделяют два основных вида речи: *внешнюю и внутреннюю*.

*Внешняя речь* — это речь, доступная восприятию собеседника. Внешняя речь включает речь *устную и письменную*. *Устная речь* — вербальное (словесное) общение при помощи языковых средств, воспринимаемых на слух. Данный вид речевой деятельности осуществляется в двух формах: диалогической и монологической.

Основным исходным видом устной речи является речь, протекающая в форме разговора. Такую речь называют *разговорной*, или *диалогической (диалоговой)*. Ее главная особенность состоит в том, что она является речью, активно поддерживаемой собеседником, т. е. в процессе разговора участвуют двое, используя простейшие обороты языка и фразы. Вследствие этого разговорная речь в психологическом плане является наиболее простой формой речи. Она не требует развернутого выражения речи, поскольку собеседник в процессе разговора хорошо понимает то, о чем идет речь, и может мысленно достроить фразу, произнесенную другим собеседником. В подобных случаях одно слово может заменять собой целую фразу.

Другую форму речи представляет собой речь, произносимая одним человеком, в то время как слушатели только воспринимают речь говорящего, но прямо в ней не участвуют. Такую речь называют *монологической*, или *монологом*. Монологической речью является, например, речь оратора, лектора, докладчика и др. Монологическая речь психологически более сложна, чем диалогическая. Она требует от говорящего умения связно, строго последовательно излагать свои мысли. При этом говорящий должен оценивать то, как усваивается передаваемая им информация слушателями, т. е. он должен следить не только за своей речью, но и за аудиторией.

*Письменная речь* — вербальное общение при помощи письменных текстов. Она более развернута, чем устная монологическая речь. Это обусловлено тем, что письменная речь предполагает отсутствие обратной связи с собеседником: собеседник не может переспросить нас, и мы не можем по его поведению судить о том, правильно ли он нас понял. Этим объясняется трудность для понимания и большая структурная сложность письменной речи по сравнению с устной. Кроме того, письменная речь не имеет никаких дополнительных средств воздействия на воспринимающего кроме самих слов, их порядка и организующих предложение знаков препинания. Все это налагает дополнительные требования на использование языковых средств в письменной речи. Восприятие письменной речи обязательно предполагает работу воображения, вживание читателя в текст.

*Внутренняя речь* — это особый вид речевой деятельности, осуществляемый человеком вне процесса реального общения.

*Внутренняя* речь не является средством общения. Это особый вид речевой деятельности, формирующийся на основе внешней. Во внутренней речи формируется и существует мысль, она выступает как фаза планирования в практической и теоретической деятельности (например, в ситуации отказа

техники человек часто, прежде чем приступить к поиску неисправности в плане внешних действий, мысленно проигрывает все наиболее вероятные причины отказа). Естественно, что в подобной ситуации человек понимает себя буквально с полуслова. Поэтому для внутренней речи, с одной стороны, характерна фрагментарность, отрывочность. С другой стороны, здесь исключаются недоразумения при восприятии ситуации. Поэтому внутренняя речь чрезвычайно ситуативна, в этом она близка к диалогической. Внутренняя речь свернута: в ней опускается большинство членов предложения, остаются лишь слова, определяющие сущность мысли. В ней изменяется и структура слова: в словах русского языка выпадают гласные звуки как несущие меньшую смысловую нагрузку, она беззвучна.

Внутренняя речь формируется на основе внешней. Выделяют три основных типа внутренней речи:

*внутреннее проговаривание* — «речь про себя», сохраняющая структуру внешней речи, но лишенная фонации (произнесения звуков);

– *внутренняя речь как средство мышления*;

– *внутреннее программирование речевого высказывания*, целостного текста и его содержательных частей.

Внешняя и внутренняя речь находятся в тесной взаимосвязи и переходят одна в другую. Перевод внешней речи во внутреннюю (интериоризация) сопровождается сокращением структуры внешней речи, а переход от внутренней речи к внешней (экстериоризация) требует, наоборот, развертывания структуры внутренней речи, построения ее в соответствии не только с логическими, но и с грамматическими правилами. Оба эти процесса (интериоризация и экстериоризация) являются необходимыми компонентами при овладении различными видами деятельности и прежде всего профессиональной деятельностью.

### *3. Развитие речи у школьников*

Первоначально в речи ребенка, приходящего в школу, существует большое расхождение между количеством слов, которые ребенок понимает (пассивный словарь), и количеством слов, которыми он пользуется (активный словарь). Кроме этого сохраняется и недостаточная точность значений слов. В последующем наблюдается существенное развитие речи ребенка.

Обучение в школе языку в наибольшей степени сказывается на развитии осознанности и управляемости речи ребенка. Это выражается в том, что ребенок, во-первых, приобретает способность самостоятельно анализировать и обобщать звуки речи, без чего невозможно овладение грамотой. Во-вторых, ребенок переходит от практических обобщений грамматических форм языка к сознательным обобщениям и грамматическим понятиям.

Развитие осознания ребенком языка, происходящее в процессе обучения грамматике, является важным условием формирования более сложных видов речи. Так, в связи с необходимостью дать связное описание, последовательный пересказ, устное сочинение и др. у ребенка формируется развернутая монологическая речь, которая требует более сложных и более

осознанных грамматических форм, чем формы, которые ребенок использовал прежде в диалогической речи.

Особое место на данном этапе развития речи занимает письменная речь, которая первоначально отстает от устной, но затем становится доминирующей. Это происходит потому, что письменная речь обладает рядом преимуществ. Фиксируя на бумаге речевой процесс, письменная речь позволяет вносить в него изменения, возвращаться к ранее высказанному и т. д. Это придает ей исключительное значение для формирования правильной, высокоразвитой речи.

Развитие речи у учащихся — это процесс управляемый. С этой целью на всех занятиях учителя, сообщая новый материал, включают в него и новые слова, которые являются понятиями. Раскрывая при этом их значение, следует опираться на уже сложившийся словарный фонд, чтобы ранее усвоенные слова не забывались, а вновь усваиваемые — лучше понимались и сохранялись в памяти. Нужно одновременно приучать учащихся пользоваться этими словами при решении конкретных учебных задач, поскольку пассивный запас является всего лишь подспорьем для пассивной речи, для понимания, а активный запас слов помогает излагать мысль. Для этого следует давать возможность учащимся чаще высказываться, выступать на занятиях, учить их конспектировать учебный материал. Особое внимание при этом надо обращать на молчаливых, замкнутых учащихся, на тех, кто сомневается в своих знаниях, в способности сказать что-либо интересное, новое. Постоянный контроль и исправление помогают учащемуся правильно употреблять слова и выражения. Важную роль в развитии активного словарного запаса учащихся играют формы активизации познавательной и речевой деятельности (беседы, дискуссии, игры), в ходе которых оттачивается мастерство доказательства.

Таким образом, под влиянием школьного обучения речь ребенка получает дальнейшее развитие.

## **Тема 7 Эмоции и чувства**

### *1. Понятие эмоций и чувств*

### *2. Виды эмоций*

### *3. Развитие эмоциональной сферы школьника*

### *1. Понятие эмоций и чувств*

В психологии под *эмоциями* (от лат. *emovere* — волновать, колебать) понимают *психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека*. Таким образом, наиболее существенной характеристикой эмоций является их *субъективность*. Благодаря эмоциям человек осознает свои потребности и предметы, на которые они направлены. Другая всеобщая черта эмоций — это их *содействие* в реализации потребностей и достижении определенных целей. Поскольку любая эмоция положительна или отрицательна, человек может судить о достижении

поставленной цели. Так, положительная эмоция всегда связана с получением желаемого результата, а отрицательная, наоборот, с неудачей при достижении цели. Таким образом, можно сделать вывод о том, что эмоции самым непосредственным образом связаны с *регуляцией деятельности* человека.

*Чувства* — одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности, характеризующаяся относительной устойчивостью и возникающая при удовлетворении или неудовлетворении высших потребностей.

Главное различие эмоций и чувств заключается в том, что эмоции, как правило, носят характер ориентировочной реакции, т. е. несут первичную информацию о недостатке или избытке чего-либо, поэтому они часто бывают неопределенными и недостаточно осознаваемыми. Чувства, напротив, в большинстве случаев предметны и конкретны.

Другим различием эмоций и чувств является то, что эмоции в большей степени связаны с биологическими процессами, а чувства — с социальной сферой.

Еще одним существенным различием эмоций и чувств является то, что эмоции в большей степени связаны с областью бессознательного, а чувства максимально представлены в нашем сознании.

Кроме этого, чувства человека всегда имеют определенное внешнее проявление, а эмоции чаще всего не имеют.

*Функции эмоций и чувств.* Эмоции и чувства играют огромную роль в жизни человека, выполняя очень важные функции:

1) *сигнальная (информативная)* функция — эмоции выступают как система сигналов благополучия или неблагополучия;

2) *регулятивная* функция — организуют и направляют поведение, переключают физиологическую активность живого существа на «аварийный» режим, так называемую алертность — состояние боевой готовности.

3) *коммуникативная* функция — являются для человека первым языком, которым он начал пользоваться в общении с себе подобными. Даже высшие животные по выражению лица человека, интонации голоса способны понимать его состояние.

## *2. Виды эмоций и чувств*

Существуют различные классификации эмоций и чувств. Так, немецкий философ И. Кант делил эмоции на *стенические* и *астенические*.

*Стенические* переживания повышают жизнедеятельность и активность, способствуют стимулированию, оптимизации деятельности, вызывают энергию, подъем. Это, например, «спортивная злость», гнев и т. п.

*Астенические* переживания снижают жизнедеятельность и активность, тормозят, затрудняют деятельность. К ним относятся тоска, уныние, подавленность, которые приводят к дезадаптации поведения.

У разных людей (или у одних и тех же, но в разное время) одно и то же состояние может вызвать либо подъем, либо апатию: одних людей страх мобилизует, других — парализует; от горя одни цепенеют, впадают в

беспомощное, угнетенное состояние, другие бурно реагируют на происходящее.

Положительные эмоциональные состояния реже бывают стеническими, чем отрицательные. Это объясняется тем, что положительные эмоциональные состояния связаны с удовлетворением потребностей и влечений, а отрицательные – с их отсрочкой, появлением препятствий, невозможностью достичь цели. Поэтому отрицательные состояния мобилизуют на преодоление преград, побуждают искать средства для достижения цели. Они выполняют более важную приспособительную роль, чем положительные. Например, тревога сигнализирует о том, что организму грозит опасность и необходимо мобилизоваться, подготовиться к ее отражению.

Отрицательные эмоциональные состояния вредны лишь в избытке. Эксперименты над животными (крысами) показали, что воздействие отрицательных стимулов средней силы благоприятно сказывается на увеличении продолжительности жизни. Жизнь человека немыслима без отрицательных эмоций. Оградить себя от них невозможно, да и нет надобности. Наша психическая активность нуждается в напряжении так же, как мышечная система – в тренировке. К тому же потребность в положительных эмоциональных состояниях быстро насыщается – нельзя постоянно есть, хотя еда и доставляет удовольствие. Без состояния голода не было бы и потребности в насыщении.

Известный американский исследователь эмоций К. Изард предложил разделить все эмоции на *фундаментальные и производные*. К *фундаментальным* он отнес интерес-волнение, радость, удивление, горе-страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вину, к *производным* – все остальные. Например, тревожность – это страх + гнев + вина + интерес + возбуждение.

*Интерес* — положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний, мотивирующее обучение.

*Радость* — положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность.

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

*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.

*Гнев* — отрицательное эмоциональное состояние, протекающее в форме аффекта, вызванное внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

*Отвращение* — отрицательное эмоциональное состояние, вызванное объектами (предметами, людьми, обстоятельствами), соприкосновение с

которыми вступает в противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками.

*Презрение* — отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порожаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства; последние представляются субъекту как низменные, не соответствующие нравственным нормам.

*Страх* — отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности; в отличие от страдания — это лишь вероятный прогноз возможного неблагополучия.

*Стыд* — отрицательное эмоциональное состояние, которое выражается в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков, внешности ожиданиям окружающих или своим представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

В представленной классификации эмоций выделяются положительные и отрицательные эмоциональные переживания. Положительные эмоции и чувства возникают при удовлетворении потребностей или надежде на их удовлетворение. В приведенном выше перечне К. Изарда к положительным эмоциональным переживаниям человека относятся радость и интерес. Отрицательные эмоции и чувства возникают при неудовлетворении потребностей. К. Изард относил к ним страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд.

Выделяют также *амбивалентные* (двойственные, противоречивые) эмоции: жажда риска, сострадание, ревность, любовь-ненависть и др.

*Классификация чувств.* В зависимости от высших потребностей чувства подразделяются на *нравственные, эстетические и интеллектуальные.*

*Нравственные (моральные) чувства* — чувства, переживаемые людьми при восприятии явлений действительности и сравнении этих явлений с нормами, выработанными обществом. Через них выражается отношение человека к другим людям и обществу в целом. Проявление этих чувств предполагает, что человеком усвоены нравственные нормы и правила. К нравственным чувствам можно отнести чувство долга, гуманность, доброжелательность, любовь, эмпатию. Соответственно, к аморальным чувствам относят жадность, эгоизм, жестокость.

*Интеллектуальные чувства* — это переживания, возникающие в процессе познавательной деятельности человека. Интеллектуальные чувства не только сопровождают познавательную деятельность человека, но и стимулируют ее, влияют на скорость и продуктивность мышления, на содержательность и точность знания. Эти чувства выступают как своеобразный регулятор умственной деятельности. К интеллектуальным чувствам относят удивление, сомнение, любознательность, чувство юмора. В чувстве юмора проявляется беззлобно-насмешливое отношение к чему-нибудь или к кому-нибудь. В юморе смех сочетается с симпатией к тому, на

что он направлен. Чувство иронии — это тонкая насмешка, выраженная в скрытой форме, остро критическое отношение к миру, людям, самому себе. Ирония не щадит никого и ничего. Сарказм — это язвительная насмешка, гневная ирония. Цинизм — издевка, насмешка основания на чувстве озлобленности мелкого человека против всего, что лучше и выше его.

