

Д Л Я  Б А К А Л А В Р О В

# ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

С.И. САМЫГИН, Л.Д. СТОЛЯРЕНКО

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ



**КНОРУС**

**Сергей Иванович Самыгин  
Людмила Дмитриевна Столяренко  
Психология и педагогика**

*Текст предоставлен правообладателем  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=16778372](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=16778372)  
Психология и педагогика: КНОРУС; Москва; 2012  
ISBN 978-5-406-01486-8*

**Аннотация**

В краткой и доступной форме изложены современные научные достижения психологии и педагогики, необходимые для усвоения студентами вузов в процессе формирования профессиональных компетенций. Рассматриваются проблемы общей психологии, психологии личности, социальной психологии, зарубежные и отечественные психологические теории личности, а также история и принципы педагогики, методы и формы обучения, педагогические технологии и закономерности, методы воспитания. Включает в себя основные темы курса «Психология и педагогика», вопросы для самоконтроля и список необходимой литературы, а также ответы на все основные вопросы экзаменационных билетов по данному курсу.

Соответствует ФГОС ВПО третьего поколения.

Для бакалавров. Может быть полезно преподавателям школ и других учебных заведений для расширения знаний по психологии и педагогике.

# Содержание

Введение	5
Часть I. Психология	7
Глава 1. Психология как наука	7
1.1. Предмет, объект психологии. Отрасли психологии	7
1.2. Методы психологии	9
1.3. Основные категории психологии. Структура психики человека	10
1.4. Развитие психики в филогенезе	13
1.5. Психика и организм. Психика и мозг	15
1.6. Человеческое поведение и деятельность	19
1.7. Структура сознания. соотношение сознания и бессознательного	24
1.8. Развитие психики в онтогенезе	27
Контрольные вопросы	30
Глава 2. Психические процессы: когнитивные и эмоционально-волевые процессы	31
2.1. Структура процесса приема информации. Ощущения	31
2.2. Восприятие	34
2.3. Внимание	35
2.4. Представления, память и мнемические процессы	37
2.5. Виды, процессы мышления	41
Виды мышления	42
2.6. Воображение	46
2.7. Речь	48
2.8. Интеллект	49
2.9. Креативность, или творческие способности	52
2.10. Эмоциональные процессы: эмоции, чувства, настроения, аффекты, стрессы	54
2.11. Теории эмоций	56
2.12. Волевые процессы. Свобода воли	58
Свобода воли	60
Контрольные вопросы	62
Глава 3. Основные психологические теории	63
3.1. История развития психологического знания	63
3.2. Фрейдизм, психоанализ	66
Теория сексуального развития З. Фрейда	69
3.3. Эго-теория развития личности (Э. Эриксон)	72
3.4. Социокультурная теория личности К. Хорни	76
Конец ознакомительного фрагмента.	78

# **С. И. Самыгин, Л. Д. Столяренко**

## **Психология и педагогика**

### **Учебное пособие**

**Рецензенты:**

**Л.Я. Хоронько**, проф. кафедры социальных коммуникаций и технологий Педагогического института ЮФУ,

**В.Н. Шевелев**, проф. ЮФУ, д-р филос. наук

**Авторы:**

**Самыгин Сергей Иванович**, проф. Ростовского государственного экономического университета, д-р социол. наук,

**Столяренко Людмила Дмитриевна**, проф. Ростовского государственного экономического университета, д-р филос. наук, канд. психол. наук

## Введение

Авторы учебного пособия «Психология и педагогика» ставили своей целью ознакомить студентов с историей и современными научными достижениями психологии и педагогики. Все мы живем среди людей и волей обстоятельств должны учитывать и понимать как психологию людей, так и особенности своей психики и личности. Все мы в той или иной степени психологи. Но наша житейская психология только выиграет и обогатится, если мы дополним ее научными психологическими и педагогическими знаниями.

Так направимся в страну научной психологии и педагогики вместе. Путь наш нелегок, но интересен и, главное, может быть полезным для каждого из нас.

Почти все человеческие несчастья, будь то болезни, неудачи или одиночество, обусловлены неверным пониманием своей собственной природы и вследствие этого ошибочным подходом к самому себе и окружающим. Если вы хотите насладиться успехом во всех областях жизни – в семье, в отношениях с близкими, в учебе, карьере, бизнесе, вопросах здоровья и профессиональной деятельности, – то весь арсенал современных психологических и педагогических знаний к вашим услугам, ибо они создают фундамент необходимых компетенций для любой профессиональной деятельности и, главное, для организации собственной успешной и гармоничной жизни, для самосовершенствования. И начать знакомство с этим арсеналом знаний поможет учебное пособие «Психология и педагогика». Маршрут нашего движения достаточно логичен:

1) общее знакомство с психологией как наукой, с основными понятиями психологии (глава 1);

2) анализ того, как мы воспринимаем, понимаем, осознаем окружающий мир, какие чувства мы испытываем, какие волевые решения способны принимать (глава 2);

3) общее знакомство с тем, как психологи пытаются понять и объяснить природу психики и личности, как развивались психологические знания в истории науки, какие основные зарубежные и отечественные психологические теории существуют в настоящее время (глава 3);

4) анализ того, что есть «Я», к каким типам людей «Я» близок, какова психология личности, самосознания, «Я-концепции» (глава 4);

5) анализ того, как мы превращаемся из новорожденного беспомощного младенца в разумного человека, зрелую личность, как общество влияет на формирование личности (социализация), как мы усваиваем культуру своего народа (инкультурация), какие нарушения психики и поведения могут возникнуть и почему (глава 5);

6) анализ того, как «Я» и «Мы» общаемся и что нам мешает общаться и хорошо понимать друг друга, как на нас влияет группа людей, как складываются взаимоотношения внутри группы и между группами людей, кто становится лидером и какие стили управления наиболее эффективны (глава 6);

7) знакомство с тем, как можно обучать и развивать человека и трудно ли быть педагогом или воспитателем собственного ребенка, происходит в части II «Педагогика», которая в свою очередь рассматривает такие важные вопросы, как:

– основные педагогические категории, отрасли, методы педагогики и функционирование образовательной системы в России (глава 1),

– историческое развитие педагогических теорий, подходов к обучению и воспитанию детей (глава 2),

– принципы, методы, формы обучения, управления учебным процессом, структуру педагогической деятельности (глава 3),

– анализ современных педагогических технологий обучения, применения информационных технологий в обучении (глава 4),

– анализ особенностей семейного воспитания, изучение методов, направлений воспитания в учебном заведении, нужно ли воспитание в вузе (глава 5).

Чтобы легче было оценить, насколько глубоко вы освоили научные термины, теории, закономерности, в конце каждой главы предлагаются вопросы для самопроверки, а желающим дополнить и углубить знания по интересующим психолого-педагогическим вопросам поможет приведенная в конце пособия литература.

Знакомство с психологией и педагогикой предполагает заманчивые перспективы лучшего понимания себя и других, установления четких классификаций человеческого поведения и устойчивых разновидностей типов личности, формирования эффективных способов общения, психологического взаимодействия, управления, воспитания и обучения, в целом – всей вашей жизнедеятельности. Данное учебное пособие позволяет решить и сугубо прагматические проблемы студента: легко освоить учебный материал и успешно сдать зачет или экзамен по курсу «Психология и педагогика».

# Часть I. Психология

## Глава 1. Психология как наука

### 1.1. Предмет, объект психологии. Отрасли психологии

Слово «психология» образовано из греческих слов «психе» (душа) и «логос» (учение, наука). Теоретические истоки психологии как отдельной области знаний возникли в древнегреческой философии более 2 тыс. лет назад. Великий философ античности *Аристотель* в трактате «О душе» выделил психологию как самостоятельную область знания и впервые выдвинул идею неразделимости души и живого тела. В 1590 году немецкий врач, психолог, философ Рудольф Гоклениус впервые употребил термин «психология» для обозначения науки о душе в названии своего труда «Психология, т.е. о совершенстве человека, о душе и прежде всего о возникновении ее». Но общепризнанным термин «психология» становится лишь в XVIII в. после появления работ немецкого философа Христиана Вольфа «Эмпирическая психология», «Рациональная психология», которые стали первыми учебниками по психологии. Экспериментальные, строго научные исследования человеческой психики начались 150 лет назад, когда немецкий ученый Вильгельм Вундт создал первую экспериментальную психологическую лабораторию. С этого времени принято вести отсчет истории психологии как самостоятельной экспериментальной науки.

**Психология выступает как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики.** Объектом психологии является психика как явление природы, частным случаем которого выступает психика животного, психика человека.

В современной психологии основным объектом психологии является человек как субъект, включенный во множество отношений с физическим, биологическим и социальным мирами и выступающий как субъект деятельности, познания, общения.

Психология – это наука о психической жизни отдельного человека и всех людей вместе, опирающаяся на строгие экспериментальные факты, измерения и теории. Психология изучает внутренний мир субъективных (душевных) явлений, процессов и состояний, осознаваемых или неосознаваемых самим человеком, а также его поведение. Таким образом, психологию определяют **как научное исследование поведения и внутренних психических процессов и практическое применение получаемых знаний.**

Задачи психологии в основном сводятся к следующему:

- научиться понимать сущность психических явлений и их закономерности;
- научиться управлять ими;
- использовать полученные знания с целью повышения эффективности деятельности людей в различных отраслях практики, а также с целью повышения психического здоровья, удовлетворенности и счастья людей в их повседневной жизнедеятельности.

Сфера психологической науки сейчас представляет собой весьма разветвленную систему теоретических и прикладных дисциплин, развивающихся на границах со многими науками о природе, обществе и человеке. Различные авторы насчитывают не менее 100 отраслей психологии.

Ядром современной психологии является *общая психология*, которая изучает наиболее общие законы, закономерности и механизмы психики, включает теоретические концепции и экспериментальные исследования. Традиционно в качестве отраслей психологии выделяют *социальную, возрастную, инженерную психологию, психологию труда, клиническую психо-*

логию и психофизиологию, дифференциальную психологию. Особенности психики животных изучает зоопсихология.

Психика человека изучается следующими отраслями психологии:

**генетическая** — изучает наследственные механизмы психики и поведения, их зависимость от генотипа;

**дифференциальная** — изучает индивидуальные различия в психике людей, предпосылки их возникновения и процесс формирования;

**возрастная** — изучает закономерности развития психики нормального здорового человека, психологические особенности и закономерности, присущие каждому возрастному периоду, от младенчества до старости, и в связи с этим делится на *детскую психологию, психологию юности и зрелого возраста, психологию старости (геронтопсихологию)*;

**детская** — изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека, условия ускорения развития;

**педагогическая** — изучает закономерности развития личности в процессе обучения, воспитания;

**социальная** — изучает социально-психологические проявления личности человека, его взаимоотношения с людьми, с группой, психологическую совместимость людей, социально-психологические проявления в больших группах (действие радио, прессы, моды, слухов на различные общности людей).

Можно выделить ряд отраслей психологии, изучающих психологические проблемы конкретных видов человеческой деятельности.

Психология **труда** рассматривает психологические особенности трудовой деятельности человека, закономерности развития трудовых навыков.

**Инженерная** психология изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техники с целью использования их в практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники.

**Авиационная, космическая** психология анализирует психологические особенности деятельности летчика, космонавта.

**Медицинская** психология изучает психологические особенности деятельности врача и поведения больного, разрабатывает психологические методы лечения и психотерапии. В рамках **клинической** психологии, изучающей проявления и причины разнообразных нарушений в психике и поведении человека, а также происходящие во время различных болезней психические изменения, как обособленный раздел входит **патопсихология**, которая изучает отклонения в развитии психики, распад психики при различных формах мозговой патологии.

Предметом изучения **юридической** психологии являются психологические особенности поведения участников уголовного процесса (психология свидетельских показаний, психологические требования к допросу и т.п.), психологические проблемы поведения и формирования личности преступника. **Военная** психология изучает поведение человека в условиях боевых действий.

Дискуссионной областью является **парапсихология**, которая изучает проявления и механизмы возникновения необычных – паранормальных – способностей человека, таких как телепатия, ясновидение, телекинез и пр.