*Эстетические чувства* представляют собой эмоциональное отношение человека к прекрасному в природе, жизни людей, в искусстве (чувство трагического, вдохновение, восторг). Эстетические чувства проявляются в художественных оценках и вкусах.

*Выделяют также практические* (праксические) чувства связаны с трудом, учением, спортом. К ним относятся скука, радости и муки творчества, удовлетворение достижением цели, увлеченность, азарт, энтузиазм, приятная усталость и т. п.

### *3. Формы переживания эмоций*

К наиболее значимым эмоциям принято относить следующие типы эмоциональных переживаний: *аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, эмоциональный стресс.*

*Аффект* (от лат. affectus — душевное волнение) — наиболее мощный вид эмоциональной реакции. Аффектами называют интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки. Примерами аффекта могут служить сильный гнев, ярость, ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние. Одна из главных особенностей аффекта состоит в том, что данная эмоциональная реакция неодолимо навязывает человеку необходимость выполнить какое-либо действие, но при этом у человека теряется чувство реальности. Он перестает себя контролировать и даже может не осознавать того, что делает. Это объясняется тем, что в состоянии аффекта возникает чрезвычайно сильное эмоциональное возбуждение, которое, затрагивая двигательные центры коры головного мозга, переходит в двигательное возбуждение. Под действием этого возбуждения человек совершает обильные и часто беспорядочные движения и действия. Бывает и так, что в состоянии аффекта человек цепенеет, его движения и действия совсем прекращаются, он словно лишается дара речи.

В состоянии аффекта изменяется функционирование всех психических процессов. В частности, резко изменяются показатели внимания. Его переключаемость снижается, и в поле восприятия попадают только те объекты, которые непосредственно связаны с переживанием. На них внимание сконцентрировано настолько, что переключиться на что-то другое человек оказывается не в состоянии. Все остальные раздражители, не связанные с переживанием, оказываются не в поле внимания человека, осознаются им недостаточно, и в этом заключается одна из причин неуправляемости поведения человека в состоянии аффекта. В состоянии аффекта человеку трудно предвидеть результаты своих действий, поскольку меняется характер протекания процессов мышления. Резко снижается способность прогнозировать последствия своих поступков, в результате чего становится

невозможным целесообразное поведение. После аффективной вспышки наступает разбитость и упадок сил. Любая эмоция может перерасти в аффект: радость в восторг, злость в гнев, страх в ужас, страдание в отчаяние.

Было бы неверно думать, что в состоянии аффекта человек совсем не осознает своих действий, не может правильно оценить все происходящее. Даже при самом сильном аффекте человек в той или иной степени отдает себе отчет в том, что с ним происходит, но при этом одни люди могут овладеть своими мыслями и поступками, а другие — нет. Это происходит из-за разных причин, но в первую очередь из-за уровня эмоционально-волевой устойчивости, т. е. из-за особенностей эмоциональной сферы и уровня развития волевых характеристик человека.

*Собственно эмоции* отличаются от аффектов длительностью. Если аффекты в основном носят кратковременный характер (например, вспышка гнева), то эмоции — это более длительные состояния. Другой отличительной чертой эмоций является то, что они представляют собой реакцию не только на текущие события, но и на вероятные или вспоминаемые.

*Настроение* — самое длительное, или «хроническое», эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение. Настроение отличают от эмоций меньшая интенсивность и меньшая предметность. Оно отражает бессознательную обобщенную оценку того, как на данный момент складываются обстоятельства. Настроение может быть радостным или печальным, веселым или угнетенным, бодрым или подавленным, спокойным или раздраженным и т. д.

Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и особенно от тонуса нервной системы. Причины того или иного настроения не всегда ясны человеку, а тем более окружающим его людям. Недаром говорят о безотчетной грусти, беспричинной радости, и в этом смысле настроение — это бессознательная оценка личностью того, насколько благоприятно для нее складываются обстоятельства. В этом настроении похожи на собственно эмоции и близки к сфере бессознательного. Но причина настроения всегда существует и в той или иной степени может быть осознана. Ею могут быть окружающая природа, события, выполняемая деятельность и, конечно, люди. Настроения могут различаться по продолжительности. Устойчивость настроения зависит от многих причин — возраста человека, индивидуальных особенностей его характера и темперамента, силы воли, уровня развития ведущих мотивов поведения. Настроение может окрашивать поведение человека в течение нескольких дней и даже недель. Более того, настроение может стать устойчивой чертой личности. Именно эту особенность настроения подразумевают, когда делят людей на оптимистов и пессимистов.

*Стресс* (от лат. «давление», «напряжение») — состояние психического напряжения, возникающее в ответ на неблагоприятные, значительные по силе и продолжительности внешние и внутренние воздействия. Стресс наблюдается при опасности, больших физических, психических перегрузках, т. е. в необычно трудной ситуации.



Впервые понятие «стресс» было введено канадским ученым Гансом Селье в 1936 году. Его исследования показали, что влияние различных неблагоприятных факторов вызывает в организме однотипную реакцию вне зависимости от того, какой именно раздражитель действует в данный момент. Причем человек реагирует не только на действительную опасность, но и на угрозу или напоминание о ней. Выделяют физиологические и психологические (информационные и эмоциональные) стрессы. К наиболее распространенным причинам стрессов (стрессорам) относят: влияние окружающей среды (шум, загрязнение, жара, холод); нагрузки повышенной интенсивности: физические (мышечные), физиологические (болезнь, беременность), информационные (чрезмерный объем информации), эмоциональные (превышающие комфортный для индивида уровень эмоционального насыщения); монотонность в трудовой деятельности и эмоциональных контактах; повседневные раздражители: ситуации ожидания и опоздания, психологическая атмосфера в общественном транспорте и т. п.; личностная дисгармония: внутриличностные кризисы, кризисы развития личности; ситуации неопределенности или конкретной угрозы.

*Проявления стресса:* усиление тревоги, ощущение кризиса или непреодолимости преграды; ощущение потери контроля над собой; наличие ощущения недостаточной концентрации внимания; недостаточно организованная деятельность (рассеянность, принятие ошибочных решений, суетливость); вялость, апатия, повышенная утомляемость; расстройства сна; раздражительность, снижение настроения; повышенный аппетит; неблагополучное физическое состояние.

Г. Селье выделил в развитии стресса три этапа. На первом этапе происходит мобилизация защитных сил организма. На втором этапе внешнее поведение кажется обычным, но происходит перерасход адаптационных резервов. На третьем этапе наступает истощение, которое приводит к появлению психосоматических заболеваний: сердечно-сосудистых расстройств, появление жалоб на работу пищеварительной системы и др.

#### *4. Развитие эмоциональной сферы школьника*

К началу школьного обучения у детей отмечается достаточно высокий уровень контроля за своим поведением. В тесной связи с этим находится развитие нравственных чувств, например, дети в этом возрасте уже переживают чувство стыда, когда взрослые порицают их за проступки.

С переходом детей в школу, с расширением круга их знаний и жизненного опыта чувства ребенка значительно изменяются с качественной стороны. В процессе обучения изменяется содержание чувств младшего школьника и происходит их дальнейшее развитие в плане все большей осознанности, сдержанности, устойчивости. Умение владеть своим поведением, сдерживать себя приводит к более устойчивому и более спокойному течению эмоций. Ребенок младшего школьного возраста уже не выказывает так непосредственно своего гнева, как ребенок-дошкольник. Чувства детей-

школьников не имеют уже того аффективного характера, который показателен для детей раннего возраста.

Наряду с этим появляются новые источники чувств: знакомство с отдельными научными дисциплинами, занятия в школьных кружках, участие в ученических организациях, самостоятельное чтение книг. Все это способствует формированию так называемых интеллектуальных чувств. Ребенка, при удачном стечении обстоятельств, все больше и больше привлекает познавательная деятельность, которая сопровождается позитивными эмоциями и чувством удовлетворения от познания нового.

Весьма показателен тот факт, что у детей в школьном возрасте меняются жизненные идеалы. Так, если дети дошкольного возраста, находясь главным образом в кругу семьи, в качестве идеала обычно выбирают кого-либо из родных, то с переходом ребенка в школу, с расширением его интеллектуального кругозора в качестве идеала начинают выступать уже и другие люди, например, учителя, литературные герои или конкретные исторические личности.

Воспитание эмоций и чувств человека начинается с самого раннего детства. Важнейшим условием формирования положительных эмоций и чувств является забота со стороны взрослых. Тот ребенок, которому не хватает любви и ласки, вырастает холодным и неотзывчивым. Для возникновения эмоциональной чуткости также важна ответственность за другого, забота о младших братьях и сестрах, а если таковых нет, то о домашних животных. Необходимо, чтобы ребенок сам о ком-то заботился, за кого-то отвечал.

Еще одно условие формирования эмоций и чувств у ребенка состоит в том, чтобы чувства детей не ограничивались только пределами субъективных переживаний, а получали свою реализацию в конкретных поступках, в действиях и деятельности. В противном случае легко можно воспитать сентиментальных людей, способных лишь на словесное излияние, но не способных на неуклонное претворение своего чувства в жизнь.

Для всего младшего школьного возраста характерна импульсивность, однако к подростковому возрасту ребенок все в большей степени приучается произвольно контролировать выражение эмоциональных переживаний. Например, дети стараются сдержать свои слезы, не показать, что испытывают страх, скрыть удовольствие от похвалы учителя. Возрастная норма эмоциональной жизни ребенка младшего школьного возраста — жизнерадостное, бодрое, веселое настроение. У детей настроение меняется значительно быстрее, чем у взрослых. Одной из наиболее распространенных трудностей в работе с младшими школьниками является их эмоциональная неустойчивость, неуравновешенность. Для развития эмоциональной сферы младших школьников, повышения их социальной компетенции используют психогимнастические занятия. Психогимнастика — это курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка. Основные средства психогимнастики — это выразительные движения (мимика, жесты, пантомимика).

Для детей в подростковом возрасте (средние классы (с 5-й по 9-й класс) общеобразовательной школы) характерна легкая возбудимость, резкая смена настроения и переживаний. Подросток лучше, чем младший школьник, может управлять выражением своих чувств. В определенных ситуациях школьной жизни он может скрывать под маской безразличия тревогу, волнение, огорчение. Для подростков характерны перепады настроения, причем значимых причин для подобной смены настроения может и не быть. Подростки в своем большинстве эгоистичны, считают себя центром вселенной и единственным объектом, достойным интереса, и в тоже время ни в один из последующих периодов своей жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование, как в этом возрасте. Они могут страстно любить и оборвать эти отношения так же внезапно, как начали. С одной стороны, они с энтузиазмом включаются в жизнь общества, а с другой — охвачены страстью к одиночеству. Иногда их поведение по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя сами они неимоверно ранимы.

Старший школьник теряет свою эмоциональную напряженность, его эмоциональные переживания характеризуются преимущественно спокойным фоном. В этот период у старшеклассников необходимо формировать основы эмоциональной культуры, которая включает в себя эмоциональную отзывчивость; способность понимать, уважать и ценить чувства других людей, проявлять внимание к ним; способность сопереживать другим; умение делить свои переживания с близкими; чувство ответственности за свои переживания перед собой и окружающими.

Для снижения эмоционального напряжения имеется ряд психологических приемов, которые могут быть адаптированы к любому возрастному периоду: релаксация (снятие мышечного и, как следствие, психического напряжения); позитивное стимулирование хорошего настроения за счет периферических изменений (на основе закона Джемса — Ланге: если встал с «не той ноги», то распрямись, расправь плечи, улыбнись себе); «загон страстей в мышцы» (по И. П. Павлову): плохое настроение можно «затоптать», пройдя несколько километров средним темпом, заняться активным физическим трудом, физическими упражнениями.

## **Тема 8 Воля**

### *1. Понятие воли*

### *2. Структура волевого действия*

### *3. Волевые качества личности*

### *1. Понятие воли*

Любая деятельность человека всегда сопровождается конкретными действиями, которые могут быть разделены на две большие группы: произвольные и непроизвольные. Главное отличие произвольных действий состоит в том, что они осуществляются под контролем сознания и требуют со стороны человека определенных усилий, направленных на достижение сознательно поставленной цели.

*Воля — это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.*

*Функции воли.* Главная функция воли заключается в *сознательной регуляции активности в затрудненных условиях жизнедеятельности.*

В качестве конкретизации указанной данной общей функции принято выделять две другие — *побудительную и тормозящую.*

*Побудительная функция:* воля побуждает человека преодолевать трудности и достигать поставленные цели, побуждает человека к активности, даже если результаты деятельности будут заметны в далеком будущем.

*Тормозящая функция:* воля проявляется не только в умении достигать цель, но и в сдерживании нежелательных проявлений активности. Например, когда существует конфликт между социальными нормами и имеющимися у человека желаниями.

Препятствия, которые приходится преодолевать человеку на пути к достижению цели, могут быть как внутренними, так и внешними.

*Внутренние* препятствия появляются в тех случаях, когда имеет место конфликт, столкновение противоречащих друг другу побуждений (хочется спать, но необходимо встать), возникают боязнь, неуверенность, сомнения.

Воля проявляется и в преодолении *внешних* препятствий: объективных обстоятельств, трудностей работы, разного рода помех, сопротивления других людей и т. д. Человек с сильной волей умеет добиваться поставленной цели и доводить дело до конца.

Чаще всего в жизни человека воля проявляется в следующих типичных ситуациях, когда:

– необходимо сделать выбор между двумя или несколькими одинаково привлекательными, но требующими противоположных действий мыслями, целями, чувствами, установками, несовместимыми друг с другом;

– несмотря ни на что надо целенаправленно продвигаться по пути к намеченной цели;

– следует воздержаться от исполнения принятого решения в силу изменившихся обстоятельств.