Таким образом, для современной психологии характерен процесс дифференциации, порождающий значительную разветвленность на отдельные отрасли, которые нередко весьма далеко расходятся и существенно отличаются друг от друга, хотя и сохраняют *общий предмет исследования* — факты, закономерности, механизмы психики. Дифференциация психологии дополняется встречным процессом интеграции, в результате которой происходит стыковка психологии со всеми науками (через инженерную психологию – с техниче-



скими науками, через педагогическую психологию – с педагогикой, через социальную психологию – с общественными и социальными науками и т.д.). Психология тесно связана с *социальными (общественными) науками*, изучающими поведение людей. Психология, социальная психология, социология, политология, экономика, а также антропология, этнография относятся к социальным наукам. Примыкает к ним группа других родственных дисциплин: философия, история, культурология, искусствознание, литературоведение, педагогика, эстетика – их относят к гуманитарным наукам. Наиболее глубокие связи существуют между психологией и педагогикой. Одновременно психология тесно связана с естественными науками, прежде всего с физиологией, биологией, физикой, биохимией, медициной, математикой. Отсюда возникают смежные области: психофизиология, психофизика, бионика, медицинская психология, нейропсихология, патопсихология и т.п. Психология выполняет миссию объединения естественных и общественных наук в изучении человека в одну концепцию.

В практической психологии важная область – *психологическое консультирование* по самым различным проблемам: неустроенность личной жизни и неурядицы в семье, проблемы взаимоотношений супругов, родителей и детей, отклонения в развитии детей, трудности в учебе в школе или в вузе, трудности на работе, выбор профессии, конфликты с коллегами и руководством и т.п.

Следующая область практической психологии – это *психологическая коррекция и психотерапия*, направленные на оказание психологической помощи клиенту по нейтрализации и устранению причин его отклонений, нарушений в поведении, общении, интерпретации событий и информации.

Канадский психолог Ж. Годфруа выделяет следующие специальности психологов-практиков: клинический психолог, школьный психолог, промышленный психолог, педагогический психолог, психолог-эргономист, психолог-консультант.

## 1.2. Методы психологии

**Методы** — это пути познания, способы познания предмета науки. Применительно к психологии под методом понимают способы получения фактов о психике и способы их интерпретации. Психология использует целую систему методов. **Основными** эмпирическими методами получения фактов в психологии являются наблюдение и эксперимент, **вспомогательными** методами – тесты, самонаблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности, социометрия, близнецовый метод и пр.

Различают следующие **виды** наблюдения: непосредственное и опосредованное наблюдение (применяются вспомогательные средства, технические устройства), а также срез (кратковременное наблюдение), лонгитюдное (длинное, иногда в течение ряда лет), выборочное и сплошное и особый вид – включенное наблюдение (когда наблюдатель становится членом исследуемой группы). Научное наблюдение в психологии включает наличие плана и целей наблюдения, фиксацию результатов наблюдения и их анализ, формирование гипотез и их проверку в последующих наблюдениях.

Можно выделить и такой вид, как самонаблюдение (или интроспекция), когда человек наблюдает за собой, за своими переживаниями, мыслями, либо непосредственно высказывая вслух, что он думает в данный момент, либо опосредованно (записывает в дневниках, мемуарах, что он чувствовал, думал, переживал в той или иной ситуации).

Главным методом психологического исследования является **эксперимент** — активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания условий, в которых выявляется психологический факт.

Виды эксперимента: **лабораторный**, в котором создаются искусственные условия испытания, используется специальная аппаратура, действия испытуемого определяются

инструкцией, испытуемый знает, что проводится эксперимент, хотя до конца истинного смысла эксперимента может не знать. Эксперимент многократно проводится с большим количеством испытуемых, что позволяет устанавливать общие математико-статистически достоверные закономерности развития психических явлений.

**Натурный** эксперимент, в котором моделируются реальные условия и ситуации, с тем чтобы получить истинные данные о психике и ее качествах у испытуемого.

**Естественный** эксперимент, который психологически принципиально отличается от всех других тем, что испытуемый не знает о своем участии в эксперименте, он действует в естественных условиях. Особо выделяются формирующий и управляющий эксперименты.

**Метод тестов** — метод испытаний, установления определенных психических качеств человека. Тест – кратковременное, одинаковое для всех испытуемых задание, по результатам которого определяются наличие и уровень развития определенных психических качеств человека. Тесты могут быть *прогностические* и *диагностирующие*. Тесты должны быть научно обоснованы, надежны, валидны и выявлять устойчивые психологические характеристики. Тест должен предоставлять каждому испытуемому одинаковые возможности. Существуют разнообразные виды тестирования – личностных особенностей человека, его темперамента и интеллекта, его способностей, успешности деятельности, готовности к определенной деятельности и т.п.

К следующей группе относятся методы изучения продуктов деятельности человека (изучение рисунков, сочинений, результатов учебной или трудовой деятельности). По конечному продукту реконструируется процесс его создания, особенности личности того, кто его создавал, свойства его психики.

**В основе методологии психологических исследований лежат принципы детерминизма, развития, объективности, связи сознания и деятельности, принцип единства теории и практики, вероятностный подход.**

К **организационным** методам, которые действуют в течение всего исследования, относят:

*сравнительный* — сопоставление данных нормального и патологического развития, сопоставление разных ступеней эволюции или разных уровней по определенным параметрам, как метод поперечных возрастных срезов (например, сравнение параметров памяти у дошкольников, школьников, взрослых, стариков);

*лонгитюдный* — непрерывное прослеживание хода психологического развития группы испытуемых на протяжении многих лет.

### **1.3. Основные категории психологии. Структура психики человека**

В психологии к общетеоретическим понятиям (категориям) относятся такие понятия, как *психика, психические явления, сознание, личность, познавательные психические процессы, эмоции, мотивация, потребности* и др.

Психика – особая форма отражения действительности, появляющаяся на определенной ступени биологической эволюции. Объективная реальность существует независимо от человека и может быть отражена посредством психики в субъективную психическую реальность.

Традиционно характеризуют **психику** как свойство живой высокоорганизованной материи, заключающееся в способности отражать своими состояниями окружающий объективный мир в его связях и отношениях.

Психическое отражение не является зеркальным, механически пассивным копированием мира (как зеркало или фотоаппарат), оно сопряжено с поиском, выбором, в психиче-

ском отражении поступающая информация подвергается специфической обработке, т.е. *психическое отражение – это активное отражение мира в связи с какой-то необходимостью, с потребностями, это субъективное избирательное отражение объективного мира*, так как принадлежит всегда субъекту, вне субъекта не существует, зависит от субъективных особенностей. **Психика** — это субъективное отражение объективной действительности в идеальных психических образах, на основе которых регулируется взаимодействие человека с внешней средой.

Психика, с одной стороны, отражение реальности, но с другой – это порой и придумывание того, чего нет в действительности, порой это иллюзии, ошибки, когда желаемое выдается за реальное. Следовательно можно сказать, что психика – это не только отражение внешнего, но и внутреннего, психологического, мира. **Психика** — это «субъективный образ объективного мира», это совокупность субъективных переживаний и элементов внутреннего опыта субъекта.

**Функции психики:** 1) отражение окружающего мира, в результате чего достигается ориентировка живого существа в окружающей среде, а на уровне человека достигается и познание существенных свойств, законов окружающего мира; 2) регуляция поведения, деятельности живого существа в целях обеспечения его выживания.

Психические свойства являются результатом нейрофизиологической деятельности мозга, однако содержат в себе характеристики внешних объектов, а не внутренних физиологических процессов, при помощи которых психическое возникает. **Хотя психика обусловлена деятельностью головного мозга, источником ее содержания является не работа мозга, а внешний мир.**

Психические явления соотносятся не с отдельным нейрофизиологическим процессом, не с отдельными участками мозга, а с организованными совокупностями таких процессов, т.е. **психика – это системное качество мозга, реализуемое через многоуровневые функциональные системы мозга, которые формируются у человека в процессе жизни и овладения им исторически сложившихся форм деятельности и опыта человечества через собственную активную деятельность человека.**

Человеческая психика не дана в готовом виде человеку с момента рождения и не развивается сама по себе, не появляется сама по себе человеческая душа, если ребенок изолирован от людей. Только в процессе общения и взаимодействия ребенка с другими людьми у него формируется человеческая психика, в противном случае, при отсутствии общения с людьми, у ребенка ничего человеческого ни в поведении, ни в психике не появляется (феномен Маугли). Очевидно, что специфически человеческие качества (сознание, речь, труд и пр.), человеческая психика формируются у человека только прижизненно в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями. Таким образом, психика человека включает в себя по меньшей мере три составляющих: **внешний мир, природа, ее отражение – полноценная деятельность мозга – взаимодействие с людьми, активная передача новым поколениям человеческой культуры, человеческих способностей.**

Главная отличительная особенность психики человека – наличие сознания, а сознательное отражение – это такое отражение предметной действительности, в котором выделяются ее объективные устойчивые свойства вне зависимости от отношений к ней субъекта (А. Н. Леонтьев). Сознание, разум человека развивались в процессе трудовой деятельности, которая возникает в силу необходимости осуществления совместных действий для добывания пищи при резком изменении условий жизни первобытного человека.

В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции в **высшие психические функции – специфически человеческие**, обусловленные общественно-исторически формы памяти, мышления, восприятия (логическая память, абстрактно-логическое мышле-

ние), опосредованные применением вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития. Единство высших психических функций образует **сознание** человека. **Сознание** — высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, формирования у человека внутренней модели внешнего мира, в результате чего достигается познание и преобразование окружающей действительности.

**Структура психики** человека состоит из ряда субъективных психических явлений, таких как *психические процессы, состояния, свойства*. **Психические процессы** — динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений. Психические процессы вызываются как внешними воздействиями, так и раздражениями нервной системы, идущими от внутренней среды организма. Все психические процессы подразделяются на *познавательные* — к ним относятся ощущения и восприятия, представления и память, мышление и воображение, *эмоциональные* — активные и пассивные переживания, *волевые* — решение, исполнение, волевое усиление и т.д. Психические процессы обеспечивают формирование знаний и первичную регуляцию поведения и деятельности человека.

Под **психическим состоянием** следует понимать определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности. В качестве основных психических состояний выделяют бодрость, эйфорию, усталость, апатию, депрессию, воодушевление и пр. Психические состояния — это общий функциональный уровень психической активности в зависимости от условий деятельности человека и его личностных особенностей.

Под **психическими свойствами** человека следует понимать устойчивые образования, обеспечивающий определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичный для данного человека. К психическим свойствам относятся *темперамент, способности, характер, направленность*.

Психические свойства синтезируются и образуют сложные структурные образования личности, к которым необходимо отнести:

- 1) *жизненную позицию личности* (систему потребностей, интересов, убеждений, идеалов, определяющую направленность, избирательность и уровень активности человека);
- 2) *темперамент* (систему природных свойств личности — подвижность, уравновешенность поведения и тонус активности, — характеризующую динамическую сторону поведения);
- 3) *способности* (систему интеллектуально-волевых и эмоциональных свойств, определяющую творческие возможности личности);
- 4) *характер* как систему отношений и способов поведения.

Поскольку сознание, речь и прочее не передаются людям в порядке биологической наследственности, а формируются у них прижизненно, то используют понятие «индивид» — как *биологический организм, носитель общих генотипических наследственных свойств биологического вида* (индивидом мы рождаемся) и понятие «личность» — как *социально-психологическую сущность человека, формирующуюся в результате усвоения человеком общественных форм сознания и поведения, общественно-исторического опыта человечества* (личностью мы становимся под влиянием жизни в обществе, воспитания, обучения, общения, взаимодействия).

Психология учитывает, что в то же время личность — не только объект общественных отношений, не только испытывает социальные воздействия, но преобразует их, поскольку постепенно *личность начинает выступать как совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия общества*. Эти внутренние условия представляют собой сплав наследственно-биологических свойств и социально обусловленных качеств, которые сформировались под влиянием предшествующих социальных воздей-

ствий. По мере формирования личности внутренние условия становятся более глубокими, в результате одно и то же внешнее воздействие может оказывать на разных людей различное влияние. Таким образом, **личность – не только объект и продукт общественных отношений, но и активный субъект деятельности, общения, сознания, самосознания.** Субъект активен, сам является продуктом своего действия, способен изменить внешние воздействия.