Воля не является изолированным свойством психики человека, поэтому она должна рассматриваться в тесной связи с другими сторонами его психической жизни, прежде всего – с *мотивами и потребностями.* Воля особенно нужна тогда, когда непосредственно побуждающие к деятельности мотивы и потребности относительно слабы или есть сильные, конкурирующие с ними мотивы и потребности. Волевой человек подавляет одни свои мотивы и потребности ради удовлетворения других. Можно сказать, что воля заключается в способности действовать в соответствии с целью, подавляя непосредственные желания и стремления.

Могучим двигателем воли являются *чувства.* Воля предполагает осознание своих чувств, их оценку и власть над ними. «Рабы своих страстей» (игроки, наркоманы и т. п.) – всегда безвольные люди. Волевое действие само по себе способно породить новое сильное чувство – чувство удовлетворения

от выполненного долга, преодоленного препятствия, достигнутой цели, на фоне которого часто забывается старое, подавленное чувство.

Глубока связь воли и с *мышлением*. Волевое действие – это действие обдуманное: прежде чем заставить себя поступать так, как необходимо в данных обстоятельствах, человек должен понять, осознать, продумать свои действия. Прежде чем преодолевать внешние препятствия, стоящие на пути к цели, надо найти оптимальные пути, обдумать замысел действия и составить его план.

## *2. Структура волевого действия*

Волевая деятельность всегда состоит из определенных волевых действий, в которых содержатся все признаки и качества воли. Волевые действия бывают простые и сложные.

В *простых* волевых действиях, совершая которые человек без колебаний идет к намеченной цели, ему вполне ясно, чего и каким путем он будет добиваться, и решение непосредственно переходит в исполнение.

В *сложном* волевом действии этапов значительно больше:

- 1) осознание цели и стремление достичь ее;
- 2) осознание ряда возможностей достижения цели;
- 3) появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности;
- 4) борьба мотивов и выбор;
- 5) принятие одной из возможностей в качестве решения;
- 6) осуществление принятого решения;
- 7) преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижении поставленной цели.

*Первый этап (осознание цели и стремление достичь ее)* не всегда сопровождается борьбой мотивов в сложном действии. Если цель задана извне и достижение этой цели обязательно для исполнителя, то ее остается только познать, сформировав определенный образ будущего результата действия. Борьба мотивов возникает на данном этапе тогда, когда у человека есть возможность выбора целей, по крайней мере очередности их достижения. Борьба мотивов, которая возникает при осознании целей, – это не структурный компонент волевого действия, а скорее определенный этап волевой деятельности, частью которой выступает действие.

Каждый из мотивов, прежде чем стать целью, проходит стадию желания (в том случае, когда цель выбирается самостоятельно). *Желание* – это существующее идеально (в голове человека) содержание потребности. Желать чего-либо – значит прежде всего знать содержание побудительного стимула.

Поскольку у человека в любой момент имеются различные значимые желания, одновременное удовлетворение которых объективно исключено, то происходит столкновение противостоящих, несовпадающих побуждений, между которыми предстоит сделать выбор. Эту ситуацию и называют борьбой мотивов. На этапе осознания цели и стремления достичь ее борьба

мотивов разрешается выбором цели действия, после чего напряжение, вызванное борьбой мотивов на этом этапе, ослабевает.

*Второй этап (осознание ряда возможностей достижения цели)* – это собственно мыслительное действие, являющееся частью волевого действия, результатом которого является установление причинно-следственных отношений между способами выполнения волевого действия в имеющихся условиях и возможными результатами.

*На третьем этапе (появление мотивов)* возможные пути и средства достижения цели соотносятся с имеющейся у человека системой ценностей, включающей убеждения, чувства, нормы поведения, ведущие потребности. Здесь каждый из возможных путей проходит обсуждение в аспекте соответствия конкретного пути системе ценностей данного человека.

*Четвертый этап (борьба мотивов и выбор)* оказывается центральным в сложном волевом действии. Здесь, как и на этапе выбора цели, может наблюдаться конфликтная ситуация, связанная с тем, что человек понимает возможность легкого пути достижения цели (это понимание – один из результатов второго этапа), но в то же время в силу своих моральных качеств или принципов не может его принять. Другие пути являются менее экономичными (и это тоже человек понимает), но зато следование им больше соответствует системе ценностей человека.

Результатом разрешения этой ситуации является *пятый этап (принятие одной из возможностей в качестве решения)*. Он характеризуется спадом напряжения, поскольку разрешается внутренний конфликт. Здесь уточняются средства, способы, последовательность их использования, т. е. осуществляется уточненное планирование.

После этого начинается *шестой этап (реализация принятого решения)*. При этом спланированное действие не реализуется сразу. Для его реализации необходимо сознательное *волевое усилие*. Под волевым усилием понимается особое состояние внутреннего напряжения, или активности, которое вызывает мобилизацию внутренних ресурсов человека, необходимую для выполнения задуманного действия. Поэтому волевые усилия всегда связаны со значительной тратой энергии. Этот заключительный этап волевого действия может получить двойное выражение: в одних случаях он проявляется во внешнем действии, в других случаях, наоборот, он заключается в воздержании от какого-либо внешнего действия (такое проявление принято называть *внутренним волевым действием*). Волевое усилие качественно отличается от мышечных напряжений. В волевом усилии внешние движения могут быть представлены минимально, а внутреннее напряжение может быть весьма значительным. Вместе с тем в любом волевом усилии в той или иной степени присутствует и мышечное напряжение. Например, рассматривая или вспоминая что-то, мы напрягаем мышцы лба, глаз и т. п., но это не дает основания отождествлять мышечные и волевые усилия.

Результаты любого волевого действия имеют для человека два следствия: первое – это достижение конкретной цели; второе связано с тем,

что человек оценивает свои действия и извлекает уроки на будущее относительно способов достижения цели, затраченных усилий.

### *3. Волевые качества личности*

Воля человека характеризуется определенными качествами. Прежде всего, принято выделять *силу воли* как обобщенную способность преодолевать значительные затруднения, возникающие на пути к достижению поставленной цели. Чем серьезнее препятствие, которое вы преодолели на пути к поставленной цели, тем сильнее ваша воля. Именно препятствия, преодолеваемые с помощью волевых усилий, являются объективным показателем проявления силы воли. Среди различных проявлений силы воли принято выделять такие личностные черты, как *выдержка* и *самообладание*, которые выражаются в умении сдерживать свои чувства, когда это требуется, в недопущении импульсивных и необдуманных действий, в умении владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

Другой характеристикой воли является *целеустремленность*. Под целеустремленностью принято понимать сознательную и активную направленность личности на достижение определенного результата деятельности. Очень часто, когда говорят о целеустремленности, используют такое понятие, как *настойчивость* – стремление человека в достижении поставленной цели даже в самых сложных условиях. От настойчивости принято отличать упрямство. *Упрямство* чаще всего выступает как отрицательное качество человека. Упрямый человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия.

Важной характеристикой воли является *инициативность*. Инициативность заключается в способности предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей.

*Самостоятельность* — это характеристика воли, которая непосредственно связана с инициативностью. Самостоятельность проявляется в способности осознанно принимать решения и в умении не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели.

От самостоятельности следует отличать *негативизм*. Негативизм проявляется в немотивированной, необоснованной склонности действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков. Негативизм большинством психологов расценивается как слабость воли, выражающаяся в неумении подчинить свои действия доводам разума, сознательным мотивам поведения, в неумении противостоять своим желаниям, ведущим к безделью, и др.

инициатива, проявляемая человеком, помимо самостоятельности всегда связана еще с одним качеством воли — *решительностью*. Решительность заключается в отсутствии излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, в своевременном и быстром принятии решений. Прежде всего

решительность проявляется в выборе доминирующего мотива, а также в выборе адекватных средств достижения поставленной цели. Решительность проявляется и при осуществлении принятого решения. Для решительных людей характерен быстрый и энергичный переход от выбора действий и средств к самому выполнению действия.

От решительности, как позитивного волевого качества, необходимо отличать *импульсивность*, которая характеризуется торопливостью в принятии решений, необдуманностью поступков. Импульсивный человек не задумывается перед тем, как начать действовать, не учитывает последствий того, что он делает, поэтому часто раскаивается в том, что совершил.

Исключительно важным волевым качеством человека является *последовательность* действий человека. Последовательность действий характеризует то, что все совершаемые человеком поступки вытекают из единого руководящего принципа, которому человек подчиняет все второстепенное и побочное. Последовательность действий, в свою очередь, самым тесным образом связана с *самоконтролем* и *самооценкой*.

Как и все психические процессы, воля развивается не сама по себе, а в связи с общим развитием личности человека. Основным фактором формирования воли является семейное воспитание. Такие недостатки волевого поведения детей, как капризы и упрямство, наблюдаемые в раннем детстве, происходят из-за совершаемых родителями ошибок в воспитании воли ребенка. Если родители во всем стремятся угождать ребенку, удовлетворяют каждое его желание, не предъявляют ему требования, которые должны безоговорочно им выполняться, не приучают его сдерживать себя, то, скорее всего, впоследствии у ребенка будет наблюдаться недостаточность волевого развития. Необходимым условием воспитания ребенка в семье является формирование у него *сознательной дисциплины*.

Важную роль в воспитании волевых качеств играет школа. Школа предъявляет к ребенку ряд требований, без выполнения которых не может нормально осуществляться само школьное обучение, но при этом также происходит формирование определенного уровня дисциплинированности. Например, школьник должен сидеть за партой определенное время, он не может встать с места без разрешения учителя, разговаривать с товарищами, он должен готовить дома заданные ему уроки и т. д. Все это требует от него довольно высокого развития волевых качеств и в то же время развивает у него нужные для выполнения этих правил качества воли. Поэтому большое значение для воспитания воли у школьников имеют личность учителя и школьный коллектив.

Учитель, с которым общается ребенок в школе, оказывает непосредственное влияние на формирование у него определенных личностных характеристик и, обладая яркой личностью, оставляет в жизни ребенка неизгладимый след. Нередко это вызывает у ребенка стремление подражать поведению учителя, и если у последнего хорошо развиты волевые качества, то существует высокая вероятность, что те же качества будут успешно развиваться и у его учеников. Аналогичная картина наблюдается в отношении



школьного коллектива. Если деятельность ребенка протекает в коллективе, где существует атмосфера высокой требовательности, то и у ребенка могут сформироваться соответствующие характеристики личности. Не менее важно физическое воспитание ребенка, а также ознакомление его с художественными ценностями.

В подростковом возрасте воля переходит на новую ступень развития. Школьники среднего возраста в состоянии самостоятельно ставить довольно сложные и отдаленные цели и подчинять им свое поведение. Они способны детально и глубоко обдумывать предстоящие действия, опираясь на достаточно распространенные знания и жизненный опыт, могут составить план действий, проявить настойчивость в его осуществлении. Ведущая роль в развитии воли подростка принадлежит труду и прежде всего общественно полезному. Воспитывает волю не труд сам по себе, а труд, наполненный общественным содержанием, полезный другим людям. Однако характер подростка еще во многих отношениях неустойчив. Бьющая через край активность нередко проявляется в порывистых, импульсивных действиях. Стремление скорее стать взрослым иногда порождает у подростков ложное понимание самостоятельности, которое выражено в некотором пренебрежении обязанностями перед родителями, учителями и классным коллективом.

В период юности при нормальных условиях воспитания развитие воли достигает еще более высокого уровня. Возрастает критичность воли. Стремясь развить волевые качества и избавиться от недостатков поведения, юноши и девушки широко пользуются приемами самоконтроля и самообязательств. Старший школьник хорошо понимает, что волю закаляют не в каких-то чрезвычайных случаях, а в выполнении повседневных дел. Как правило, в этом возрасте основные волевые процессы превращаются в устойчивые свойства личности.

Более того, формирование волевых характеристик не прекращается и в более старшем возрасте, когда молодой человек приступает к самостоятельной трудовой деятельности, в ходе которой волевые качества достигают наивысшего развития. Таким образом, весь процесс воспитания ребенка определяет успешность формирования волевых качеств личности.

## **Тема 9 Темперамент и характер**

- 1. Понятие темперамента и его физиологические основы*
- 2. Типы темперамента. **Индивидуальный стиль деятельности.***
- 3. Понятие характера*
- 4. Акцентуации характера*
- 5. Формирование характера**

- 1. Понятие темперамента и его физиологические основы*

Поведение человека зависит не только от социальных условий, но и от особенностей его природной организации. Среди индивидуальных особенностей, характеризующих поведение человека, его деятельность и общение, особое место принадлежит темпераменту.

Темперамент является одним из наиболее значимых свойств личности. *Темперамент* (от лат. *temperamentum* — «соразмерность», «смесь», «надлежащее соотношение частей») — система биологически обусловленных особенностей человека, проявляющихся в интенсивности, темпе и ритме протекания психических процессов и состояний. Темперамент характеризует человека главным образом с точки зрения скорости протекания и интенсивности всех психических процессов — познавательных, эмоциональных, волевых. Темперамент определяет лишь *динамические*, а не *содержательные* характеристики поведения.

Психическая деятельность разных людей протекает по-разному: у одних — равномерно, плавно, они всегда спокойны, медлительны, скупы в движениях, неулыбчивы, у других — скачкообразно, эти люди подвижны, оживлены, шумливы, у них богатая и разнообразная мимика, движения суетливы, нетерпеливы. Природные (врожденные) особенности, которые определяют динамическую сторону психической деятельности человека, — это *свойства темперамента*.

Психологи выделяют три основных компонента темперамента:

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

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

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

Таким образом, темперамент оказывает влияние на скорость возникновения и устойчивость психических процессов (например, скорость переключения внимания и его устойчивость, подвижность мыслительных процессов); на интенсивность реагирования на раздражители (например, силу эмоциональных переживаний, активность воли); на ритм и темп психической активности (например, темп речи, использование жестикуляции и пантомимики); на избирательность психической деятельности и поведения (например, стремление к новым социальным контактам или обращенность к самому себе).