Поскольку человек живет в трех сферах мира: природа – общество – культура, то можно выделить три типа субъекта: 1) *природный субъект* — это человек, который гибко приспосабливается к изменяющимся условиям природной среды; 2) *социальный субъект* — человек как носитель присвоенных социальных норм, правил, принятых в данном обществе; 3) *субъект культуры* — субъект самостоятельного и ответственного решения жизненных проблем на основе общечеловеческих нравственных и культурных принципов. Понятие личности (в широком смысле) включает все три типа субъекта.

**Личность не только целеустремленная, но и самоорганизующаяся система.** Объектом ее внимания и деятельности служит не только внешний мир, но и она сама, что проявляется в чувстве «Я», которое включает в себя представление о себе и самооценку, программы самосовершенствования, привычные реакции на проявление некоторых своих качеств, способности к самонаблюдению, самоанализу и саморегуляции. Быть личностью – это значит иметь активную жизненную позицию, о которой можно сказать так: на том стою и не могу иначе. Быть личностью – значит осуществлять выборы, возникающие в силу внутренней необходимости, оценивать последствия принятого решения и держать ответ за них перед собой и обществом, в котором живешь. Быть личностью – это значит обладать свободой выбора и нести ее бремя.

Особенная и непохожая на других личность в полноте ее духовных и физических свойств характеризуется понятием «индивидуальность». Индивидуальность выражается в наличии разного опыта, знаний, мнений, убеждений, в различиях характера и темперамента, индивидуальность свою мы доказываем, утверждаем.

Мотивация, темперамент, способности, характер – основные параметры индивидуальности.

**Мотивация** — относительно устойчивая и индивидуально неповторимая система мотивов.

**Темперамент** — характеристика индивида со стороны нервно-динамических особенностей его психической деятельности.

**Способности** — психические свойства, являющиеся условиями успешного выполнения какой-либо одной или нескольких деятельностей.

**Характер** — совокупность стержневых прижизненно формируемых свойств – отношений человека к миру, накладывающих отпечаток на все его действия и поступки.

Наиболее полное понятие индивидуальности раскрывается в трудах *Б. Г. Ананьева*. Компонентами индивидуальности являются свойства индивида (совокупность природных свойств), личности (совокупность общественных, экономических, политических, правовых отношений и т.д.) и субъекта деятельности (совокупности деятельностей и меры их продуктивности).

## 1.4. Развитие психики в филогенезе

Филогенез (от греч. *фило* — род, племя и *генезис* — рождение, происхождение) – процесс развития всего живого (от растений к животным, а от них – к человеку).

Существуют разные подходы к пониманию того, кому присуща психика:

1) **антропсихизм** (Р. Декарт) – психика присуща только человеку;

2) **панпсихизм** (французские материалисты) – всеобщая одухотворенность природы, психика присуща всей природе, всему миру (и камню в том числе);

3) **биопсихизм** — психика – это свойство живой природы (присуща и растениям);

4) **нейропсихизм** (Ч. Дарвин) – психика свойственна только организмам, которые имеют нервную систему;

5) **мозгопсихизм** (К. К. Платонов) – психика только у организмов с трубчатой нервной системой, имеющих головной мозг (при таком подходе, у насекомых психики нет, так как у них узелковая нервная система, без выраженного головного мозга);

б) **критерием появления зачатков психики у живых организмов является наличие чувствительности** (А. Н. Леонтьев) – способность реагировать на жизненно незначимые раздражители среды (звук запах и т.п.), которые являются сигналами для жизненно важных раздражителей (пища, опасность) благодаря их объективно устойчивой связи. Критерием чувствительности является способность образовывать условные рефлексы – закономерная связь внешнего или внутреннего раздражителя посредством нервной системы с той или иной деятельностью. Психика возникает и развивается у животных именно потому, что иначе они не могли бы ориентироваться в среде и существовать. Выделяют три основные стадии развития психики у животных в филогенезе:

1) **на стадии элементарной чувствительности** животное (от амёб до насекомых, рыб, земноводных) реагирует только на отдельные свойства предметов внешнего мира и его поведение определяется врожденными инстинктами (питания, самосохранения, размножения и т.п.). Инстинктивное поведение специфично для каждого данного вида; структура и цели каждой его формы закреплены генетически. Инстинкт – это врожденные, неизменяемые формы поведения, одинаковые у особей определенного вида, это врожденная последовательность, алгоритм реакций в ответ на строго определенные раздражители;

2) **на перцептивной стадии психики** животных (у птиц, млекопитающих) отражение действительности осуществляется в виде целостных образов предметов (предметное восприятие), животное способно обучаться, появляются индивидуально приобретенные навыки поведения;

3) **стадия интеллектуальной психики** характеризуется способностью животного отражать межпредметные связи и ситуацию в целом, прогнозировать развитие ситуации в ближайшем будущем. В результате животное способно обходить препятствия, «изобретать» новые способы решения двухфазных задач, требующих предварительных подготовительных действий для своего решения. Интеллектуальный характер носят действия многих животных-хищников, но в особенности человекообразных обезьян и дельфинов. Интеллектуальное поведение животных не выходит за рамки биологической потребности, действует только в пределах наглядной ситуации.

Но психика человека – качественно более высокий уровень, чем психика животных (*Homo sapiens* — человек разумный). Сознание и способность стать личностью – вот те качества, которые отличают человека от животных. Но сознание и личность возникают на определенной стадии культурной эволюции человека, вот почему их не может быть у животных. Важным отличием человека от животных, по мнению большинства ученых, является *интеллект и наличие творческих возможностей*.

В психологии под **филогенезом** понимается процесс изменения психики человечества в процессе эволюции. И хотя видовые биологические морфологические особенности человека устойчивы уже в течение тысячелетий, развитие психики человека происходило в процессе трудовой деятельности, социальной и культурной эволюции человечества. Человечество существует на Земле всего 1600 поколений, при этом 1200 поколений жили в пещерах, а только последние 22 поколения читают напечатанные книги, из них лишь пять поколений – при электрическом освещении.

**Материальная, духовная культура человечества** — это объективная форма воплощения достижений психического развития человечества.

## 1.5. Психика и организм. Психика и мозг

Особое значение для психической деятельности имеют следующие **особенности** человеческого организма: возраст, пол, строение нервной системы и мозга, тип телосложения, генетические аномалии и уровень гормональной активности.

Функционирование психики зависит не только от деятельности головного мозга и нервной системы человека, но и в целом от физиологического, гормонального функционирования всего организма, тела человека. Собственно человеческая, сложно организованная психика может сформироваться и успешно функционировать лишь при определенных биологических условиях: уровень содержания кислорода в крови и клетках мозга, температура тела, обмен веществ и т.п. Существует огромное количество подобных органических параметров, без которых нормально функционировать наша психика не будет, поэтому не случайно, что заболевания и нарушения функционирования организма порождают и специфические проявления в психике человека. Практически любое хроническое заболевание приводит к повышению раздражительности, утомляемости, к эмоциональной нестабильности, т.е. влечет изменения психологического тонуса. Уже одно поступление желчи в кровь (а это происходит, когда человек заболевает желтухой) сопровождается значительными изменениями в его психике: подавленностью, раздражительностью, тоскливым настроением, апатией, угнетением интеллектуальных функций. **Тип телосложения** предопределяет не только формы психических заболеваний, но и основные личностные (характерные) особенности психики человека (Э. Кречмер).

Психика выступает как свойство живой высокоорганизованной материи, мозга.

**Нервная система** — центр деятельности всего организма. Формирование нервной системы, спинного и головного мозга начинается с третьей недели после оплодотворения яйцеклетки, после восьмой недели нервная система начинает функционировать, в результате появляются первые движения эмбриона. К моменту рождения все нервные клетки (нейроны) сформированы и больше в течение жизни не обновляются и не формируются. Общее количество нейронов в головном мозге достигает 100 млрд. Мозг новорожденного ребенка весит в 5 раз меньше, чем мозг взрослого человека. Индивидуальные различия веса мозга взрослого человека варьируются от 900 до 2000 г, причем больший вес мозга не гарантирует высокого уровня интеллектуальных возможностей. Нервная система делится на **центральную** и **периферическую** (последняя включает нервы и нервные узлы, расположенные во внутренних органах: иннервируют сердце, легкие, пищеварительный тракт, сосуды, мышцы. Периферическая вегетативная нервная система управляет работой организма и практически не зависит от волевых усилий человека). Центральная нервная система состоит из спинного мозга и различных структур головного мозга. Основными компонентами головного мозга являются два полушария, мозжечок и ствол мозга. Кора полушарий отвечает за речь, мышление, память, принятие решений. Мозжечок в основном помогает координировать движения тела. Ствол мозга управляет физиологическими процессами в организме: ритмом сердца, дыханием, уровнем артериального давления и т.п.

Нервная система выполняет две главные функции: *функцию передачи информации*, за которую ответственны периферическая нервная система и связанные с ней рецепторы (чувствительные элементы, находящиеся в коже, глазах, ушах, во рту и пр.) и эффекторы (железы и мышцы). Второй важной функцией нервной системы является *интеграция и переработка* получаемой информации и *программирование наиболее адекватной реакции*. Эта функция принадлежит центральной нервной системе.

Мозг состоит из серого (скопление нервных клеток) и белого (скопление нервных волокон) вещества. В каждом кубическом сантиметре коры головного мозга человека содержится около 1000 км нервных волокон, соединяющих нервные клетки между собой. Профессор Р. Хайер (США) обнаружил, что мужчины задействуют в процессе мышления серое вещество, тогда как женщины – белое вещество, причем в 10 раз больше, чем мужчины.

Повреждение или неадекватное функционирование любого участка нервной системы вызывает специфические нарушения в функционировании организма и психики. Наиболее сильно на психику влияет характер полноценности и адекватности функционирования головного мозга, особенно коры головного мозга. В коре головного мозга выделяются **сенсорные зоны**, куда поступает и в которых обрабатывается информация от органов чувств и рецепторов, **моторные зоны**, которые управляют скелетной мускулатурой тела и движениями, действиями человека, и **ассоциативные зоны**, которые служат для переработки информации. Ассоциативные зоны, расположенные в лобной части мозга, особенно тесно связаны с мыслительной деятельностью, речью, памятью и осознанием положения тела в пространстве.

При рождении ребенок обладает врожденными рефлексамися сосания, мигания, реагирования на свет и звук, впрочем, эти рефлексы уже функционируют с семи месяцев внутриутробного развития, т.е. плод сосет свой большой палец, реагирует на громкие звуки, способен слышать голос своей матери и разговаривающих с ней людей. Дальнейшее развитие мозга, рефлексов и психики происходит в течение жизни и зависит от условий существования. Развитие мозга ребенка завершается к шести годам (известно, что младенец рождается с небольшим количеством синапсов – областей соприкосновения отростков нервных клеток друг с другом и передачи нервных импульсов, информации, а к шести годам количество синапсов резко увеличивается, стабилизируется, больше уже не меняется на протяжении жизни человека), однако функциональной зрелости мозг достигает к 18 годам. Так как популяция нейронов уже полностью сформирована до рождения, то дальнейшее созревание нервной системы связано только с ветвлением отростков у каждого нейрона, миелинизацией нервных волокон, образованием различных многоуровневых мозговых функциональных систем, развитием глиальных клеток, ответственных за питание нейронов.

Начиная с 25-летнего возраста у человека ежедневно отмирают десятки тысяч нервных клеток, однако в начале этот процесс не влечет серьезных последствий, поскольку в коре головного мозга насчитывается около 40 млрд нервных клеток. Функции погибших нервных клеток берут на себя их оставшиеся в живых «коллеги»: так, одна живая нервная клетка может заменить девять погибших (она увеличивается в размерах, формирует новые отростки и связи с другими нейронами).

После 45 лет процесс гибели нейронов усиливается (каждый день могут погибать сотни тысяч нейронов), что приводит к снижению скорости восприятия, усвоения новой информации, к замедлению скорости, точности реакций, к нарушениям памяти, к ослаблению интеллекта (вплоть до старческого слабоумия), к нарушениям движений, эмоциональным и личностным изменениям. В связи с массовой гибелью нейронов при старении уменьшается масса головного мозга (до 1,1 кг к 90 годам). При нездоровом образе жизни, под влиянием стрессов, алкоголя, наркотиков, плохой экологии процессы гибели нервных клеток мозга даже у молодых людей резко ускоряются и усиливаются, что приводит к деградации психики и интеллекта, даже к деменции и летальному исходу.

Полноценное функционирование нейронов поддерживается глиальными клетками (их в 9 раз больше, чем нейронов), которые транспортируют питательные вещества из кровеносных сосудов в нейроны, поддерживают нормальный баланс ионов в мозге, обезвреживают болезнетворные микробы, влияют на образование синапсов и установление нервных связей между зонами мозга, обмениваются сигналами с нейронами и другими глиальными клет-



ками: есть гипотеза, что высокие концентрации глиальных клеток в мозге превращают некоторых людей в гениев). Следует учитывать, что, несмотря на высокую пластичность человеческого мозга, любое повреждение или удаление части мозга меняет личность человека, влияет на его психику, а гибель определенных зон мозга (центры дыхательной и сердечной деятельности) способна приводить и к летальному исходу. При повреждении зоны Брока – в задней трети нижней лобной извилины – у человека нарушается речь, но если повреждена зона Вернике – в задней трети верхней височной извилины – больной может говорить, но его речь становится бессодержательной. Если поражена лобная кора мозга, то реальное восприятие внешней среды и самооценка нарушаются, человек не может интегрировать информацию восприятия, памяти с эмоциями и мотивациями, не может вырабатывать программу действий с учетом желаемых последствий. Операция лоботомии (разрушение связей между правой и левой половинами лобной коры путем рассечения тканей, соединяющих лобные доли мозга с его остальной частью) может полностью уничтожить личность человека, уподобив его растению.

Левое полушарие руководит правой частью тела, а правое – левой.

У большинства людей наблюдается частичное преобладание активности левого полушария, которое берет на себя основные информационные и логические функции по обработке информации и активно управляет прежде всего правой рукой человека, делая ее ведущей («правосторонняя цивилизация»). Правши составляют 80–90% современных людей. Известно, что примерно у 90% людей доминирует левое полушарие мозга, в котором расположены центры речи. Центры речи в левом полушарии развиваются главным образом не от говорения, а от писания: упражнение в письме активизирует, тренирует левое полушарие. Если человек останется на всю жизнь неграмотным и будет занят рутинной работой, межполушарная асимметрия у него почти не разовьется. Таким образом, функциональная специфика полушарий изменяется под влиянием как генетических, так и социальных факторов. Асимметрия полушарий мозга – это динамическое образование, в процессе онтогенеза происходит постепенное нарастание асимметрии мозга (наибольшая выраженность асимметрии полушарий наблюдается в среднем возрасте, а к старости постепенно нивелируется), в случае поражения одного полушария возможна частичная взаимозаменяемость функций и компенсация работы одного полушария за счет другого. Специализация мозговых полушарий достигает наивысшего развития у человека. Но следует подчеркнуть, что в норме осуществление любой функции – это результат работы всего мозга: и левого и правого полушарий. Например, нервные сигналы, вызванные раздражением левой руки и приходящие в правое полушарие, автоматически через мозолистое тело передаются в доминантное левое полушарие. Лишь после того, как левое полушарие ознакомилось с этой информацией, в правое полушарие посылается команда, заставляющая левую руку выполнить нужное движение.

В зависимости от того, какое полушарие у человека лучше развито, более активно функционирует, появляются свои отличительные различия в психике человека, его способностях. Оказалось, что у правшей левое полушарие ведает не только речью, но и письмом, счетом, вербальной памятью, логическими рассуждениями. Правое же полушарие обладает музыкальным слухом, легко воспринимает пространственные отношения, разбираясь в формах и структурах неизмеримо лучше левого, умеет опознавать целое по части. Случаются, правда, отклонения от нормы: то музыкальными оказываются оба полушария, то у правого находят запас слов, а у левого – представления о том, что эти слова означают. Но закономерность в основном сохраняется: одну и ту же задачу оба полушария решают с разных точек зрения, а при выходе из строя одного из них нарушается и функция, за которую оно отвечает.

Каждое полушарие мозга также отвечает за направленность чувств человека и их негативную или позитивную окраску. Правое ответственно за эмоциональные состояния с нега-

тивной окраской и усугубляет видение отрицательных сторон событий, тогда как левое придает эмоциональным реакциям на определенное событие положительную окраску. Эмоциональное состояние человека будет определяться балансом этих противоположных тенденций.

Именно специализация полушарий и позволяет человеку рассматривать мир с двух различных точек зрения, познавать его объекты, пользуясь не только словесно-грамматической логикой, но и интуицией с ее пространственно-образным подходом к явлениям и моментальным охватом целого. Специализация полушарий как бы порождает в мозге двух собеседников и создает физиологическую основу для творчества.

Если человек лишается правого полушария вследствие кровоизлияния в него, то вместе с ним лишается он и творческой жилки. Художник, скульптор, композитор, ученый – все они перестают творить. Полная противоположность – отключение левого полушария. Творческие способности, не связанные с вербализацией (словесным описанием) форм, остаются. Композитор продолжает сочинять музыку, скульптор лепит, физик не без успеха размышляет о своей физике. Но от хорошего настроения не остается и следа. Во взоре тоска и печаль, депрессия.

Таким образом, современные исследования подтвердили, что правое и левое полушария имеют специфические функции (табл. 1.1) и преобладание активности того или иного полушария оказывает существенное влияние на индивидуальные особенности личности человека, формируя художественно-эмоциональный либо мыслительно-логический тип.

Таблица 1.1. Специфические функции левого и правого полушарий мозга

Функции левого полушария	Функции правого полушария
Хронологический порядок	Текущее время
Чтение карт, схем	Конкретное пространство
Запоминание имен, слов, символов	Запоминание образов, конкретных событий, узнавание лица людей
Речевая активность, чувствительность к смыслу, т.е. логика	Восприятие эмоционального состояния, т.е. интуиция
Видение мира веселым, легким	Видение мира мрачным
Детальное восприятие	Целостное, образное восприятие

Эксперименты показали, что при отключении правого полушария люди не могли определить текущее время суток, время года, не могли ориентироваться в конкретном пространстве – не могли найти дорогу домой, не определяли «выше – ниже», не узнавали лиц своих знакомых, не воспринимали интонации слов и т.п.

Были обнаружены некоторые различия в строении мозга у мужчин и женщин. Выяснилось, что у женщин в определенном участке мозолистого тела больше нервных волокон, чем у мужчин, т.е. межполушарные связи у женщин более многочисленны и поэтому у них лучше происходит синтез информации, имеющейся в обоих полушариях. Данный факт может объяснить некоторые половые различия в психике и поведении, в том числе и знаменитую женскую интуицию. У женщин выявлены более высокие показатели, связанные с лингвистическими функциями, памятью, аналитическими способностями и тонким ручным манипулированием, что можно связать с большей относительной активностью левого полушария их мозга. Напротив, творческие художественные способности и возможность уверенно ориентироваться в пространственных координатах заметно лучше у мужчин. Видимо, они обязаны этими преимуществами правому полушарию своего мозга. Шведские ученые в 2005 г.

обнаружили сходство в работе головного мозга женщин и мужчин-геев. Области мозга геев, отвечающие за сексуальную активность, реагируют на соответствующие раздражители по женскому сценарию.

Британские ученые обнаружили четыре образования в лимбической системе мозга, которые отвечают в мозге за чувство любви: оказывается взгляд красавицы, красивые лица очень быстро, за считанные секунды могут возбуждать определенный участок мозга, вызывать эмоциональные реакции, чувство очарования, влюбленности.

Американские ученые обнаружили в мозге центр плохого настроения, который располагается в нескольких сантиметрах позади правого глаза: когда это центр активизируется, люди испытывают раздражительность, волнение и подверженность вспышкам гнева. Передние отделы мозга ответственны за подавление агрессии и контроль таких эмоций, как гнев и ярость. Нарушения в этих предфронтальных областях коры больших полушарий (дефицит серого вещества полушарий мозга) могут вызывать агрессию, склонность к импульсивным поступкам и лжи, полное отсутствие угрызений совести, склонность к жестокому и антисоциальному поведению.

На психическое состояние человека влияют и соотношение гормонов, соотношение веществ в мозге, например повышенное количество серотонина, вещества передающего сигналы от одной клетки мозга к другой, в теменно-лобной коре и гиппокампе мозга может повысить вероятность психических нарушений, склонности к самоубийству.

Исследователи выяснили, что работать на полную мощность мозгу мешают самые разные причины. Высокое кровяное давление губительно влияет на память. Курение на 25% снижает возможности памяти и интеллекта. Недостаток сна, алкоголь, нарушение работы щитовидной железы также подрывают способность мозга формировать новые представления.

## 1.6. Человеческое поведение и деятельность

Поведение человека отличается от поведения животных прежде всего тем, что оно мало зависит от инстинктов и носит главным образом сознательный целенаправленный характер. Поведение животных в основном регулируется инстинктами. «Инстинкт есть способность действовать таким образом, что определенные цели достигаются без предварительного научения относительно способа осуществления деятельности» (У. Джеймс). Инстинкт выступает как жесткая программа последовательности определенных действий в ответ на строго определенный раздражитель. Инстинкты позволяют животным обеспечить свое самосохранение, производить потомство, способствовать сохранению вида в целом. Инстинкты врожденны, не требуют научения, и потому животные, которые выросли без родителей, во взрослом состоянии поступают так же, как те: стереотипы поведения передаются путем генетической наследственности. Поведение животного, побуждаемого инстинктом, направлено на достижение определенной цели, но животное не сознает этой цели. Кроме того, инстинктам свойственно бессознательно «запускаться» в результате воздействия конкретного внешнего или внутреннего стимула и доводить действие до конца даже тогда, когда исходный стимул исчезает. «Инстинкт есть своего рода «бессознательное мышление» (Г. Гегель), т.е. мышление, лишённое рефлексии, неспособное наличествовать для самого себя»<sup>1</sup>.

У человека тоже есть ряд врожденных инстинктов, направленных на сохранение жизни, самозащиту, размножение, удовлетворение основных потребностей. Но человек,

---

<sup>1</sup> Валверде Карлос. Философская антропология. Инстинкты животного и инстинкты человека. URL: [http://society.polbu.ru/valverde\\_antropolog/ch31\\_all/html](http://society.polbu.ru/valverde_antropolog/ch31_all/html)

испытывая инстинктивное влечение, обычно обладает сознательным рефлексивным знанием цели и предмета влечения, а также способов его достижения, знанием, которого нет у животных. Человек способен выбирать средства достижения цели, свободно откладывая удовлетворение инстинкта или даже во многих случаях вообще отказать ему в удовлетворении. Человек, будучи существом мыслящим и свободным, может исказить собственные инстинкты, направить их в разные русла – верные или ошибочные. «Этим объясняются, с одной стороны, акты героизма ради спасения чужой жизни, а с другой стороны, порочные поступки – отказ от детей, обжорство, алкоголизм и т.д.»<sup>2</sup>.

Человек может ставить перед собой цели независимо от инстинктов, а потому способен подавлять или сублимировать инстинкты. Он не может не ощущать инстинктивного стремления, однако в его власти подавить его, когда оно под влиянием воображения, эмоциональных комплексов или даже разумного расчета влечет его к беспорядку или злоупотреблению. Говоря языком Аристотеля, человек не обладает «деспотической властью» над инстинктами, но обладает властью «политической», т.е. человек может воспитывать и обуздывать инстинктивные устремления, ведомый высшими ценностями, путем упражнений он способен вырабатывать в себе поведенческие навыки, поднимающиеся над чисто инстинктивными действиями. Острые противоречия между инстинктивными влечениями и высшими ценностями причиняют большие страдания личности.

Психологи-монотематики сводят все человеческие инстинкты к одному первичному и фундаментальному стремлению, так, З. Фрейд полагал, что *либидо*, или *инстинкт наслаждения, сексуальности*, является основным динамичным фактором инстинктивной природы. В конце жизни ученый отмечал существование двух основных инстинктов: Эрос, или инстинкт жизни, и Танатос, или инстинкт разрушения и смерти. Принципы реальности и культуры служат средством подавления инстинктов, делая возможной человеческую жизнь.