Темперамент не характеризует убеждения личности, ее взгляды, интересы, не является показателем ее большей или меньшей общественной

ценности. Он не предопределяет черт характера, хотя между ними и свойствами темперамента существует тесная взаимосвязь, и не определяет уровень развития общих и специальных способностей.

Исследования проблем темперамента имеют свою историю. Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач Гиппократ (ок. 460-377 гг. до н. э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков организма» — крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи. Соотношение этих «соков организма» по-гречески обозначалось словом «красис», которое позже заменили латинским словом *temperamentum* — «соразмерность», «правильная мера». Опираясь на учение Гиппократа, другой знаменитый врач античности Клавдий Гален разработал 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 13 типов темперамента, но затем они были сведены до четырех. Эти четыре названия типов темперамента вам хорошо известны: сангвиник (от лат. *sanguis* — кровь), флегматик (от греч. *phlegma* — слизь, мокрота), холерик (от греч. *chole* — желчь) и меланхолик (от греч. *melas chole* — черная желчь).

В ряде концепций свойства темперамента понимались как наследственные или врожденные и связывались с индивидуальными различиями в особенностях телосложения. Такие типологии получили название *конституционных типологий*. Среди них наибольшее распространение получила типология, предложенная Э. Кречмером, который в 1921 г. опубликовал свою знаменитую работу «Строение тела и характер». Главная его идея заключается в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Э. Кречмер провел множество измерений частей тела людей, что позволило ему выделить четыре конституциональных типа: лептосоматик, пикник, атлетик, диспластик.

1. *Лептосоматик (или астеник)* характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой, узкими плечами, длинными и худыми нижними конечностями.

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

3. *Атлетик* — человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерны высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.

4. *Диспластик* — человек с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (например, чрезмерный рост, непропорциональное телосложение). С названными типами строения тела Кречмер соотносит три выделенных им типа темперамента, которые он называет: *шизотимик*, *иксотимик* и *циклотимик*. Шизотимик имеет астеническое телосложение, он замкнут, подвержен колебаниям настроения, упрям, не склонен к изменению установок и взглядов, с трудом приспосабливается к окружению. В отличие от него иксотимик обладает атлетическим телосложением. Это спокойный,

невпечатлительный 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 Кречмера получила наибольшее распространение в Европе. В США в 40-х гг. XX в. большую популярность приобрела концепция темперамента У. Шелдона. В основе его концепции лежит предположение о том, что тело и темперамент — это два взаимосвязанных между собой параметра человека. По мнению автора, структура тела определяет темперамент, который является его функцией. Шелдон исходил из гипотезы о существовании основных типов телосложения, описывая которые он заимствовал термины из эмбриологии.

Им были выделены три типа: 1) эндоморфный (из эндодермы образуются преимущественно внутренние органы); 2) мезоморфный (из мезодермы образуется мышечная ткань); 3) эктоморфный (из эктодермы развивается кожа и нервная ткань). Людям с эндоморфным типом свойственно относительно слабое телосложение с избытком жировой ткани, для мезоморфного типа характерны стройное и крепкое тело, большая физическая сила, а для эктоморфного — хрупкое телосложение, плоская грудная клетка и длинные тонкие конечности со слабой мускулатурой. По Шелдону, этим типам телосложений соответствуют определенные типы темпераментов, названные им в зависимости от функции определенных органов тела: висцеротония (от лат. *glaxet* — внутренности), соматотония (от греч. *zoma* — тело) и церебротония (от лат. *segeBgit* — мозг). Лиц с преобладанием определенного типа телосложения Шелдон называет соответственно висцеротониками, соматотониками и церебротониками и считает, что каждый человек обладает всеми названными группами свойств. Однако различия между людьми определяются преобладанием тех или иных свойств.

В современной психологической науке большинство конституционных концепций подвергается острой критике из-за недооценки в них роли среды и социальных условий в формировании психических свойств человека.

*Факторный подход к темпераменту.* Представители этого подхода исключили из рассмотрения конституциональные факторы и сосредоточили свое внимание на связи темперамента с факторами психологического содержания. Известный психолог Г. Айзенк предложил типологию темперамента, основанную на взаимодействии двух факторов, которые, по его мнению, образуют базовую структуру личности: *интроверсия* — *экстраверсия* (фактор, характеризующий социальную направленность личности на внешний или внутренний мир); *высокий нейротизм* — *низкий нейротизм* (фактор, характеризующий эмоциональную нестабильность личности).

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

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

*Психофизиологический подход к темпераменту.* И.П. Павлов, изучая работу больших полушарий головного мозга, установил, что все черты темперамента зависят от *особенностей высшей нервной деятельности человека*. Он доказал, что у представителей различных темпераментов изменяются типологические различия силы, уравновешенности и подвижности процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга.

*Сила нервных процессов* – это способность нервных клеток переносить сильное возбуждение и длительное торможение, т.е. выносливость и работоспособность нервных клеток. Сила нервного процесса выражается в соответствующей реакции на сильные раздражители: сильные раздражения вызывают у сильной нервной системы сильные процессы возбуждения, у слабой нервной системы – слабые процессы возбуждения и торможения.

*Уравновешенность* предполагает пропорциональное соотношение данных нервных процессов. Преобладание процессов возбуждения над торможением выражается в скорости образования условных рефлексов и медленном их угасании. Преобладание процессов торможения над возбуждением определяется замедленным образованием условных рефлексов и быстротой их угасания.

*Подвижность нервных процессов* – это способность нервной системы быстро в ответ на требования условий внешней среды сменять процесс возбуждения процессом торможения и наоборот.

Различные соотношения указанных свойств нервных процессов были положены в основу определения *типа высшей нервной деятельности*.

В зависимости от сочетания силы, подвижности и уравновешенности процессов возбуждения и торможения И.П. Павлов выделил четыре типа нервной системы, которые соответствуют четырем темпераментам:

1. *Сангвиник* – сильный, уравновешенный, подвижный.

2. *Флегматик* – сильный, уравновешенный, малоподвижный (инертный).

3. *Холерик* – сильный, но неуравновешенный, со слабыми по сравнению с возбуждением тормозными процессами.

4. *Меланхолик* – слабые процессы возбуждения и торможения.

Таким образом, под типом нервной системы И.П. Павлов понимал врожденные и относительно слабо подверженные изменениям под воздействием окружения и воспитания свойства нервной системы. Эти свойства нервной системы образуют физиологическую основу темперамента, который является психическим проявлением общего типа нервной системы.

2. *Типы темперамента. Индивидуальный стиль деятельности.*

Для составления психологических характеристик традиционных четырех типов обычно используют основные свойства темперамента.

*Свойства темперамента по В.С. Мерлину.* Видный отечественный психолог, создатель оригинальной, многоуровневой системы темперамента

В.С. Мерлин (1892–1982) дополнил учение о темпераменте, выделив такие его свойства:

– *сензитивность*, или чувствительность, которая характеризуется наименьшей силой раздражителя, вызывающего психическую реакцию. У сензитивных людей реакция возникает при незначительной интенсивности раздражителя, поскольку у них высочайшая чувствительность (меланхолики);

– *реактивность* определяется силой эмоционального ответа и проявляется в том, с какой силой и энергией человек реагирует на воздействие. Недаром о некоторых людях говорят: «вспыльчивый», «заводится с пол-оборота», а о других: «Не поймешь, обрадовался или огорчился». Реактивный человек впечатлителен, эмоционально реагирует на внешние или внутренние воздействия (все, кроме флегматика);

– *активность* – свойство, которое проявляется в энергичности, с которой человек воздействует на внешний мир, в том, с каким упорством он преодолевает препятствия, мешающие достижению цели;

– *соотношение активности и реактивности* – особое свойство, которое свидетельствует о том, насколько велик элемент случайности в деятельности человека, насколько его поведение и деятельность зависят от случайных обстоятельств (настроения, эмоциональных реакций, подъема «с левой ноги» и т. п.) и насколько – от целей и задач, которые он перед собой ставит;

– *темп психических реакций* характеризует быстроту протекания всех психических процессов, двигательных реакций и действий;

– *пластичность и ригидность* проявляются в том, насколько легко и быстро человек приспосабливается к внешним воздействиям. Пластичность характеризуется легкостью, гибкостью приспособления к изменяющимся условиям; человек моментально перестраивает поведение, когда меняются обстоятельства (сангвиник). Ригидность же характеризуется инертностью, неспособностью быстро приспособиться к любым изменениям, стереотипностью поведения, большими трудностями при смене привычек, привязанностей, суждений;

– *экстраверсия – интроверсия*. Эти свойства выражаются в преимущественной обращенности либо во внешний мир (экстраверсия), либо во внутренний мир образов, мыслей, чувств (интроверсия). От этой направленности зависят особенности реагирования и деятельности людей, их контактность или замкнутость.

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

сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке, без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевая новыми навыками. Положительные стороны: хорошо контактирует с людьми, деятелен, из него можно воспитать хорошего организатора, податлив к воспитанию. Отрицательные стороны: неустойчивое настроение, опрометчивость решений, с трудом воспитываются волевые качества. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности у сангвиника вырабатывается легкомысленное отношение и непостоянство.

*У холерика* много общего с сангвиником. У него малая чувствительность, высокая реактивность, но он менее пластичен, более ригиден, медленнее перестраивается в новой деятельности, обстановке, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Это взрывная натура, отличающаяся повышенной возбудимостью, большой эмоциональностью, раздражительностью. Для него характерна цикличность в активности, в смене настроения. Однако он более настойчив, чем сангвиник. Проявление холерического темперамента в значительной мере зависит от направленности личности. У людей с общественными интересами он проявляется в инициативности, энергии, принципиальности. Там, где нет богатства духовной жизни, нравственных ценностей, холерический темперамент часто проявляется отрицательно: в раздражительности, аффективности. К положительным его чертам относят прямолинейность, в критические минуты — решительный напор, трудоспособность. Отрицательные черты: обижается по пустякам, возможны нервные срывы.

*Флегматик* отличается малой чувствительностью, малой реактивностью и импульсивностью, медленным протеканием психических процессов. Обычно у него бедная мимика, движения невыразительны и замедлены так же, как и речь. Новые формы поведения вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обычно флегматик ровен и спокоен, терпелив и выдержан, не склонен к аффектам. По выражению И. П. Павлова, «это труженик жизни». Остается спокойным в трудном жизненном положении. При наличии сильного торможения ему нетрудно придерживаться режима; солиден, не тратит напрасно сил. Рассчитав свои силы, доводит дело до конца, может выполнять дело, требующее длительного напряжения, проявляя усидчивость, устойчивое внимание и терпение. Флегматик в меру общителен, ему свойственно постоянство в отношениях, но характер недостаточно гибок. Положительные или отрицательные черты у него зависят от условий: в одних возникают положительные черты — выдержка, глубина мыслей и т. д., в других отрицательные — вялость и безучастность к окружающему, лень и безволие.

*У меланхолика* самая высокая чувствительность, впечатлительность, малая реактивность и импульсивность, реакции часто не соответствуют силе раздражителя (незначительный повод может вызвать у него слезы), особенно сильно у него внешнее торможение, может затормаживаться по механизму запредельного торможения. Ему трудно на чем-то сосредоточиться. Обидчив, но внутренне и внешне это мало проявляется. Мимика и пантомимика невыразительны. Меланхолик не энергичен, ригиден, очень интровертирован,

быстро устает. По выражению И. П. Павлова, «явно тормозной тип». Каждое явление жизни становится для него тормозящим; ни на что хорошее он не надеется, ожидает лишь плохого и опасного, испытывает страх перед новой обстановкой, смущается при контактах с новыми людьми, отношения в коллективе налаживает с трудом. В нормальных условиях жизни меланхолик — человек глубокий, содержательный, отличается большой тактичностью, может прекрасно справляться с жизненными проблемами. При неблагоприятных условиях он может превратиться в замкнутого, необщительного, боязливого, тревожного человека.

Еще Б. М. Теплов обратил внимание на то, что в зависимости от особенностей темперамента люди различаются не конечным результатом действий, а способом достижения результатов. Развивая эту мысль, отечественные психологи провели ряд исследований с целью установить зависимость между способом выполнения действий и особенностями темперамента. В этих исследованиях рассматривался индивидуальный стиль деятельности как путь к достижению результатов или способ решения определенной задачи, обусловленный главным образом типом нервной системы. Результаты исследований подавляющего большинства авторов, независимо от особенностей исследуемых групп и экспериментальных ситуаций, в которых изучался типичный для данных индивидов способ выполнения действий, показывают, что именно тип нервной деятельности, и прежде всего сила и подвижность нервных процессов, оказывает существенное влияние на формирование определенного стиля деятельности.

Например, лица с преобладанием возбуждения на первом этапе проявляют повышенную активность, но при этом совершают много ошибок. Затем они вырабатывают свой стиль деятельности, и количество ошибок уменьшается. С другой стороны, лица с преобладанием торможения на первых порах, как правило, малоактивны, их деятельность непродуктивна, но затем они формируют свой способ выполнения деятельности, и продуктивность их труда резко возрастает.

Следует отметить, что нет хороших или плохих типов темперамента. Особая подвижность (реактивность) сангвиника может принести дополнительный эффект, если работа требует смены объектов общения, рода занятий, частого перехода от одного ритма жизни к другому. Люди, отличающиеся слабой нервной системой — меланхолики, — сильнее мотивированы на выполнение более простых действий, чем остальные. Поэтому они меньше устают и раздражаются от их повторения. Более того, поскольку люди со слабой нервной системой более чувствительны к внешним воздействиям, т. е. быстрее на них реагируют, то, как показывают исследования Е. П. Ильина, большинство высококлассных спортсменов-спринтеров обладают именно этим типом нервной системы. В то же время спортсмены, чья деятельность протекает на фоне чрезмерных эмоциональных нагрузок, например, штангисты, в своем большинстве будут обладать сильной нервной системой. Таким образом, бессмысленно стремиться к тому, чтобы



изменить темперамент. Более целесообразным представляется учет свойств темперамента конкретной личности при организации деятельности.