Психолог А. Адлер позднее утверждал, что жизнь человека определяется не принципом наслаждения и реальности, как думал З. Фрейд, а волей к власти, стремлением к превосходству. Сексуальные импульсы не являются первичными, но рождаются из жажды господства над другими людьми. Причиной неврозов Адлер считал не подавление сексуальности, а *комплекс неполноценности*.

Ученые-политематики считают, что у человека существуют многообразные инстинктивные стремления, которые независимы друг от друга. Например, И. Кант называл основными инстинктами человека сексуальность, эгоизм, жажду свободы, честолюбие, деспотизм, жадность. Немецкий психолог Ф. Лерш подразделял инстинкты: на импульсивные переживания витальности (стремление к деятельности и движению, к наслаждению, сексуальное влечение); импульсивные переживания индивидуального «Я» (инстинкт самосохранения, стремление к еде, к борьбе за существование, эгоизм, потребность в уважении, самоуважении, стремление к господству над другими людьми, к власти, авторитаризму, диктатуре, побуждения к мести, злобе); транзитивные импульсивные побуждения (стремление к совместной жизни и объединению с людьми, стремление помочь другим и жить для других, стремление к творчеству, познанию, стремление к прекрасному, высшему). Но транзитивные стремления – переживания порой входят в противоречие с биолого-телесными стремлениями.

Одни и те же инстинкты могут иметь разные степени интенсивности у разных видов или в разные периоды жизни. Все инстинкты могут контролироваться разумом, культурой, высшими духовными ценностями, выбором человека. Личность тем более человечна, чем более она способна достигать равновесия в обуздывании своих инстинктов, чтобы они

---

<sup>2</sup> Валверде Карлос. Философская антропология. Инстинкты животного и инстинкты человека. URL: [http://society.polbu.ru/valverde\\_antropolog/ch31\\_all/html](http://society.polbu.ru/valverde_antropolog/ch31_all/html)

служили полному и гармоничному развитию самой личности в соответствии с присущими ей ценностями.

Главный отличительный признак человека – его уникальные возможности познания окружающего мира и самого себя. Человеку свойственны многие уровни и способы познания: ощущения, восприятие, припоминание, суждение, абстрактное понятие, аналогия, дедукция и т.п. Человеческое познание не пассивно и созерцательно, не просто отражает реальность подобно зеркалу, а является активным, т.е. познание есть связь между познающим субъектом и познаваемым объектом. Схоласты отмечали, что *познаваемое пребывает в познающем согласно модусу, возможностям познающего*, т.е. познавая некоторые стороны реальности, человек может оставаться в неведении относительно других его сторон, может на что-то обратить преувеличенное внимание, невольно исказив некоторые признаки реальности. Всегда возможно получить новые данные об уже известной реальности. Вот почему человек должен сохранять постоянную открытость реальности, чтобы она могла вести и обогащать его.

Познание играет настолько важную роль в человеческой жизни, что в значительной степени именно оно и его своеобразные характеристики определяют человека в качестве личности. Познание превращает людей в разумных, сознающих субъектов, стремящихся к общению с миром природы, вещей и людей, а потому способных к продвижению вперед.

Ощущения, восприятия служат начальным способом человеческого познания объективно существующих качеств, объектов окружающего мира. В воображении человек может не только вновь пережить прошлое, но и сотворить образ будущего, т.е. воображение способно опережать события и освобождать человека от узости мира конкретных вещей и событий. Переживания, испытанные людьми в течение жизни, оседают в их психике, памяти, многие из них остаются в глубине бессознательной психики, но и оттуда они оказывают глубокое воздействие на психическую жизнь, как верно подметил З. Фрейд. До известной степени то, чем мы являемся, определяется тем, что нам довелось пережить и что мы сохраняем в памяти. Без памяти человеческая жизнь невозможна.

Мышление человека позволяет формировать общие понятия, имеющие объективное и реальное значение исходя из единичных и конкретных реальностей, позволяет выявлять закономерности, переходить на высший абстрактный уровень познания. Предположения философов о наличии в человеческом уме врожденных идей (Платон, Декарт, Спиноза) не имеют экспериментального подтверждения: если бы мы приходили в мир, уже обладая идеями, у нас всех были бы одинаковые понятия, суждения, общая культура. Хотя каждый ребенок способен к прогрессивному психическому развитию, но это развитие и уровень знаний неодинаков у детей, получивших разное образование и воспитание. Уже в раннем детстве ребенок начинает пользоваться способностью мышления, но лишь годы спустя он становится «разумным». Разум обозначает высшую интеллектуальную деятельность, направленную на более глубокое постижение реальности, на выявление фундаментальных закономерностей. Разум способен выстраивать рациональные гипотезы о реальности, создавать целые науки о реальности, путем индукции и дедукции находить неизвестные истины исходя из известных. Путем индукции и дедукции человеческий разум выстраивает науки – одно из наиболее значимых творений человека, так как благодаря им природа стала служить человеку. Человеческий разум все глубже проникает в реальность, достигая все большей истины, а тем самым и все большего блага. Человеческая личность именно в силу своей разумности и рациональности по самой сути своего существа тяготеет к истине и благу.

«Интеллектуальное познание проникает вплоть до сущности вещи» (*Фома Аквинский*). Но так как познает и мыслит весь человек, а он представляет собой очень сложный комплекс аффектов, чувств, бессознательных влечений, воображаемых образов, он порой принимает ложное за истинное и недостоверное за достоверное. Возможность ошибки не отменяет воз-

возможности достигнуть истины, она лишь предостерегает человека о необходимости проявлять осторожность, критичность и благоразумие.

История человеческой мысли – это история трудных поисков истины, непрестанная борьба человека за то, чтобы знать больше, за большую реальность, т.е. человек по самой своей сути есть реальное существо, поскольку стремится выявить свои заблуждения и достигнуть большей истины о мире, человеке и Боге.

Интеллектуальная деятельность человека подготавливает его к практической деятельности, ориентирует в практической жизни, влияя таким образом на поведение, на ход всей человеческой жизни. Человеческая жизнь – это действие, осуществляемое под руководством интеллекта.

«Действовать – значит искать согласия между познанием, стремлением и бытием». Все нормальные люди обладают способностью принимать решения, опираясь на интеллектуальное познание реальности. Именно эту способность и называют волей. Еще Аристотель определял волю как «разумное стремление». «Нельзя желать того, что прежде не познано», т.е. волевым действиям человека предшествует познание, осознание цели и средств ее достижения, принятие решения. «Воля – это способность принять решение, руководствуясь разумом, чем мы хотим быть и какими быть в жизни, это способность придавать смысл и значение собственной деятельности и самому существованию» (К. Вальверде). Акт свободной воли непременно подразумевает акт мышления, а тот со своей стороны подготавливает акт свободной воли. «Основанием свободы является воля как ее субстрат, а причина свободы – разум. Ибо воля может свободно обращаться на различные предметы в зависимости от того, как разум может иметь различные представления о благе», – писал св. Фома Аквинский. В действительности разум и воля образуют единство действия человека.

Таким образом, **разум (сознание) и воля** — ключевые характеристики человеческой личности, человеческого поведения.

В изучение закономерностей деятельности человека большой вклад внесли отечественные психологи А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский, которые считали *важнейшей функцией психики регуляцию, управление поведением и деятельностью живого существа*. Действия человека, его активность существенно отличаются от действий, поведения животных. Животным свойственно биологически-инстинктивное поведение, направленное на приспособление к окружающей среде с целью обеспечения выживания.

*Деятельность людей* — это активное взаимодействие человека со средой, в котором он достигает сознательно поставленной цели, возникшей в результате появления у него определенной потребности, мотива.

Мотивы – это то, что побуждает человека к деятельности, цели же характеризуют то, что человек стремится достичь. Мотивы и цели могут не совпадать. То, почему человек действует определенным образом, часто не совпадает с тем, для чего он действует. Когда мы имеем дело с активностью, в которой отсутствует осознаваемая цель, то здесь нет и деятельности в человеческом смысле слова, а имеет место **импульсивное поведение**, которое управляется непосредственно потребностями и эмоциями.

Под поведением в психологии принято понимать внешние проявления психической деятельности человека. К фактам поведения можно отнести: и отдельные движения и жесты (например, поклон, кивок, сжимание руки), и внешние проявления физиологических процессов, связанных с состоянием, деятельностью, общением людей (например, поза, мимика, взгляды, покраснение лица, дрожь и т.п.), и действия, которые имеют определенный смысл, и, наконец, поступки, которые имеют социальное значение и связаны с нормами поведения.

**Поступок** — действие, совершая которое, человек осознает его значение для других людей, т.е. его социальный смысл.

Деятельность всегда носит **опосредованный характер**. В роли средств выступают орудия, материальные предметы, знаки, символы (интериоризованные, внутренние средства) и общение с другими людьми. Осуществляя любой акт деятельности, мы реализуем в нем определенное отношение к другим людям, если они даже реально и не присутствуют в момент совершения деятельности.

Человеческая деятельность всегда **целенаправленна, подчинена цели как сознательно представляемому запланированному результату**, достижению которого она служит. Цель направляет деятельность и корректирует ее ход.

Деятельность – не совокупность реакций, а система действий, сцементированных в единое целое побуждающим ее мотивом. Мотив определяет смысл того, что делает человек.

Деятельность всегда носит **продуктивный характер**, т.е. ее результатом являются преобразования как во внешнем мире, так и в самом человеке, его знаниях, мотивах, способностях и т.д. В зависимости от того, какие изменения играют главную роль или имеют наибольший удельный вес, выделяются разные типы деятельности (трудовая, познавательная, коммуникативная и т.п.).

Деятельность человека имеет сложное иерархическое строение. Она состоит из нескольких уровней: верхний – **уровень особых видов деятельности**, затем – **уровень действий**, следующий – **уровень операций** и самый низкий – **уровень психофизиологических функций**.

**Действие** — основная единица анализа деятельности. Действие – это процесс, направленный на достижение цели.

Действие включает в качестве необходимого компонента акт сознания в виде постановки цели, в то же время действие – это одновременно и акт поведения, реализуется через внешние действия в неразрывном единстве с сознанием. Через действия человек проявляет свою активность, стараясь достигнуть поставленной цели с учетом внешних условий.

Различают действия: сенсорные (по восприятию объекта), моторные (двигательные), волевые, мыслительные, мнемические (действия памяти), внешние предметные (направленные на изменение состояния или свойств предметов внешнего мира) и умственные (выполняемые во внутреннем плане сознания).

Выделяют следующие компоненты действия: сенсорные (чувственные) – ориентировка в среде, центральные (мыслительные) – регулирование действия и моторные (двигательные) – исполнение действия.

Всякое действие представляет собой сложную систему, состоящую из нескольких частей: ориентировочная (управляющая), исполнительная (рабочая) и контрольно-корректировочная. Ориентировочная часть действия обеспечивает отражение совокупности объективных условий, необходимых для успешного выполнения данного действия. Исполнительная часть осуществляет заданные преобразования в объекте действия. Контрольная часть отслеживает ход выполнения действия, сопоставляет полученные результаты с заданными образцами и при необходимости обеспечивает коррекцию как ориентировочной, так и исполнительных частей действия.

**Операцией называется конкретный способ выполнения действия**. Характер используемых операций зависит от условий, в которых совершается действие, и имеющегося опыта человека. Операции обычно мало осознаются или совсем не осознаются человеком, т.е. это уровень автоматических навыков.

Основные *виды* деятельности, обеспечивающие существование человека и формирование его как личности: это общение, игра, учение и труд.

## 1.7. Структура сознания. соотношение сознания и бессознательного

В психической жизни можно выделить три уровня: **сознание, предсознание, бессознательное**. Уровень сознания состоит из ощущений и переживаний, которые человек осознает в данный момент времени. Сознание охватывает только малый процент всей информации, хранящейся в мозге: определенная информация осознается лишь в течение короткого периода времени, а затем быстро погружается на уровень предсознательного или бессознательного по мере того, как внимание человека перемещается на другие сигналы.

Область предсознательного, иногда называемая «доступной памятью», включает в себя весь опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание спонтанно или в результате минимального усилия. Самая глубокая и значимая область человеческой психики – это бессознательное. Бессознательное представляет собой хранилище инстинктивных побуждений плюс эмоции и воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены и вытеснены в область бессознательного, но именно этот неосознаваемый материал во многом определяет повседневное функционирование человека, хотя он этого не осознает. Бессознательные переживания полностью недоступны сознанию человека, но в значительной степени определяют действия людей.