### *3. Понятие характера*

Обычно, когда пытаются оценить или охарактеризовать конкретного человека, говорят о его *характере* (от греч. печать, чеканка). В психологии понятие «характер» означает совокупность индивидуальных психических свойств, складывающихся в деятельности и проявляющихся в типичных для данного человека способах деятельности и формах поведения.

Главная особенность характера как психического феномена состоит в том, что характер всегда проявляется в деятельности, в отношении человека к окружающей его действительности и людям.

Под *чертами характера* понимают психические свойства человека, определяющие его поведение в типичных обстоятельствах. Например, смелость или трусость проявляются в ситуации опасности, общительность или замкнутость — в ситуации общения и т. д.

Существует достаточно много классификаций черт характера. В отечественной психологической литературе чаще всего встречаются два подхода. В одном случае все черты характера связывают с психическими процессами и поэтому выделяют *волевые, эмоциональные и интеллектуальные черты*. При этом к волевым чертам характера относят решительность, настойчивость, самообладание, самостоятельность, активность, организованность и др. К эмоциональным чертам характера относят порывистость, впечатлительность, горячность, инертность, безразличие, отзывчивость и др. К интеллектуальным чертам относят глубокомыслие, сообразительность, находчивость, любознательность и др.

В другом случае черты характера рассматриваются в соответствии с *направленностью личности*. Причем содержание направленности личности проявляется в отношении к людям, деятельности, окружающему миру и себе. Например, *отношение человека к окружающему миру* может проявляться или в наличии определенных убеждений, или в беспринципности. Эта категория черт характеризует жизненную направленность личности, т. е. ее материальные и духовные потребности, интересы, убеждения, идеалы и т. д. Направленность личности определяет цели, жизненные планы человека, степень его жизненной активности.

Другой группой черт характера являются те, которые характеризуют *отношение человека к деятельности*: трудолюбие, склонность к творчеству, добросовестность в работе, ответственное отношение к делу, инициативность, настойчивость и противоположные им черты — лень, недобросовестность, безответственное отношение к делу, пассивность.

Проявлением характера человека является его *отношение к людям*. При этом выделяют такие черты характера, как честность, правдивость, справедливость, общительность, вежливость, чуткость, отзывчивость и

противоположные им черты — замкнутость, черствость, бездушие, грубость, презрение к людям, индивидуализм.

Не менее показательной является группа черт характера, определяющих *отношение человека к самому себе*: чувство собственного достоинства, самокритичность, скромность и противоположное ей самомнение, тщеславие, заносчивость, обидчивость, застенчивость, эгоцентризм как склонность рассматривать в центре событий себя и свои переживания, эгоизм — склонность заботиться преимущественно о своем личном благе.

#### *4. Акцентуации характера*

Понятие «акцентуации» было введено в психологию К. Леонгардом. Его концепция «акцентуированных личностей» основывалась на предположении о наличии основных и дополнительных черт личности. Основных черт значительно меньше, но они являются стержнем личности, определяют ее развитие, адаптацию и психическое здоровье. При значительной выраженности основных черт они накладывают отпечаток на личность в целом, и при неблагоприятных обстоятельствах они могут разрушить всю структуру личности.

*Акцентуация характера* – понятие, введенное немецким психологом К. Леонгардом (1904–1988) и обозначающее чрезмерную выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющую крайние варианты нормы, граничащие с психопатиями. Психопатия – болезненное уродство характера (не затрагивающее интеллект), при котором резко нарушаются взаимоотношения с окружающими людьми.

Степень выраженности характера может быть различной. Представим себе ось, на которой изображена интенсивность проявлений характеров. На ней четко обозначены три зоны: зона абсолютно «нормальных» характеров – зона выраженных характеров (они получили название акцентуаций) – зона сильных отклонений характеров, или психопатий. Первая и вторая зоны относятся к норме, третья – к патологии характера. Соответственно акцентуация рассматривается как крайний вариант нормы.

К. Леонгард полагал, что почти каждый человек может быть отнесен к акцентуированным личностям, так как у него можно обнаружить хотя бы одну из многих акцентуированных черт.

Явление акцентуации может носить временный (возрастной) и постоянный характер. У большинства людей временные акцентуации обнаруживаются в критические периоды жизни, во время болезней, в сложных, напряженных жизненных ситуациях (во время кризисов). Постоянно акцентуированный характер, как правило, отмечается у людей с тяжелым детством.

В связи с тем что большинство акцентуаций характера оформляется к подростковому возрасту и нередко наиболее ярко проявляется именно в нем, рассмотрим классификацию акцентуаций на примере подростков. Такая типология, предложенная А. Е. Личко, включает в себя следующие акцентуации.

1. Гипертимный тип. Индивиды 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, 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. Он характеризуется повышенной раздражительностью и склонностью к апатии. Подростки данного типа предпочитают находиться дома одни вместо того, чтобы где-то быть со своими 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 быть самые ничтожные, например, кем-то случайно оброненное обидное слово, чей-то неприветливый взгляд. Все они «способны погрузиться в уныние и мрачное расположение духа при отсутствии каких-либо серьезных неприятностей и неудач». От сиюминутного настроения этих подростков зависит многое в их психологии и поведении. Соответственно этому настроению настоящее и будущее для них может расцвечиваться то радужными, то мрачными красками. Такие подростки, когда они находятся в подавленном настроении, крайне нуждаются в помощи и поддержке со стороны тех, кто мог бы их настроение поправить, способен их 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 задачи.

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 и 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. Эти подростки характеризуются ранним интеллектуальным развитием, склонностью к размышлениям и рассуждениям, к самоанализу и оценкам поведения других людей. Такие подростки, однако, нередко бывают больше сильны на словах, чем в 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. Его наиболее существенной чертой является замкнутость. Эти подростки не очень тянутся к сверстникам, предпочитают быть одни, находиться в компании взрослых. Духовное одиночество даже не тяготит шизоидного подростка, который живет в своем мире, своими необычными для детей этого возраста интересами. Такие подростки нередко демонстрируют внешнее безразличие к другим людям, отсутствие к ним интереса. Они плохо понимают состояния других людей, их переживания, не умеют сочувствовать. Их внутренний мир зачастую наполнен различными фантазиями, особыми увлечениями. Во внешнем проявлении своих чувств они достаточно сдержаны, 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, ...избивать и дразнить младших и слабых, издеваться над беспомощными и неспособными дать отпор. В детской компании они претендуют не просто на лидерство, а на роль “властелина”. Их типичные черты — жестокость, себялюбие, властность. 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, умеют угодить начальству, добиться определенных преимуществ, завладеть ...постами, дающими в их руки ...власть, установить диктат над другими».

9. Истероидный тип. Главная черта этого типа — эгоцентризм, жажда постоянного внимания к своей особе. У подростков данного типа выражена склонность к театральности, позерству, рисовке. Такие дети с трудом выносят, когда в их присутствии хвалят их товарища, когда другим уделяют больше внимания, чем им самим. Желание привлечь к себе взоры, слушать восторги и похвалы становится для них насущной потребностью. Для таких 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 выступить как настоящие лидеры и организаторы 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, некритическое, а часто 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 оправдание своему поступку, причем нередко не одно.

### ***5. Формирование характера***

Характер является прижизненным образованием. Это означает, что он формируется после рождения человека. Истоки характера человека и первые признаки его проявления следует искать в самом начале жизни.

Основную роль в формировании и развитии характера ребенка играет его общение с окружающими его людьми. В свойственных для него поступках и формах поведения ребенок прежде всего подражает своим близким. При помощи прямого научения через подражание и эмоциональное подкрепление он усваивает формы поведения взрослых.

Сензитивным периодом для становления характера можно считать возраст от двух-трех до девяти-десяти лет, когда дети много и активно общаются как с окружающими взрослыми людьми, так и со сверстниками. В этот период они открыты для воздействий со стороны, с готовностью их принимают, подражая всем и во всем. Взрослые люди в это время пользуются безграничным доверием ребенка, имеют возможность воздействовать на него словом, поступком и действием, что создает благоприятные условия для закрепления нужных форм поведения. Весьма важны для становления характера ребенка стиль общения взрослых друг с другом, а также способ обращения взрослых с самим ребенком. В первую очередь это относится к обращению родителей, и особенно матери, с ребенком.

Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им качества — эгоистичность, черствость, безразличие к людям. Имеются данные о том, что начало формирования этих черт характера уходит в глубь дошкольного детства, к первым месяцам жизни и определяется тем, как мать обращается с ребенком.

Те свойства характера, которые наиболее ярко проявляются в труде — трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость, — складываются несколько позже, в раннем и дошкольном детстве. Они формируются и закрепляются в играх детей и доступных им видах домашнего труда. Сильное влияние на их развитие оказывает адекватная возрасту и потребностям ребенка стимуляция со стороны взрослых. В характере ребенка сохраняются и закрепляются в основном такие черты, которые постоянно получают поддержку (положительное подкрепление).

В начальных классах школы оформляются черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми. Этому способствует расширение сферы общения ребенка с окружающими за счет множества новых школьных друзей, а также учителей. Если то, что ребенок как личность приобрел в домашних условиях, получает в школе поддержку, то соответствующие черты характера у него закрепляются и чаще всего сохраняются в течение всей дальнейшей жизни. Если же вновь получаемый опыт общения со сверстниками и учителями не подтверждает как правильные те формы поведения, которые ребенок приобрел дома, то начинается постепенная ломка характера, которая обычно сопровождается выраженными внутренними и внешними конфликтами. Происходящая при этом перестройка характера не всегда приводит к положительному результату. Чаще всего имеет место частичное изменение черт характера и компромисс между тем, к чему приучали ребенка дома, и тем, что от него требует школа.

В подростковом возрасте активно развиваются и закрепляются волевые черты характера, а в ранней юности формируются базовые нравственные, мировоззренческие основы личности. К окончанию школы характер человека можно считать в основном сложившимся, и то, что происходит с ним в дальнейшем, почти никогда не делает характер человека неузнаваемым для тех, кто с ним общался в школьные годы.

Следует отметить, что характер не является застывшим образованием, а формируется и трансформируется на протяжении всего жизненного пути человека. Характер не является фатально предопределенным. Хотя он и обусловлен объективными обстоятельствами жизненного пути человека, сами эти обстоятельства изменяются под влиянием поступков человека. Поэтому после окончания учебного заведения характер человека продолжает формироваться или видоизменяться. На данном этапе человек сам является творцом своего характера, поскольку характер складывается в зависимости от мировоззрения, убеждений и привычек нравственного поведения, которые вырабатывает у себя человек, от дел и поступков, которые он совершает, от всей его сознательной деятельности. Этот процесс в современной психологической литературе рассматривается как *процесс самовоспитания*.

Самовоспитание характера предполагает, что человек способен освободиться от излишнего самомнения, может критически посмотреть на себя, увидеть свои недостатки. Это позволит ему определить цель работы над собой, т. е. те черты характера, от которых бы он хотел избавиться или, наоборот, которые хотел бы выработать у себя. Неоценимую помощь в

воспитании характера оказывают старшие, поэтому большинство людей стремится найти себе хорошего наставника. Неслучайно на Востоке говорят; «Если есть ученик, учитель найдется». Пример для подражания не обязательно должен быть реальным. Это может быть киногерой или герой литературного произведения, отличающийся глубокой принципиальностью и исключительной твердостью характера, герой войны, передовой ученый и т. д.

Кроме этого, особое значение в формировании характера принадлежит общественной деятельности человека, активное участие в которой развивает чувство ответственности перед коллективом, способствует развитию организованности, выдержки, чувства долга.

Наиболее эффективным средством формирования характера является труд. Сильными характерами обладают люди, ставящие перед собой большие задачи в работе, настойчиво добивающиеся их решения, преодолевающие все стоящие на пути к достижению этих целей препятствия, осуществляющие систематический контроль за выполнением намеченного. Таким образом, характер, как и другие черты личности, формируется в деятельности.

## **Тема 10 Способности**

### *1. Понятие способностей*

### *2. Виды и уровни способностей*

### *3. Развитие способностей*

#### *1. Понятие способностей*

Когда пытаются объяснить, почему люди, оказавшиеся в одинаковых условиях, достигают разных успехов, обращаются к понятию *способности*, полагая, что разницу в успехах людей можно объяснить именно этим. Это же понятие используется и тогда, когда исследуются причины быстрого усвоения знаний или приобретения умений и навыков одними людьми и долгого, даже мучительного обучения других.

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.

Таким образом, *способности* - это такие индивидуально-психологические особенности человека, которые отвечают требованиям данной деятельности и являются условием ее успешного выполнения.

Иными словами, под способностями понимают свойства, или качества, человека, делающие его пригодным к успешному выполнению определенной

деятельности. Нельзя быть просто «способным» или «способным ко всему», безотносительно к какому-либо определенному занятию. Всякая способность обязательно является способностью к чему-нибудь, к какой-либо деятельности. Способности и проявляются, и развиваются только в деятельности, и определяют большую или меньшую успешность в выполнении этой деятельности.

Показателями способностей в процессе их развития могут служить темп, легкость усвоения и быстрота продвижения в той или иной области человеческой деятельности. Человек не рождается, имея способности к той или иной деятельности. Врожденными могут быть только *задатки*, составляющие природную основу развития способностей.

*Задатки* - это особенности строения мозга и нервной системы, органов чувств и движений, функциональные особенности организма, данные каждому от рождения. К задаткам относятся некоторые врожденные особенности зрительного и слухового анализаторов, типологические свойства нервной системы, от которых зависит быстрота образования временных нервных связей, их прочность, сила сосредоточенного внимания, выносливость нервной системы, умственная работоспособность.

В качестве задатков следует рассматривать также уровень развития и соотношения первой и второй сигнальных систем. И.П. Павлов различал три специально человеческих типа высшей нервной деятельности: *художественный тип* с относительным преобладанием первой сигнальной системы, *мыслительный тип* с относительным преобладанием второй сигнальной системы, *третий тип* - с относительной уравновешенностью сигнальных систем. Для людей художественного типа характерна яркость непосредственных впечатлений, образность восприятия и памяти, богатство и живость воображения, эмоциональность. Люди мыслительного типа склонны к анализу и систематизации, к обобщенному, абстрактному мышлению.

Задатками могут являться и индивидуальные особенности строения отдельных участков коры головного мозга. Но задатки - лишь предпосылки развития способностей, они являются одним, хоть и очень важным, из условий развития и формирования способностей. Если человек даже с самыми хорошими задатками не будет заниматься соответствующей деятельностью, способности у него не разовьются.

## *2. Виды и уровни способностей*

Существуют разные подходы к классификации способностей. В большинстве из них различают в первую очередь *природные*, или *естественные*, способности (в основе своей биологически обусловленные) и *специфически человеческие* способности, имеющие общественно-историческое происхождение.

Под *природными* способностями понимают те, которые являются общими для человека и животных, особенно высших. Например, такими элементарными способностями являются восприятие, память, способность к элементарной коммуникации. В процессе развития человека данные



биологические способности способствуют формированию целого ряда других, специфически человеческих способностей.

Эти специфически человеческие способности принято разделять на *общие* и *специальные высшие интеллектуальные способности*. В свою очередь, они могут подразделяться на *теоретические* и *практические*, *учебные* и *творческие*, *предметные* и *межличностные* и др.

К *общим* способностям принято относить те, которые определяют успехи человека в самых различных видах деятельности. Например, в данную категорию входят мыслительные способности, тонкость и точность ручных движений, память, речь и ряд других. Таким образом, под общими способностями понимают способности, свойственные для большинства людей.

Под *специальными* способностями подразумеваются те, которые определяют успехи человека в специфических видах деятельности. К таким способностям можно отнести музыкальные, математические, лингвистические, технические, литературные, художественно-творческие, спортивные и др. Следует отметить, что наличие у человека общих способностей не исключает развития специальных способностей, и наоборот.

Большинство исследователей проблемы способностей сходятся на том, что общие и специальные способности не конфликтуют, а сосуществуют, взаимно дополняя и обогащая друг друга. Более того, в отдельных случаях высокий уровень развития общих способностей может выступать в качестве специальных способностей по отношению к определенным видам деятельности.

К числу общих способностей человека относят *способности, проявляющиеся в общении, взаимодействии с людьми*. Эти способности являются социально обусловленными. Они формируются у человека в процессе его жизни в обществе. Без данной группы способностей человеку очень трудно жить среди себе подобных. Так, без владения речью как средством общения, без умения адаптироваться в обществе людей, т. е. правильно воспринимать и оценивать поступки людей, взаимодействовать с ними и налаживать хорошие взаимоотношения в различных социальных ситуациях, нормальная жизнь и психическое развитие человека были бы просто невозможными.

Помимо разделения способностей на общие и специальные принято разделять способности на *теоретические* и *практические*. Теоретические и практические способности отличаются друг от друга тем, что первые определяют склонность человека к абстрактно-теоретическим размышлениям, а вторые — к конкретным практическим действиям. В отличие от общих и специальных способностей теоретические и практические чаще всего не сочетаются друг с другом. Большинство людей обладает или одним, или другим типом способностей. Вместе они встречаются крайне редко, в основном у одаренных, разносторонне развитых людей.

Существует также деление на *учебные* и *творческие* способности. Они отличаются друг от друга тем, что первые определяют успешность обучения,

усвоения человеком знаний, умений и навыков, в то время как вторые определяют возможность открытий и изобретений, создания новых предметов материальной и духовной культуры и др.

В зависимости от того, существуют или отсутствуют условия для развития способностей, они могут быть *потенциальными* и *актуальными*.

Под *потенциальными* способностями понимаются те, которые не реализуются в конкретном виде деятельности, но способны актуализироваться при изменении соответствующих социальных условий. К *актуальным* способностям, как правило, относят те, которые необходимы именно в данный момент и реализуются в конкретном виде деятельности. Потенциальные и актуальные способности выступают косвенным показателем характера социальных условий, в которых развиваются способности человека. Именно характер социальных условий препятствует или способствует развитию потенциальных способностей, обеспечивает или не обеспечивает превращение их в актуальные.

Способности не только совместно определяют успешность деятельности, но и взаимодействуют друг с другом, оказывая влияние друг на друга. Определенное сочетание различных высокоразвитых способностей определяет уровень развития способностей у конкретного человека.

В психологии чаще всего встречается следующая классификация уровней развития способностей: способность, одаренность, талант, гениальность.

Следующим уровнем развития способностей является *одаренность*. *Одаренностью* называется своеобразное сочетание способностей, которое обеспечивает человеку возможность успешного выполнения какой-либо деятельности.

В этом определении необходимо подчеркнуть то, что от одаренности зависит не успешное выполнение деятельности, а только возможность такого успешного выполнения. Для успешного выполнения всякой деятельности требуется не только наличие соответствующего сочетания способностей, но и овладение необходимыми знаниями и навыками. Какую бы феноменальную математическую одаренность ни имел человек, но если он никогда не учился математике, он не сможет успешно выполнять функции самого заурядного специалиста в этой области. Одаренность определяет только возможность достижения успеха в той или иной деятельности, реализация же этой возможности определяется тем, в какой мере будут развиты соответствующие способности и какие будут приобретены знания и навыки.

Следующий уровень развития способностей человека — *талант*. Слово «талант» встречается в Библии, где имеет значение меры серебра, которую ленивый раб получил от господина на время его отсутствия и предпочел зарыть в землю, вместо того чтобы пустить в оборот и получить прибыль (отсюда и поговорка «зарыть свой талант в землю»). В настоящее время под талантом понимают *высокий уровень развития специальных способностей* (музыкальных, литературных и т. д.). Так же как и способности, талант проявляется и развивается в деятельности. Деятельность талантливого человека отличается принципиальной новизной, оригинальностью подхода.

Высший уровень развития способностей называют *гениальностью*. О гениальности говорят, когда творческие достижения человека составляют целую эпоху в жизни общества, в развитии культуры. Гениальных людей очень мало. Принято считать, что за всю пятитысячную историю цивилизации их было не более 400 человек. Высокий уровень одаренности, который характеризует гения, неизбежно связан с незаурядностью в различных областях деятельности. Среди гениев, добившихся подобного универсализма, можно назвать Аристотеля, Леонардо да Винчи, Р. Декарта, Г. В. Лейбница, М. В. Ломоносова. Например, М. В. Ломоносов достиг выдающихся результатов в различных областях знаний: химии, астрономии, математике и в то же время был художником, литератором, языковедом, превосходно знал поэзию. Однако это не означает, что все индивидуальные качества гения развиты в одинаковой степени. Гениальность, как правило, имеет свой «профиль», какая-то сторона в ней доминирует, какие-то способности проявляются ярче.

### *3. Развитие способностей*

Любые задатки, прежде чем превратиться в способности, должны пройти большой путь развития. Для многих человеческих способностей это развитие начинается с рождения человека и, если он продолжает заниматься теми видами деятельности, в которых соответствующие способности развиваются, не прекращается до конца жизни.

В развитии способностей условно можно выделить несколько этапов. Каждый человек в своем развитии проходит периоды повышенной чувствительности к тем или иным воздействиям, к освоению того или иного вида деятельности. Например, у ребенка в возрасте двух-трех лет интенсивно развивается устная речь, в пять-семь лет он наиболее готов к овладению чтением. В среднем и старшем дошкольном возрасте дети увлеченно играют в ролевые игры и обнаруживают чрезвычайную способность к перевоплощению и вживанию в роли.

Эти периоды особой готовности к овладению специальными видами деятельности рано или поздно кончаются, и если какая-либо функция не получила своего развития в благоприятный период, то впоследствии ее развитие оказывается чрезвычайно затруднено, а то и вовсе невозможно. Поэтому для развития способностей ребенка важны все этапы его становления как личности. Нельзя думать, что в более старшем возрасте ребенок сможет наверстать упущенное.

Первичный этап в развитии любой способности связан с созреванием необходимых для нее органических структур или с формированием на их основе нужных функциональных органов. Обычно это происходит в период от рождения до шести-семи лет. На данном этапе происходит совершенствование работы всех анализаторов, развитие и функциональная дифференциация отдельных участков коры головного мозга. Это создает благоприятные условия для начала формирования и развития у ребенка общих способностей,

определенный уровень которых выступает в качестве предпосылки для последующего развития специальных способностей.

В это же время начинается становление и развитие специальных способностей. Затем развитие специальных способностей продолжается в школе, особенно в младших и средних классах. Поначалу развитию специальных способностей помогают различного рода детские игры, затем существенное влияние на них начинает оказывать учебная и трудовая деятельность. Именно игры дают первоначальный толчок к развитию способностей. В процессе игр происходит развитие многих двигательных, конструкторских, организаторских, художественно-изобразительных и других творческих способностей. При этом важной особенностью игр является то, что в них, как правило, развивается не одна, а сразу целый комплекс способностей.

Не все виды деятельности, которой занимается ребенок, будь то игра, лепка или рисование, имеют одинаковое значение для развития способностей. Наиболее способствует развитию способностей творческая деятельность, которая заставляет ребенка думать. Такая деятельность всегда связана с созданием чего-либо нового, открытием для себя нового знания, обнаружением в самом себе новых возможностей. Это становится сильным и действенным стимулом к занятиям ею, к приложению необходимых усилий, направленных на преодоление возникающих трудностей. Более того, творческая деятельность укрепляет положительную самооценку, повышает уровень притязаний, порождает уверенность в себе и чувство удовлетворенности от достигнутых успехов.

Если выполняемая деятельность находится в зоне оптимальной трудности, т. е. на пределе возможностей ребенка, то она ведет за собой развитие его способностей, реализуя то, что Л. С. Выготский называл *зоной ближайшего развития*. Деятельность, не находящаяся в пределах этой зоны, в гораздо меньшей степени способствует развитию способностей. Если она слишком проста, то обеспечивает лишь реализацию уже имеющихся способностей; если же она чрезмерно сложна, то становится невыполнимой и, следовательно, также не приводит к формированию новых умений и навыков.

Как вы помните, развитие способностей в значительной мере зависит от условия, позволяющих реализоваться задаткам. Одним из таких условий являются особенности семейного воспитания. Если родители проявляют заботу о развитии способностей своих детей, то вероятность обнаружения у детей каких-либо способностей более высока, чем когда дети предоставлены сами себе.

Другую группу условия развития способностей определяют особенности макросреды – особенности общества, в котором родился и растет человек. Наиболее позитивным фактором макросреды является та ситуация, когда общество проявляет заботу о развитии способностей у своих членов. Эта забота общества может выражаться в постоянном совершенствовании системы образования, а также в развитии системы профессиональной ориентации подрастающего поколения.

С. Л. Рубинштейн следующим образом сформулировал основное правило развития способностей человека: «Развитие способностей совершается по спирали: реализация возможности, которая представляет собой способность одного уровня, открывает новые возможности для дальнейшего развития способностей более высокого уровня. Одаренность человека определяется диапазоном новых возможностей, который открывает реализация наличных возможностей».

## **ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

### **Планы семинарских занятий**

#### **Занятие по теме 1 Предмет, задачи и методы общей психологии**

##### *Учебные вопросы темы*

1. Предмет психологии
2. Основные этапы развития психологической науки.
3. Структура психологии
3. Методы психологии

##### *Вопросы для самоконтроля и повторения*

1. Что является предметом психологии? Дайте классификацию психических явлений.
2. В чем основное отличие психических состояний и психических процессов?
3. Какие психические процессы вы знаете?
4. Назовите основные свойства личности.
5. Каковы особенности развития психологии на различных этапах?
6. Какие психологические науки в наше время особенно интенсивно развиваются?
7. Какие группы методов выделяют в психологии?
8. Какие методы психологических исследований вы знаете?

##### *Вопросы для размышления и обсуждения*

1. Психология изучает психические явления. Как можно конкретизировать предмет психологии?
2. В каких сферах и при решении каких задач, на ваш взгляд, роль психологии особенно важна?
3. Почему для развития психологии важно существование различных парадигм?
4. Почему психология имеет особое значение для сферы образования?

## **Занятие по теме 3 Ощущения и восприятие**

### *Учебные вопросы темы*

1. Понятие, свойства, виды и закономерности ощущений.
2. Понятие, свойства и виды восприятия.
3. Развитие сенсорно-перцептивной сферы школьника

### Вопросы для самоконтроля и повторения

1. Что такое «ощущение»? Каковы основные характеристики данного психического процесса?
2. Что является физиологическим механизмом ощущений?
3. Какие вы знаете классификации ощущений?
4. Охарактеризуйте основные виды ощущений.
5. Расскажите об основных свойствах ощущений.
6. Каковы основные закономерности ощущений?
7. Охарактеризуйте восприятие как познавательный психический процесс. Охарактеризуйте основные свойства восприятия.
8. Что вы знаете об иллюзиях восприятия?
9. Какие вы знаете формы восприятия?
10. В чем проявляются индивидуальные различия в восприятии?
11. Раскройте основные закономерности развития восприятия у детей.

### Вопросы для размышления и обсуждения

1. Какова необходимость изучения ощущений человека?
2. Почему восприятие невозможно без двигательных актов?
3. Как каждое свойство восприятия можно учитывать в учебном процессе?