Сознание и бессознательное работают в режиме гармонического единства: в зоне ясного осознания человека находится лишь часть сигналов, они используются для осознанного управления поведением, выбора стратегии поведения, поиска новых способов решения. Остальные сигналы используются для регуляции процессов, но на подсознательном уровне, для регуляции поведения, протекающего без непосредственного участия сознания. Бессознательное проявляется в психических явлениях во сне, в автоматизированных движениях, в некоторых неосознанных побуждениях к деятельности, реакциях на неосознанные раздражители.

**Сознание** — высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, на основе чего формируются цели деятельности человека, прогнозируются результаты и последствия действий человека, достигается познание и преобразование внешнего мира, природы, социальной жизни и внутреннего мира человека.

Основная функция мышления, сознания – это выявление объективных связей между явлениями внешнего мира, т.е. **сознание есть совокупность знаний об окружающем мире**. Важнейшая **функция** сознания заключается в формировании целей деятельности, в предварительном мысленном построении действий и предвидении их результатов, что обеспечивает разумное регулирование поведения и деятельности человека. **Обеспечение целеполагающей деятельности человека – важнейшая характеристика сознания**. Человек, приступая к какой-либо деятельности, ставит перед собой определенные цели, принимает волевые решения, координирует и корректирует свои действия, т.е. поступает сознательно.

Сознание человека направлено не только на внешний мир, но и обращено внутрь, на осознание эмоций, чувств, переживаний, интересов, мыслей. Основной функцией эмоции является формирование субъективного отношения человека к предметам, явлениям, людям. Реально существуя в едином потоке сознания, образ и мысль могут, окрашиваясь эмоциями, становиться *переживанием*. «Осознание переживания – это всегда установление его объективной отнесенности к причинам его вызывающим, к объектам, на которые оно направлено, к действиям, которыми оно может быть реализовано» (С. Л. Рубинштейн). В сознание человека включено определенное отношение к окружающей среде, к другим людям: «Мое отношение к моей среде – есть мое сознание» (К. Маркс). Таким образом, *сознание – это*



*единство всех форм познания и переживаний человека и его отношение к осознаваемому.* Сознание человека начинается формироваться в детстве в ходе взаимодействия с другими людьми, под влиянием социальных факторов общества, но развивается, усложняется в течение всей жизни.

Сознание рождается в бытии, отражает бытие, творит бытие.

**Функции сознания:** отражательная, порождающая (творчески-креативная), регулятивно-оценочная, рефлексивная – основная, характеризует сущность сознания. В качестве объекта рефлексии может выступать: и отражение мира, и мышление о нем, и способы регуляции человеком своего поведения, и сами процессы рефлексии, а также свое личное сознание. Благодаря рефлексии сознания человек может «смотреть на себя с точки зрения других людей».

«Сознание, – писал философ Э. В. Ильенков, – собственно, только и возникает там, где индивид оказывается вынужденным смотреть на самого себя как бы со стороны, как бы глазами других людей, только там, где он должен соразмерять свои индивидуальные действия с действиями другого человека, т.е. только в рамках совместно осуществляемой жизнедеятельности».

**Одной из главных характеристик сознания является связь индивидуального сознания с обществом.** Сознание развивается у человека только в социальных контактах, каждый человек в ходе индивидуального развития через овладение языком приобщается к совместному знанию (сознанию). Выделяют два слоя сознания (В. П. Зинченко):

1) **бытийное** (сознание для бытия), включающее биодинамические свойства движений, опыт действий, чувственные образы;

2) **рефлексивное** (сознание для сознания), включающее значение и смысл.

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

*Смысл* — субъективное понимание и отношение к ситуации, информации. *Личностный смысл* как важная характеристика сознания в отличие от универсального значения «для всех» фиксирует, что-то или иное событие значит для человека лично, отражает его опыт и значимость индивидуальной деятельности.

Венцом развития сознания является формирование *самосознания*, которое позволяет человеку не только отражать внешний мир, но, выделив себя в этом мире, познавать свой внутренний мир, переживать его и определенным образом относиться к себе. Главная функция самосознания – сделать доступными для человека мотивы и результаты его поступков и дать возможность понять, каков он есть на самом деле, оценить себя; если оценка окажется неудовлетворительной, то человек может либо заняться самоусовершенствованием, саморазвитием, либо, включив защитные механизмы, вытеснить эти неприятные сведения, избегая травмирующего влияния внутреннего конфликта.

Отличительные признаки сознания:

- обусловлено социальными условиями;
- характерно творческое преобразование действительности;
- прогнозирующий характер деятельности;
- отражение мира в его существенных связях и отношениях;
- наличие самосознания.

Неосознаваемые психические процессы можно разбить на два больших класса: первый – неосознаваемые механизмы сознательных действий (неосознаваемые автоматические действия и автоматизированные навыки, явления неосознаваемой установки); второй – неосознаваемые побудители сознательных действий (именно это интенсивно исследовал З. Фрейд). Импульсы бессознательной области психики (влечения, вытесненные желания,

переживания) оказывают сильное влияние на действия и состояния человека, хотя тот и не подозревает этого, он часто не знает, почему совершает что-то. «Многие знания, отношения, переживания, составляющие внутренний мир каждого человека, не осознаются им, и вызываемые ими побуждения обуславливают поведение, непонятное ни для него самого, ни для окружающих»<sup>1</sup>. Хотя большая часть процессов, протекающих во внутреннем мире человека, им не осознается, но, в принципе, каждый из них может стать осознанным. Для этого нужно выразить его словами – вербализовать. Выделяют: 1) **подсознательное** — те представления, желания, действия, устремления, которые ушли сейчас из сознания, но могут потом прийти в сознание; 2) **собственно бессознательное** — такой психический феномен ни при каких обстоятельствах не становится сознательным. Бессознательное («ОНО») включает: биологические потребности (потребность в пище, самозащите, агрессии, сексуальные желания) и вытесненные желания (нереализованные мечты, затаенные обиды, запретные желания, компрометирующие поступки, болезненные, травмирующие переживания). Фрейд считал, что бессознательное – это не столько те процессы, на которые не направляется внимание, сколько переживания, подавляемые сознанием, такие, против которых сознание воздвигает мощные барьеры. Бессознательные представления с трудом переходят в сознание, оставаясь неосознанными из-за работы двух механизмов – вытеснения и сопротивления. Сознание сопротивляется им, т.е. человек не пропускает в сознание всю правду о себе, поэтому бессознательные представления, имея большой энергетический заряд, прорываются в сознательную жизнь индивида, принимая искаженную или символическую форму (три формы проявления бессознательного сновидения, ошибочные действия (оговорки, описки, забывание вещей), невротические симптомы).

Фрейд показал, что бессознательные побуждения лежат в основе многих очагов скрытого напряжения, которые могут породить психологические трудности адаптации и даже заболевания. Человек может прийти в конфликт с многочисленными социальными запретами, в случае конфликта у него нарастает внутренняя напряженность и в коре мозга возникают изолированные очаги возбуждения. Для того чтобы снять возбуждение, нужно прежде всего осознать сам конфликт и его причины, но осознание невозможно без тяжелых переживаний, и человек препятствует осознанию, эти тяжелые переживания вытесняются из области сознания. Однако это не означает, что очаги возбуждения разрушаются. «Длительное время они могут сохраняться в заторможенном состоянии <...> такой ущемленный очаг может быть очень глубоко запрятан, но при неблагоприятных условиях он может выявиться и оказывать травмирующее влияние на состояние человека, вплоть до развития психического заболевания. Для исключения такого болезнетворного влияния необходимо осознать травмирующий фактор и переоценить его, ввести его в структуру других факторов и оценок внутреннего мира»<sup>3</sup> и тем самым разрядить очаг возбуждения и нормализовать психическое состояние человека. Только такое осознание устраняет травмирующее воздействие неприемлемой идеи или желания. Заслуга Фрейда в том, что он сформулировал указанную зависимость и включил ее в основу своей терапевтической практики психоанализа.

Психоанализ заключается в поиске скрытых очагов напряженности, возникающих при вытеснении неприемлемых желаний, и осторожной помощи человеку в сознании и переоценке тревожащих его переживаний. Психоанализ включает поиск очага (его вспоминание), вскрытие его (перевод информации в словесную форму), переоценку (изменение системы установок, отношений) переживания в соответствии с новой значимостью, ликвидацию очага возбуждения, нормализацию психического состояния человека. Один из способов заглянуть в тайны бессознательной психики – это анализ снов человека. Сны – это своеобразное искаженное зеркало, в котором отражаются проблемы, мучащие человека на

<sup>3</sup> Грановская Р. М. Указ. соч.

бессознательном уровне, поэтому сны нужно уметь расшифровать, выявить скрытые истинные смыслы сна, что позволит выявить источник психической травмы человека.

У ребенка в младенчестве психика на 100% бессознательна, но по мере того, как он взрослеет в социальной среде, взаимодействуя с людьми, усваивая нормы общества, у него усиливается доля сознания в психике, а доля бессознательного последовательно сокращается с 80 до 40%. Развитие и укрепление сознания помогает ребенку управлять своим поведением и регулировать его, контролировать желания, принимать взвешенные разумные решения, предвидеть последствия действий и решений, познавать и преобразовывать окружающий мир, добиваться успеха и выходить из трудных обстоятельств. Таким образом у ребенка развивается рассудок, разум, логика, самосознание.

Сознание пытается контролировать бессознательную часть психики и управлять ею, но в реальности поведение и психическое состояние даже у взрослых людей, с высокоразвитым сознанием, существенно зависит от неосознаваемых психических процессов бессознательной психики.

## 1.8. Развитие психики в онтогенезе

Онтогенез (от греч. *онтоз* — сущее, *генезис* — происхождение) – развитие индивида, формирование основных структур психики индивида в течение его детства.

Согласно теории немецкого естествоиспытателя и философа Э. Геккеля, индивидуальное развитие (онтогенез) есть сокращенное развитие рода человеческого (филогенез), т.е. в процессе развития ребенок повторяет этапы истории человечества. Развитие психики человека в процессе его жизнедеятельности (в онтогенезе) включает сложное переплетение нескольких линий развития: психосоматическое развитие; развитие нервной системы; половое развитие; возрастные изменения; когнитивное развитие познавательных психических процессов: восприятия, памяти, мышления, речи, интеллекта; эмоционально-волевое развитие; развитие личности; нравственное развитие; развитие деятельности и умений. В научных целях анализируют каждое из направлений развития психики человека, хотя в реальной жизни все эти виды развития тесно переплетены, взаимосвязаны и детерминированы как наследственными факторами, так и воздействиями внешней социальной среды.

*Генотип* — это врожденные генетически предопределенные особенности организма, но поскольку организм развивается и существует в определенной среде, к которой он приспособляется, то формируются приобретенные качества, своеобразно развиваются и проявляются генетически предопределенные свойства организма, в результате формируется *фенотип*. Взаимодействие наследственности, врожденности, условий внутриутробного развития и личного опыта происходит сложным образом, обуславливая индивидуальные различия людей. Наследственность допускает очень широкие границы развития поведения, и внутри этих границ результат развития будет зависеть от внешней среды обитания: тот или иной фактор внешней среды будет по-разному проявляться в зависимости от специфики наследственности, а один и тот же наследственный фактор будет по-разному проявляться в различных условиях внешней среды. Внешняя среда включает в себя совокупность различных стимулов (воздух, пища, семейная обстановка, влияние друзей, условия образования, культурные и национальные нормы поведения и т.п.), на которые реагирует индивид в течение всей жизни и которые влияют на психологическое развитие, особенности личности, физическое здоровье и т.п. Споры о том, какой из факторов – наследственность или среда – имеет решающее значение, не прекратились до сих пор и перенеслись в экспериментальную сферу. Так, английский психолог Г. Айзенк считает, что интеллект на 20% определяется влиянием среды и на 80% – влиянием наследственности. Близнецы одного пола имеют практически одинаковую наследственность, и коэффициент корреляции показателей их интел-

лекта равен 0,9. Обычные братья и сестры – дети одних родителей, генетически сходны, но не тождественны по своей наследственности, поэтому коэффициент корреляции их интеллекта уже 0,5. Но близнецы одного пола, воспитанные в различных условиях, будут уже различными людьми: один из них, к примеру, стал преступником, а другой – прекрасным юристом. Таким образом, *взаимодействия наследственности и среды определяет индивидуальные особенности психики человека.*

Основоположник **теории конвергенции** (сближения) – немецкий психолог В. Штерн считал, что и наследственная одаренность, и окружающая среда определяют законы детского развития, что **развитие есть результат конвергенции внутренних задатков с внешними условиями жизни.**

Жизнь и деятельность человека обусловлены **единством и взаимодействием биологического и социального факторов при ведущей роли социального фактора.**

Психическое развитие ребенка есть процесс развития у него способностей посредством овладения содержанием человеческой культуры. Источниками развития являются:

– взаимодействие ребенка с действительностью, главным образом социальной, со взрослым (Л. С. Выготский);

– усвоение ребенком социального опыта, воплощенного в продуктах материального и духовного производства (А. В. Запорожец).