## **Занятие по теме 4 Внимание и память**

### *Учебные вопросы темы*

1. Понятие памяти
2. Процессы памяти
3. Понятие внимания
4. Виды внимания

### Вопросы для самоконтроля и повторения

Дайте характеристику памяти как познавательному психическому процессу.

Дайте характеристику основным видам памяти.

Охарактеризуйте основные виды запоминания.

Расскажите об исследованиях процессов запоминания в работах П. И. Зинченко и А. А. Смирнова.

Охарактеризуйте процессы воспроизведения и узнавания.

Что вы знаете о произвольном и произвольном воспроизведении?

В чем разница между процессом воспроизведения и узнавания?

Расскажите о законе забывания, открытом Г. Эббингаузом.

Укажите основные особенности развития памяти и внимания в онтогенезе.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Каково значение памяти в жизни человека?
2. Какие способы и методы, направленные на замедление процессов забывания, вы знаете?
3. Какие способы привлечения и поддержания внимания учащихся может использовать учитель на уроке
4. Каковы возможности учителя по развитию внимания и памяти у школьников?

## **Занятие по теме 5 Мышление и воображение**

*Учебные вопросы темы*

1. Понятие мышления
2. Понятие воображения
3. Развитие мышления и воображения школьников.

Вопросы для самоконтроля и повторения

1. Дайте определение мышлению.
2. Почему мышление определяют как обобщенный и опосредствованный познавательный процесс?
3. Назовите основные характеристики мышления.
4. В чем выражается взаимосвязь мышления и речи?
5. Охарактеризуйте основные типы мышления: наглядно-образное, наглядно-действенное, понятийное, словесно-логическое и др.
6. Что вы знаете о понятии? Расскажите об общих и единичных понятиях.
7. Расскажите об умозаключении как высшей форме мышления.
8. Что вы знаете о сравнении как операции мышления?
9. Охарактеризуйте анализ и синтез как операции мышления.
10. Дайте характеристику абстракции как операции мыслительного отвлечения.
11. Расскажите о конкретизации как процессе представления единичного.

12. Дайте характеристику процесса воображения.
13. С какими психическими процессами связан процесс воображения?
14. Охарактеризуйте воссоздающее и творческое воображение.

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Какова роль мышления в познавательной деятельности человека, в его жизни в целом?
2. Какой вид мышления, выделяемый по форме, возникает позже остальных и почему?
3. Раскройте роль воображения в жизни человека

## **Занятие по теме 7 Эмоции и чувства**

*Учебные вопросы темы*

1. Понятие эмоций
2. Виды эмоций
3. Развитие эмоциональной сферы школьника

Вопросы для самоконтроля и повторения

1. В чем заключается сущность эмоций?
2. Раскройте основные характеристики эмоций.
3. Чем эмоции отличаются от чувств?
4. Что такое чувства?
5. Что такое астенические эмоции?
6. В чем заключается амбивалентность эмоций?
7. В чем заключаются функции эмоциональной сферы личности?
8. Назовите фундаментальные эмоции, определенные К. Изардом.
9. Охарактеризуйте высшие чувства человека.
10. Что такое аффект, настроение, стресс?
11. Каковы особенности развития эмоциональной сферы школьника на различных этапах школьной жизни?

Вопросы для размышления и обсуждения

1. Поясните, как эмоции могут регулировать поведение и в целом жизнь человека.
2. Какие эмоции (положительные или отрицательные) более важны для выживания организма? Почему?
  1. Что можно делать, чтобы противостоять стрессу?



## Занятие по теме 9 Темперамент и характер

### *Учебные вопросы темы*

1. Понятие темперамента и его физиологические основы
2. Типы темперамента Индивидуальный стиль деятельности.
3. Понятие характера
3. Акцентуации характера
5. Формирование характера

### Вопросы для самоконтроля и повторения

1. Что такое темперамент?
2. Каковы основные свойства темперамента?
3. В чем заключается суть учения о темпераменте Гиппократов?
4. Что вы знаете о типологии темперамента Э. Кречмера?
5. Что является физиологической основой темперамента?
6. Дайте характеристику основным типам темперамента.
7. В каких особенностях поведения человека проявляется темперамент?
8. В чем выражаются особенности соотношения темперамента и успешности деятельности человека?
9. Раскройте суть понятия «характер».
10. *Как соотносятся характер и направленность личности?*
11. Что входит в структуру характера?
12. Охарактеризуйте интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты характера.
13. Охарактеризуйте виды акцентуации характера по А. Е. Личко.
14. Каковы особенности формирования характера на разных стадиях школьной жизни?

### *Вопросы для размышления и обсуждения*

1. Можете ли вы изменить свой темперамент?
2. Как учитель может использовать в педагогической деятельности знания о темпераменте?
3. Ученика какого типа темперамента легче обучать? Почему?
4. Человек какого темперамента наилучшим образом подходит для профессии педагога?
5. В чем заключается роль взаимодействия ребенка и взрослого в формировании характера?

## РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

### Тестовые задания для текущего контроля знаний

::1::Общая психология - это наука о ~филогенетических формах психики  
=наиболее общих закономерностях, выявляемых психологией

~онтогенетических формах психики

~психологической помощи человеку и животным

2::К основным категориям общей психологии относятся

= психические процессы, состояния и свойства

~ум, чувства и воля

~эмоции, характер и темперамент

~человек, личность и общество

::3::К психическим процессам обычно относят

= познавательные, эмоциональные и волевые

~мыслительные, аффективные и характерные

~мнемические, волевые и темпераментные

~чувственные, эмоциональные и личностные

::4::К психическим состояниям в большей мере относятся

=настроения

~мысли

~чувства

~ощущения

::5::К психическим состояниям в большей мере относятся

=сомнения

~ощущения

~чувства

~мысли

::6::К психическим свойствам в большей мере относятся

=темперамент

~мысли

~настроения

~аффекты

::7::Предметом психологии в психоанализе является

~соотношение психики и поведения

~соответствие внешнего явления его образу

=взаимосвязь сознания и бессознательного

~психологическая самозащита

::8::Предметом психологии в бихевиоризме является

~психика

~сознание

=поведение

~бессознательное

::9::Выделяют три стадии в развитии психики животных:

~сенсорная, перцептивная и логическая

~сенсорная, субсенсорная и перцептивная

~сенсорная, образная и мнемическая

=сенсорная, перцептивная и интеллектуальная

::10::Нервная система на сенсорной стадии развития психики животных

~узловая или центральная

~примитивная или развитая

~центральная или примитивная

=диффузная или ганглиозная

::11::Нервная система на перцептивной стадии развития психики животных

~узловая

~диффузная

~ганглиозная

=центральная

::12::Нервная система на интеллектуальной стадии развития психики животных представляет собой

~рассеянное нервное сплетение

~диффузное нервное сплетение

~узловое соединение с головным ганглием

=ЦНС с выделением спинного и головного мозга

::13::Форма отражения на сенсорной стадии развития психики животных

~мышление

~память

~восприятие

=ощущение

::14::Форма отражения на перцептивной стадии развития психики животных

~ощущение

~память

~мышление

=восприятие

::15:: Форма отражения на интеллектуальной стадии развития психики животных

~ощущение

~восприятие

~память  
=мышление

::16::Форма поведения на сенсорной стадии развития психики животных –  
~приспособление  
~интеллектуальная  
~навык  
=инстинкт

::17:: Форма поведения на перцептивной стадии развития психики животных –  
~приспособление  
~интеллектуальная  
~инстинкт  
=навык

::18::Форма поведения на интеллектуальной стадии развития психики животных –  
~приспособление  
~инстинкт  
~навык  
=интеллектуальная

::19::Основной единицей деятельности является  
~мотив  
~цель  
=действие  
~задача

::20::Ощущение возникает как реакция нервной системы на тот или иной раздражитель и имеет:

=рефлекторный характер

~энергичный характер

~инстинктивный характер

~непонятный характер

::21::По критерию месторасположения рецепторов ощущения на экстероцептивные, интероцептивные и проприоцептивные разделил:

=Ч. Шеррингтон

~З. Фрейд

~Л.С. Выготский

~К. Хорни

::22::По месту расположения рецепторов выделяют ощущения:

=экстероцептивные

=интероцептивные

=проприоцептивные

~интровертированные

::23::Экстероцептивные ощущения делятся на:

=контактные

=дистантные

~афферентные

~эфферентные

::24::Периферические рецепторы проприоцептивных ощущений находятся:

=в мышцах

=в сухожилиях и связках

~в носовой полости

~в стенках желудка и кишечника

::25::Изменение чувствительности органов чувств под влиянием действия раздражителя это:

=адаптация

~сенсбилизация

~взаимодействие ощущений

~синестезия

::26::Целостное отражение предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств называется:

=восприятие

~ощущение

~память

~воображение

::27::По форме существования материи различают следующие виды восприятия:

=восприятие пространства

=восприятие времени

=восприятие движения

~преднамеренное восприятие

::28::Получение первичных образов обеспечивают:

=сенсорно-перцептивные процессы

~процессы мышления

~процессы воображения

~процессы памяти

::29::Восприятие часто принято называть ...:

=перцепцией

~осозанием

~наблюдательностью

~чувствительностью

::30::Ошибочное восприятие реальных вещей или явлений называют:

=иллюзией

~воображением

~бредом

~галлюцинацией

::31::Минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение – это порог ощущений:

=нижний абсолютный

~дифференциальный

~временный

~верхний абсолютный

:32::Максимальная величина раздражителя, которую способен адекватно воспринимать анализатор называется порогом ощущений:

=верхний абсолютный

~нижний абсолютный

~дифференциальный

~временный

::33::Минимальное значение изменения интенсивности сигнала, вызывающее ощущение – это:

=разностный порог

~нижний абсолютный

~временный

~верхний абсолютный

::34::Ощущения, возникающие при воздействии внешних стимулов на рецепторы, расположенные на поверхности тела, называются:

=экстероцептивными

~интероцептивными

~проприоцептивными

~интерактивными

::35::Рецепторы, специализирующиеся на отражении воздействий из внутренней среды организма, называются:

=интерорецепторы

~экстерорецепторы

~проприорецепторы

~внутренними

::36::К основным свойствам ощущений относятся:

=качество

=интенсивность

=длительность

~объем

::37::Свойство человека, проявляющиеся как способность замечать в воспринимаемом малоизвестные, но существенные детали, характеризуют:

=наблюдательность

~иллюзия

~перцептивные действия

~осязание

::38::Направленность и сосредоточенность сознания на определенных объектах или определенной деятельности при отвлечении от всего остального называется:

=внимание

~ощущение

~речь

~память

::39::Простейший психический процесс, состоящий в отражении отдельных свойств внешних предметов и явлений окружающего мира (внутренних состояний организма), непосредственно воздействующих на органы чувств называется:

=ощущение

~внимание

~речь

~мышление

::40::Целостное отражение предметов и явления объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств называется:

=восприятие

~память

~мышление

~внимание

::41::К основным свойствам внимания относят:

=устойчивость

=колебания объем

=распределение

~глубина

::42::Длительность сосредоточения внимания на объекте или явление называется:



=устойчивость

~объем

~интенсивность

~колебание

::43::Понятие «доминанта» в науку было введено:

=А.А. Ухтомским

~Л.С. Выготским

~П.Я. Гальпериным

~У. Найссером

::44::Сосредоточенность внимания на объекте в силу его особенностей называется:

=непроизвольным

~произвольным

~послепроизвольным

~зрительным

::45::Причиной возникновения произвольно внимания к любому объекту является:

=постановка цели деятельности

=активизация воли

~отсутствие цели деятельности

~необычность раздражителя

::46::Степень сосредоточенности сознания на объекте – это такой показатель внимания как:

=концентрация

~переключение

~колебание

~объем

::47::Психический процесс, состоящий в запоминании, сохранении и последующем воспроизведении индивидом своего опыта называется:

=памятью

~мышлением

~вниманием

~сознанием

::48::К процессам памяти относится:

=запоминание

=сохранение

=воспроизведение

~реконструкция

::49::Объем хранящейся информации в кратковременной памяти:

= $7 \pm 2$

~неограничен

~предел неизвестен

~примерно 10

:: 50::Автором теории забывания как следствия постепенного угасания следов памяти является:

=Г. Эббингауз

~А. Маслоу

~К. Юнг

~Р.С. Немов

::51::График зависимости забывания логически однородной информации с момента ее полного усвоения называется:

=кривой забывания Эббингауза

~кривой распределения

~кривой заучивания

~кривой усвоения

::52::Сосредоточенность сознания на каком-нибудь предмете, явлении или переживании обеспечивает:

=внимание

~память

~рефлексия

~восприятие

::53::Память, основанная на многократном повторении материала без его осмысления, называется:

=механической

~долговременной

~эмоциональной

~произвольной

::54::Способность одновременно сохранять определенное количество информации называется:

=объем памяти

~быстрота памяти

~точность памяти

~длительность памяти

::55::Адекватное воспроизведение фактов и событий, с которыми сталкивается человек, а также адекватное воспроизведение содержания информации называется:

=точность запоминания

~объем запоминания

~быстрота запоминания

~длительность запоминания

::56::Какие из перечисленных видов памяти относятся к классификации «по продолжительности закрепления и сохранения материала»:

=кратковременная

=долговременная

~образная

~эмоциональная

::57::Какие из перечисленных видов памяти относятся к классификации «по характеру психической активности»:

=двигательная

=образная

~долговременная

~кратковременная

::58::Вид памяти, проявляющийся в ходе выполнения определенной деятельности и актуализирующий информацию, необходимую для выполнения этой деятельности:

=оперативная

~эмоциональная

~словесно-логическая

~непроизвольная

::59::Запоминание и воспроизведение, в котором отсутствует специальная цель что-то запомнить или припомнить называется:

=непроизвольной памятью

~оперативной памятью

~словесно-логической памятью

~долговременной памятью

::60::Память на представления, картины природы, ощущения называется:

=образная

~двигательная

~эмоциональная

~произвольная

::61:: Какие из перечисленных видов памяти относятся к классификации «по характеру участия воли»:

=непроизвольная

=произвольная

~долговременная

~эмоциональная

::62::Запоминание, сохранение и воспроизведение простых и сложных движений это память:

=двигательная

~оперативная

~произвольная

~промежуточная

::63::Социальнообусловленный, неразрывно связанный с речью психический процесс поисков и открытия существенно нового, процесс опосредованного и обобщенного отражения действительности в ходе ее анализа и синтеза называется:

=мышление

~воображение

~восприятие

~внимание

::64::Индивидуальная особенность мышления, выражающаяся в умении проникнуть в сущность сложных явлений, процессов называется:

=глубина

~самостоятельность

~гибкость

~широта

::65::Индивидуальная особенность мышления, выражающаяся в умении изменить намеченный вначале путь (план) решения задач, если он не удовлетворяет вновь открывшимся или изменившимся условиям называется:

=гибкость

~самостоятельность

~широта

~глубина

::66:: Индивидуальная особенность мышления, выражающаяся в умении увидеть и поставить новый вопрос, новую проблему и затем решить их своими силами:

=самостоятельность

~гибкость

~широта

~быстрота

::67:: К видам мышления относятся:

=наглядно-действенное

=наглядно-образное

=словесно-логическое

~умозаключение

::68:: Вид мышления, опирающийся на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование ситуации в процессе действий с предметами, формирующийся к 3-м годам, называется:

=наглядно-действенное

~словесно-логическое

~наглядно-образное

~умозаключение

::69:: Вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы, преобразование ситуации совершается с воображаемыми образами, формирующийся к 7-ми годам, называется:

=наглядно-образное

~наглядно-действенное

~словесно-логическое

~умозаключение

::70:: Вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями, формирующийся к старшему школьному возрасту, называется:

=словесно-логическое

~наглядно-образное

~наглядно-действенное

~умозаключение

::71::Считается доказанным, что наиболее поздним продуктом исторического развития мышления является:

=словесно-логическое

~наглядно-образное

~наглядно-действенное

~другое

::72::Форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями, утверждающая или отрицающая что-либо называется:

=суждение

~понятие

~умозаключение

~правильных ответов нет

:: 73::Вывод из нескольких суждений, дающий нам новое знание о предметах и явлениях объективного мира называется:

=умозаключение

~суждение

~понятие

~правильных ответов нет

::74::Логический переход в процессе мышления от общего к частному называется:

=дедукцией

~индукцией

~понятием

~рассуждением

::75::Психический процесс создания новых образов на основе ранее воспринятых называется:

=воображение

~память

~мышление

~внимание

::76::Воображение, характеризующееся созданием образов не воплощенных в жизнь, называется:

=пассивное

~активное

~творческое

~воссоздающее

::77::Воображение, которое в своей основе имеет образы, опирающееся на описания и схемы, называется:

=воссоздающее

~творческое

~непреднамеренное

~активное

::78::Прием воображения, заключающийся в «склеивании», комбинации отдельных элементов или частей нескольких предметов в один образ называется:

=агглютинация

~гиперболизация

~акцентирование

~типизация

::79::Прием воображения, заключающийся в увеличении или уменьшении размеров предмета, изменении количества частей предмета называется:

=гиперболизация

~акцентирование

~типизация

~агглютинация



::80::К формам мышления относят:

=понятия

=суждения

=умозаключения

~отвлечения

:: 81::Исторически сложившаяся форма общения человека с другим человеком или с самим собой, опосредованная использованием естественного языка называется:

=речью

~воображением

~вниманием

~мышлением

::82::Вид речи, определяемый как, вербальное общение при помощи языковых средств, воспринимаемых на слух, называется:

=устная речь

~письменная речь

~контекстная речь

~внутренняя речь

::83::Определите правильное соответствие понятий, которые характеризуют свойства ощущений:

=основная характеристика ощущения, отличающая его от других видов ощущений или варьирующая в пределах данного вида -> качество

=количественная характеристика ощущений -> интенсивность

=характеристика ощущения во времени -> продолжительность

::84::Определите правильное соответствие понятий, определяющих уровни чувствительности:

=минимальная сила раздражителя, которая уже способна вызвать ощущение -  
> нижний порог чувствительности

=максимальная сила раздражителя, при которой еще возникает адекватное действующему раздражителю ощущение -> верхний порог чувствительности

=минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающее едва заметное различие ощущений -> разностный порог

::85::Определите правильное соответствие понятий, определяющих виды ощущений:

=зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые ощущения -> экстероцептивные

=ощущение сердцебиения, жажды, голода -> интероцептивные

=ощущения о положении тела в пространстве -> проприоцептивные

::86::Определите правильное соответствие понятий, определяющих характеристики восприятия:

=внутренняя органическая взаимосвязь частей и целого в образе -> целостность

=относительное постоянство восприятия образа -> константность

=искаженное восприятие реально существующей действительности -> иллюзия

::87::Определите правильное соответствие понятий, определяющих характеристики восприятия:

=понимание связи сущности предметов и явлений через процесс мышления -> осмысленность

=преимущественное выделение одних объектов перед другими в процессе восприятия -> избирательность

=зависимость восприятия от опыта, знаний, интересов и установок личности -> апперцепция

::88::Соотнесите понятия, обозначающие виды восприятия:

=отражение объективно существующего мира, включая восприятие формы, величины и взаимного расположения объектов...-> восприятие пространства

=отражает изменения положения, которое объекты занимают в пространстве -> восприятие движения

=отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности -> восприятие времени

::89::Соотнесите понятия, характеризующие свойства внимания:

=длительность сосредоточения на объекте -> устойчивость внимания

=количество объектов, одновременно удерживаемых в сознании -> объем внимания

=возможность одновременного выполнения индивидом двух и более видов деятельности -> распределение внимания

::90::Соотнесите понятия, характеризующие виды внимания:

=внимание возникает без намерения, заранее поставленной цели и без волевых усилий -> непроизвольное внимание

=активное, целенаправленное сосредоточение сознания, связанное с волевыми усилиями -> произвольное внимание

=внимание, возникающее через «вхождение в деятельность» и связанный с этим интерес -> послепроизвольное внимание

::91::Соотнесите понятия, характеризующие свойства памяти:

=способность одновременно сохранять определенное количество информации -> объем

=адекватное воспроизведение фактов, событий и информации с которыми сталкивается человек -> точность

=время сохранения информации -> длительность

::92::Соотнесите понятия, характеризующие виды запоминания:

=человек не ставит перед собой специальной цели запомнить и не производит для этого никаких усилий -> непроизвольное запоминание

=человек сознательно ставит перед собой цель запомнить, и прилагает для ее осуществления усилия воли -> произвольное запоминание

=формируется в результате только многократных, стереотипных повторений -> механическое запоминание

::93:: Соотнесите понятия, характеризующие мыслительные операции:

=операция разделения сложного объекта на составляющие его части -> анализ

=операция, основанная на установлении сходства и различия между объектами -> сравнение

=операция, основанная на выделении существенных свойств и связей предмета и отвлечении от других, несущественных -> абстрагирование

::94:: Соотнесите понятия, характеризующие мыслительные операции:

=операция, позволяющая в едином процессе мысленно переходить от частей к целому -> синтез

=мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам -> обобщение

=процесс, обратный абстрагированию, возвращение мысли от общего и абстрактного к конкретному с целью раскрытия содержания -> конкретизация

::95::Соотнесите виды мышления и период их созревания:

=наглядно-действенное -> к 3 годам

=наглядно-образное -> к 7 годам

=словесно-логическое -> к старшему школьному возрасту

::96:: Соотнесите понятия, характеризующие виды мышления:

=мышление, опирающееся на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование ситуации в процессе действий с предметами -> наглядно-действенное

=мышление, характеризующееся опорой на представления и образы, преобразование ситуации совершается с воображаемыми образами -> наглядно-образное

=мышление, осуществляемое при помощи логических операций с понятиями -> словесно-логическое

::97:: Соотнесите понятия, обозначающие формы мышления:

=форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями, утверждающая или отрицающая что-либо -> суждение

=форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений выраженная словом или группой слов -> понятие

=вывод из нескольких суждений, дающий нам новое знание о предметах и явлениях объективного мира -> умозаключение

::98:: Соотнесите понятия, обозначающие приемы и способы воображения:

=соединение, «склеивание» отдельных элементов или частей нескольких предметов в единый образ -> агглютинация

=выделение и подчеркивание какой-либо части в создаваемом образе -> акцентирование

=сглаживание различий предмета и выделение черт сходства между ними -> схематизация

::99:: Соотнесите понятия, обозначающие приемы и способы воображения:

=выделение существенного, повторяющегося в однородных явлениях, и воплощение его в конкретном образе -> типизация

=выделение и подчеркивание какой-либо части в создаваемом образе -> акцентирование

=увеличение или уменьшение размеров предмета, изменении количества частей предмета -> гиперболизация

::100:: Соотнесите понятия, обозначающие виды речи:

=вербальное общение при помощи языковых средств, воспринимаемых на слух -> устная речь

=использование языка вне процесса реальной коммуникации -> внутренняя речь

=способ межличностного общения людей при помощи системы телодвижений -> жестовая речь

::101:: Показателем аффекта не является:

- незначительное изменение сознания;
- нарушение контроля воли за своими действиями;
- сохранение самообладания;
- сохранение контроля воли за своими действиями.

::102:: Самое длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека, называется:

- собственной эмоцией;
- аффектом;
- настроением;
- чувством.

::103:: Чувства, связанные с познавательной деятельностью, называются чувствами:

- моральными;
- интеллектуальными;
- эстетическими;
- практическими.

::104:: Сильное эмоциональное состояние взрывного характера, влияющее на всю личность, характеризующееся бурным протеканием, изменением сознания и нарушением волевого контроля,—это:

- аффект;
- страсть;
- фрустрация;
- стресс.

### **Список вопросов к экзамену по разделу «Общая психология»**

1. Предмет психологии.
2. Основные этапы развития психики в филогенезе
3. **Сознание** как высшая форма развития психики
4. Методы исследования в психологии
5. Понятие деятельности, ее основные характеристики.
6. Виды деятельности
7. Ощущение и его общие закономерности
8. Понятие о восприятии, свойства восприятия
9. Виды восприятия и их характеристика
10. Понятие о внимании, функции и свойства внимания
11. Виды внимания и критерии их классификации
12. Понятие о памяти, теории памяти
13. Психологическая характеристика видов памяти
14. Процессы памяти и их психологическая характеристика
15. Понятие и виды мышления
16. Мышление как процесс
17. Определение и виды воображения

18. Приемы и способы процесса воображения
19. Речь, ее виды и функции
20. Речь и познавательные процессы
21. Понятие о темпераменте, теории темперамента
22. Типы темпераментов и их психологическая характеристика
23. Понятие о характере, структура характера
24. Акцентуации черт характера
25. Понятие о способностях, виды и уровни способностей
26. Понятие о воле, структура волевого действия
27. Волевые качества личности и их формирование
28. Понятие об эмоциях и чувствах
29. Формы переживания чувств
30. Способности, их виды и уровни

## ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### Учебно-методическая карта дисциплины «Психология», раздел «Общая психология»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Лекции	Семинары
1	2	3	4	5
1	<b>Предмет, задачи и методы общей психологии.</b>	4	2	2
2	<b>Сознание и деятельность</b>	2	2	-
3	<b>Ощущения и восприятие</b>	4	2	2
4	<b>Внимание и память</b>	4	2	2
5	<b>Мышление и воображение</b>	4	2	2
6	<b>Речь</b>	2	2	-
7	<b>Эмоции и чувства</b>	4	2	2
8	<b>Воля</b>	2	2	-
9	<b>Темперамент и характер</b>	4	2	2
10	<b>Способности</b>	2	2	-
	Всего часов	32	20	12



## Список рекомендуемой литературы к разделу «Общая психология»

### Основная:

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Че Ро, 1998. 336 с.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. // Психология личности. Тексты. – М. Просвещение. 1982. – С. 20-27.
3. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб.: Питер, 2008. 583 с.
4. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
5. Психология личности. В 2 т. - Т.2. Хрестоматия. / Под ред. А.В. Райгородского. Самара, «БАХРАХ», 1999. 544 с.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. – Т. 2. М.: Педагогика, 1989. – С. 103-122, 236-240.
7. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. (Основные положения, исследования и применения). СПб.: Питер Пресс, 1997. 608 с.

### Дополнительная:

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания — СПб.: Питер, 2001. — 288 с
2. Бодров В. А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. – М.: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
3. Введение в психологию / Под общ. ред. проф.А. В. Петровского. — Москва: Издательский центр «Академия», 1996. – 496 с.
4. Введение в психологию: учеб. пособие / Под ред. А.П. Лобанова, С.И. Коптевой. Мн.: Высш. шк.; 2004. – 302 с.
5. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х ч. Ч. 1. М.: Мир, 2000. – 472 с.
6. Вилюнас В. Психология эмоций / В. Вилюнас. - СПб., 2007. – 496с
7. Когнитивная психология / Под ред. В.Н. Дружинина, Д.В. Ушакова. М.: ПЕР СЭ, 2002. – 480 с.
8. Козубовский В.М. Общая психология: познавательные процессы. В 3-х ч. Ч.2. Мн.: Амалфея, 2004. – 311 с.
9. Изард, К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб., 2000. – 464 с.
10. Ильин, Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. - СПб: Питер, 2002. – 288 с.
11. Психология личности. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и др. – М. 1982. – 447 с.
12. Психология индивидуальных различий. Тексты. МГУ, 1982. – 489 с.
13. Рожина Л.Н. Развитие эмоционального мира личности. Мн.: Выш. шк., 2003. – 272с.
14. Тихомиров О.К. Психология мышления. М., 1984. – с. 232-254.