Развитие есть цепь качественных изменений, и психика ребенка принципиально качественно отличается от психики взрослых. Проявляется закон неравномерности детского развития: каждая сторона в психике ребенка имеет свой оптимальный период развития. *Детское развитие* подчиняется не биологическим законам, а общественно-историческим законам, развитие ребенка происходит путем присвоения исторически выработанных форм и способов деятельности. Таким образом, движущая сила развития у человека – это обучение (Л. С. Выготский). Но обучение не тождественно развитию, оно создает зону ближайшего развития, приводит в движение внутренние процессы развития, которые вначале для ребенка возможны только в процессе взаимодействия со взрослыми и сотрудничества с товарищами, но затем, пронизывая весь внутренний ход развития, становятся достоянием самого ребенка. По Л. С. Выготскому, *зона ближайшего развития* — это расстояние между уровнем актуального развития ребенка и уровнем его возможного развития, при содействии взрослых, зона ближайшего развития определяет функции, не созревшие еще, но находящиеся в процессе созревания; характеризует умственное развитие на завтрашний день. Феномен зоны ближайшего развития свидетельствует о ведущей роли обучения в умственном развитии ребенка.

Никакое воздействие взрослого на процессы психического развития не может быть осуществлено без реальной деятельности самого ребенка. И от того, как эта деятельность будет осуществлена, зависит процесс самого развития. Процесс развития – это самодвижение ребенка благодаря его деятельности с предметами, а факты наследственности и среды – это лишь условия, которые определяют не суть процесса развития, а лишь различные вариации в пределах нормы. Ведущая деятельность характеризуется тем, что в ней перестраиваются основные психические процессы и происходят изменения психологических особенностей личности на данной стадии ее развития.

Традиционно принято разделять жизненный цикл развития человека на следующие периоды: 1) пренатальный (внутриутробный); 2) детство; 3) отрочество; 4) зрелость (взрослое состояние); 5) преклонный возраст, старость. В свою очередь каждый период состоит из нескольких стадий, имеющих ряд характерных особенностей.

**Период детства** включает четыре стадии:

1) **стадия новорожденности и младенчество** (от рождения до года), на данной стадии ведущей деятельностью является эмоциональное общение младенца с любящими взрос-

лыми, прежде всего с матерью; дефицит эмоционального общения приводит к существенному замедлению и психического, и физического развития младенца;

2) **стадия раннего детства** (или «первое детство», от года до трех лет) – период развития функциональной независимости и речи; ведущей деятельностью является предметная деятельность, в ходе которой ребенок познает предметы, осваивает основные бытовые действия с разными предметами, на этой стадии развивается наглядно-действенное мышление, формируется определенная степень автономии, самостоятельности ребенка;

3) **стадия дошкольного детства** (или «второе детство», от трех до шести лет) характеризуется развитием личности ребенка и когнитивных процессов; ведущей деятельностью на данном этапе является игра, в ходе игр ребенок осваивает социальные нормы и варианты поведения в разных ситуациях, развиваются память, внимание, образное мышление, воля, фантазия, умение соблюдать игровые правила и пр.;

4) **стадия младшего школьного детства** (или «третье детство», от 6 до 11–12 лет) соответствует включению ребенка в социальную группу и развитию интеллектуальных умений и знаний, ведущей деятельностью становится учеба.

**Отрочество** подразделяется на два периода: *подростковый (пубертатный)* соответствует половому созреванию и продолжается с 11–12 до 14–15 лет. В это время под влиянием конституционных сдвигов у подростка формируется новое представление о себе. Ведущей деятельностью, наиболее влияющей на развитие психики и личности подростка, становится его общение со сверстниками; *юношеский (ювенальный)* — с 16 до 20–23 лет – представляет переход к зрелости, с биологической точки зрения юноша уже взрослый, но социальной зрелости еще не достиг: юности свойственно чувство психологической независимости, но человек еще не берет на себя никаких социальных обязательств. Юность выступает как период принятия ответственных решений, определяющих всю дальнейшую жизнь человека: выбор профессии и своего места в жизни, выбор смысла жизни, формирование своего мировоззрения и самосознания, выбор спутника жизни.

При переходе от одной возрастной стадии развития к другой выделяют критические периоды, или кризисы, когда происходит разрушение прежней формы отношений человека с окружающим миром и формирование новой системы взаимоотношений с миром и людьми, что сопровождается значительными психологическими трудностями для самого человека и его социального окружения. Выделяют *малые* кризисы (кризис одного года, кризис семи лет, кризис 17–18 лет) и *большие* кризисы (кризис новорожденности, кризис трех лет, подростковый кризис 13–14 лет). При больших кризисах перестраиваются отношения ребенка и общества, а малые кризисы проходят внешне более спокойно, связаны с нарастанием умений и самостоятельности человека. В период критической фазы дети трудновоспитуемы, проявляют упрямство, негативизм, строптивость, непослушание.

Каждый из возрастных этапов имеет свою специфику по уровню физиологического функционирования, по степени психического развития человека, его психологических качеств и преобладающих желаний, по преобладающим формам поведения и деятельности, по особенностям развития личности.

Наблюдается зависимость специфики психики и психических процессов от пола человека. Женское начало (в рамках человеческой популяции) призвано обеспечивать неизменность потомства от поколения к поколению, т.е. оно ориентировано на сохранение уже имеющихся признаков. Отсюда большая психическая устойчивость женщин и усредненные параметры их психики. Мужское начало связано с необходимостью адаптации к совершенно новым, неведомым условиям, что и объясняет большую психологическую индивидуализированность мужчин, среди которых чаще встречаются не только сверхталантливые, но и совершенно никчемные. Признаки вырождения в любой популяции обнаруживаются прежде всего у мужских особей.

Следовательно, можно предполагать: особенности как мужской, так и женской психики определяются эволюционно-генетической целесообразностью (В. А. Геодакян).

Физические различия мужчины и женщины связаны с их жизненными функциями:

– мужчины, выступая преобразователями внешнего мира, могут как созидать, так и разрушать его, являются новаторами в освоении времени и пространства, новых сфер деятельности – выполнение этой жизненной функции достигается в результате преобладания таких физических качеств, как высокий рост и мощные конечности, широкие плечи, выявленный рельеф мышц, физическая сила, большой вес за счет костной ткани и скелета, грубая кожа, выраженный волосяной покров на теле. Все эти физические качества, присущие большинству представителей мужского пола, необходимы для выполнения физических нагрузок, для борьбы и активного преобразования внешнего мира;

– женщины, выполняя жизненную функцию сохранения человеческой жизни и человеческого рода, стремятся все стабилизировать, сохраняя мир, покой, благополучие, достигнутые успехи в семье и обществе, – выполнение этой жизненной функции продолжения и сохранения человеческого рода обеспечивается за счет специфических физических качеств: широкий таз, более развитое туловище по сравнению с конечностями, грудной тип дыхания, развитые грудные железы напрямую влияют на деторождение и кормление младенца, а выраженная жировая ткань (на боках, бедрах, ягодицах) является своеобразным «хранилищем оперативной энергии». Эстетичность и округлость женского тела, красивые волосы, гладкая нежная кожа обеспечивают привлекательность женщины, что немаловажно в интимных отношениях и в конечном счете в продолжении человеческого рода.

Обменные метаболические процессы различаются у мужчин и женщин: у женщин они характеризуются преобладанием анаболических процессов, включающих ориентацию на питание, интеграцию, сохранение энергии, что обеспечивает повышенную выживаемость женского организма; у мужчин же преобладают катаболические процессы, связанные с расходом энергии, с размножением, с дезинтеграцией. Психологические исследования показали, что девочки превосходят мальчиков в вербальных способностях; мальчики отличаются большей агрессивностью, а также математическими и визуально-пространственными способностями.

## Контрольные вопросы

1. В чем суть объекта и предмета психологии?
2. Какие отрасли психологии существуют?
3. Какие методы являются основными в современной психологии?
4. Что такое психика? Каковы ее функции?
5. Какие функции выполняют правое и левое полушария мозга?
6. Какие этапы развития психики в филогенезе?
7. Чем отличается психика человека от психики животных? В чем состоят особенности человеческого поведения?
8. Какова структура человеческой деятельности?
9. Какова структура сознания человека?
10. Как взаимосвязаны сознание и бессознательное?
11. Как происходит развитие психики в онтогенезе?

## Глава 2. Психические процессы: когнитивные и эмоционально-волевые процессы

### 2.1. Структура процесса приема информации. Ощущения

Ощущения, восприятия, представления, мышление, память составляют познавательные (когнитивные) психические процессы.

Структура приема информации включает следующие этапы:

$P \rightarrow OЧ \rightarrow НИ \rightarrow ГМ \rightarrow ОЩ \rightarrow ЦВ \rightarrow ЭП \rightarrow ОП \rightarrow М \rightarrow ОС \rightarrow ВН,$

где раздражитель (слуховой, зрительный) (Р) воздействует на органы чувств (ОЧ), в результате чего возникают нервные импульсы (НИ), которые по нервным проводящим путям поступают в головной мозг (ГМ), обрабатываются там и формируют отдельные ощущения (ОЩ), на основе которых складывается целостный образ восприятия (ЦВ) предмета, который сопоставляется с эталонами памяти (ЭП), в результате чего происходит опознание (ОП) предмета, а затем при мысленном сопоставлении текущей информации и прежнего опыта посредством мыслительной деятельности (М) происходит осмысление (ОС), понимание информации. Внимание (ВН) должно быть направлено на прием и понимание информации.

Ощущения – отражение отдельных признаков предметов, непосредственно воздействующих на органы чувств человека. Анатомо-физиологический аппарат, специализированный для приема воздействий определенных раздражителей из внешней и внутренней среды и переработки их в ощущения, называют **анализатором**.

Каждый анализатор состоит из трех частей: 1) *рецептора*, или органа чувств, преобразующего энергию внешнего воздействия в нервные сигналы; 2) *проводящих нервных путей*, по которым нервные сигналы передаются в мозг; 3) *мозгового центра* в коре полушарий головного мозга. Каждый рецептор приспособлен к приему только определенных видов воздействия (свет, звук), т.е. обладает специфической возбудимостью к определенным физическим и химическим агентам. Рецептор – это анатомическое образование (чувствительное нервное окончание или специализированная нервная клетка), которая при ее возбуждении от раздражителя вырабатывает и посылает электрический сигнал, нервный импульс промежуточным нейронам в нервных путях. Этот электрический сигнал движется до тех пор, пока не достигнет своей рецептивной зоны в коре головного мозга, и уже там возникнет осознанное переживание ощущения.

Ощущения, с одной стороны объективны, так как в них всегда отражен внешний раздражитель, а с другой – субъективны, поскольку зависят от состояния нервной системы и индивидуальных особенностей.

Английский физиолог *И. Шеррингтон* выделил три основных класса ощущений:

- 1) *экстерорецептивные*, возникающие при воздействии внешних стимулов на рецепторы, расположенные на поверхности тела;
- 2) *интерорецептивные* (органические), сигнализирующие о том, что происходит в организме (ощущения голода, жажды, боли и т.п.);
- 3) *проприорецептивные*, расположенные в мышцах и сухожилиях; с их помощью мозг получает информацию о движении.

Общую массу экстерорецептивных ощущений делят на *дистантные* (зрительные, слуховые) и *контактные* (осязательные, вкусовые). Обонятельные ощущения занимают в этом

случае промежуточное положение. Наиболее древней является органическая (прежде всего болевая) чувствительность, затем появились контактные (прежде всего тактильная, т.е. осязание) формы. И самыми эволюционно молодыми следует считать слуховые и особенно зрительные системы рецепторов. Наиболее значительными для функционирования человеческой психики являются зрительные (85% всей информации о внешнем мире), слуховые, тактильные, органические, обонятельные и вкусовые ощущения.

По модальности раздражителя ощущения делят на *зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые, тактильные, статические и кинестезические, температурные, болевые, жажды, голода*. В различных участках кожной поверхности неравномерно расположены четыре типа специфических рецепторов: давления, боли, тепла, холода: вокруг рта и в кончиках пальцев много рецепторов, а на спине их совсем мало. У женщин на коже лица болевых рецепторов в 4 раза больше, чем у мужчин, в результате они более остро чувствуют боль.

Ощущения возникают благодаря работе анализаторов (совокупности нервных образований) при условии, что характеристики воздействующего раздражителя соответствуют диапазону чувствительности органов чувств и анализатора.

Основные характеристики анализаторов.

1. Нижний порог ощущений – минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение (обозначается  $J_0$ ). Сигналы, интенсивность которых меньше  $J_0$ , человеком не ощущаются. Верхний порог – максимальная величина раздражителя, которую способен адекватно воспринимать анализатор ( $J_{\max}$ ). Интервал между  $J_0$  и  $J_{\max}$  носит название диапазон чувствительности. Например, глаз чувствителен к диапазону электромагнитных волн от 300 до 700 нанометров (нм), где длина волны 680 нм дает ощущение красного цвета, а 390 нм – фиолетового. В сетчатке глаза есть 7 млн рецепторов, так называемых колбочек, которые чувствительны к цвету<sup>4</sup>, и 130 млн рецепторов – палочек, которые работают при слабой освещенности, различая темное – светлое. Процесс восприятия цвета – явление психическое, поскольку в нем участвуют не только рецепторы, но и мозг, обрабатывающий полученные рецепторами сигналы.

Диапазон частотной чувствительности слуха от 16 000 до 20 000 Гц, диапазон по громкости от 10 до 130 дБ, громкий звук свыше 130 дБ вызовет боль, глухоту, но даже шумы, громкая музыка в 100–120 дБ приводят к снижению слуха, к необратимым изменениям рецепторов, а также к стрессам, к увеличению риска повышенного кровяного давления на 80%.

2. Дифференциальный, (разностный) порог – наименьшая величина различий между раздражителями, когда они еще ощущаются как различные. Величина  $\Delta J$  пропорциональна интенсивности сигнала  $J$ ;  $\Delta J / J = K$  (закон Вебера). Для зрительного анализатора  $K = 0,01$ , для слухового –  $K = 0,1$ ; для различения силы тяжести –  $K = 0,033$ .

Например, если взять груз в 1 кг и затем прибавить еще 10 г, то этой прибавки никто ощутить не сможет; для того чтобы почувствовать увеличение веса, надо добавить 0,033 от первоначального веса, т.е. 33 г. Для ощущения разницы звуков, нужно чтобы они различались по частоте на 2–5 Гц, по громкости – на 0,4–0,7 дБ.

3. Интенсивность ощущения ( $E$ ) прямо пропорциональна логарифму силы раздражителя  $J$  (закон Вебера – Фехнера):  $E = k \log J + c$ .

4. Временной порог – минимальная длительность воздействия раздражителя, необходимая для возникновения ощущений.

5. Латентный период реакции – промежуток времени от момента подачи сигнала до момента возникновения ощущения – различен для ощущений разной модальности: для зре-

<sup>4</sup> По данным исследований оптиков из Рочестерского университета США, их численность у разных людей может различаться в 40 раз. URL: [http://gizmod.ru/2005/10/31/vosprijatie\\_tsveta\\_chelovekom\\_zavisit\\_ot\\_mozga](http://gizmod.ru/2005/10/31/vosprijatie_tsveta_chelovekom_zavisit_ot_mozga).



ния, например, он не может быть меньше 0,1 с. После окончания воздействия раздражителя зрительные ощущения исчезают не сразу, а постепенно (инерция зрения = 0,1–0,2 с). Следовательно время действия сигнала и интервал между появляющимися сигналами должны быть не меньше времени сохранения ощущений, равного 0,2–0,5 с. В противном случае будет замедляться скорость и точность реагирования, поскольку во время прихода нового сигнала в зрительной системе человека еще будет оставаться образ предыдущего сигнала.

Но в тот момент, когда человек моргает (около 10 раз в мин), у него мгновенно отключается одна из областей мозга, ответственная за обработку зрительной информации, в результате человек не замечает своего моргания, не видит темноты при моргании, что позволяет человеку видеть непрерывное гладкое изображение рассматриваемых предметов.

У младенца слуховые ощущения проявляются лучше, чем зрительные. С первых часов после рождения дети способны различать звуки разной интенсивности, узнавать голос матери. А зрительные ощущения развиты слабее: младенец плохо различает цвета, имеет низкую остроту зрения, но к двум месяцам узнает лицо матери, а к пяти-шести месяцам начинает узнавать предметы и лица, и только к году острота зрения младенца достигает уровня взрослого.

Слуховые ощущения подразделяются на речевые, музыкальные и шумы. Звуковой анализатор выделяет четыре качества звука: силу (громкий – тихий), высоту (высокий – низкий), тембр, длительность звучания и темпоритмический узор воспринимаемых звуков. Фонематический слух позволяет различать звуки речи, он формируется в течение жизни и зависит от речевой среды обитания. Способность к обучению иностранным языкам определяется фонематическим слухом, который также влияет на грамотность письменной речи.

Различают две основные формы изменения чувствительности:

1) *адаптация* — изменение чувствительности для приспособления к внешним условиям (чувствительность может повышаться или понижаться, например, адаптация к яркому свету, сильному запаху); разные анализаторы имеют различную скорость адаптации – более быстро адаптируются обонятельные и тактильные анализаторы (1 мин), а для полной адаптации к темноте необходимо уже 45 мин, при этом зрительная чувствительность может увеличиться в 200 тысяч раз;

2) *сенсбилизация* — повышение чувствительности под влиянием внутренних факторов, состояния организма, в результате взаимодействия анализаторов и упражнения.

Отсутствие или слабое развитие одних видов ощущений может компенсироваться повышенным развитием других видов ощущений, например иногда врожденная слепота превращает человека в музыканта или у глухого человека может повышаться кожная вибрационная чувствительность, в результате он может спиной частично воспринимать музыку. Также существует и такое явление, как *синестезия*, – возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для другого анализатора, – это так называемый цветной слух, цветовые ассоциации на буквы и цифры<sup>5</sup>.

Прием и переработка человеком поступившей через органы чувств информации завершается появлением образов предметов и явлений. Процесс формирования этих образов называется восприятием (иногда употребляется также термин «перцепция», «перцептивный процесс»).

---

<sup>5</sup> Известно, что композиторы А. Н. Скрябин и Н. А. Римский-Корсаков были синестетиками – обладали цветным слухом, т.е. воспринимали тональности в определенном цвете.

## 2.2. Восприятие

**Восприятием** называют психический процесс отражения предметов и явлений действительности в совокупности их различных свойств при непосредственном воздействии их на органы чувств. Восприятие дает целостный образ предмета или явления.

Выделяются четыре операции, или четыре уровня перцептивного действия: обнаружение, различение, идентификация и опознание. Первые два относятся к перцептивным, последние – к опознавательным действиям.

Всякое восприятие включает активный двигательный компонент (ощупывание предметов рукой, движение глаз при рассматривании и т.п.) и сложную аналитико-синтетическую деятельность мозга по синтезу целостного образа.

Закономерность субъективности восприятия состоит в том, что одну и ту же информацию люди воспринимают по-разному, субъективно, в зависимости от своих интересов, потребностей, способностей и т.п. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, от особенностей его личности носит название **апперцепции**.

Свойства восприятия:

1) *целостность* — восприятие есть всегда целостный образ предмета. Однако способность целостного зрительного восприятия предметов не является врожденной. Об этом свидетельствуют данные о восприятии людей, которые ослепли в младенчестве и которым возвратили зрение в зрелые годы: в первые дни после операции они видят не мир предметов, а лишь расплывчатые очертания, пятна различной яркости и величины. Постепенно, через несколько недель, у этих людей формировалось зрительное восприятие, но оно оставалось ограничено тем, что они узнали ранее путем осязания. Таким образом, восприятие формируется в процессе практики, т.е. **восприятие – система перцептивных действий, которыми надо овладеть**;

2) *константность* — благодаря константности мы воспринимаем окружающие предметы как относительно постоянные по форме, цвету, величине;

3) *структурность* — восприятие не является простой суммой ощущений. Мы воспринимаем фактически абстрагированную из этих ощущений обобщенную структуру. Например, слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию и узнаем ее, если ее исполняет оркестр либо один рояль или человеческий голос, хотя отдельные звуковые ощущения различны;

4) *осмысленность* — восприятие тесно связано с мышлением, с пониманием сущности предметов. Швейцарским психологом Г. Роршахом было установлено, что даже бессмысленные чернильные пятна всегда воспринимаются людьми как что-то осмысленное (собака, облако, озеро) и только некоторые психически больные склонны воспринимать случайные чернильные пятна как таковые, т.е. восприятие протекает как динамический процесс поиска ответа на вопрос «Что это такое?»;

5) *избирательность* проявляется в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими;

6) *объемность* — восприятие в трех измерениях.

Эти свойства восприятия не предписаны человеку от рождения, а формируются, развиваются в течение жизни, в процессе общения с другими людьми, в ходе обучения и трудовой деятельности, например константность восприятия формируется к 12–13 годам. Избирательность восприятия связана с движениями глаз, к примеру при рассматривании человеческого лица наблюдатель под влиянием прошлого опыта избирательно больше всего внимания уделяет глазам, губам и носу собеседника как самым информативным местам, на основе которых можно составить целостное представление о настроении, психологии чело-

века. Для описания избирательности и направленности восприятия психологи стали использовать понятие *установки* — неосознанной готовности человека определенным образом воспринимать предметы, людей, определенным образом к ним относиться и на них реагировать.

Виды восприятия: восприятие предметов, времени, отношений, движений, пространства, музыки, человека.

Например, восприятие музыки – это активный процесс, включающий не только слуховое восприятие, но и эмоциональное переживание, скрытую моторную реакцию (покачивание корпуса, напряжение и расслабление дыхательных мышц) и зрительные ощущения. Когда мы слушаем музыку, головной мозг реагирует на нее активизацией нескольких областей за пределами слуховой коры, включая те, которые обычно участвуют в других формах мыслительной деятельности. Исследователи обнаружили, что занятия музыкой увеличивают число нейронов мозга, реагирующих на звук, (объем слуховой коры у музыкантов на 30% больше, чем у людей, не имеющих отношения к музыке), помогают лучшему развитию левой височной доли головного мозга, что в свою очередь улучшает когнитивные способности, связанные с этой долей мозга (улучшалась память на слова, периферийное зрение, музыкальная память, эмоциональность), 70% людей наслаждаются музыкой, потому что она порождает эмоции, чувства, физические реакции (в виде мурашек по телу, слез, смеха и т.д.) Ученые Калифорнийского университета сравнивали влияние музыки Моцарта, Бетховена и поп-музыки на мозг и психику людей, оказалось, что только музыка Моцарта активизировала все участки коры головного мозга, улучшала зрение, моторную координацию, настроение, пространственное мышление, повышала интеллектуальные возможности, снимала болевые ощущения и даже оздоравливала человека.

Возможны *иллюзии* восприятия (от лат. *illusio, ludere* — играть; *illundere* — обманывать) – искажение восприятия частных признаков предметов, возникающие под воздействием внешних условий (физические иллюзии, например мираж) или являющиеся следствием особого психофизиологического состояния повышенной эмоциональной возбудимости (физиологические иллюзии). Появление ряда иллюзий связано с психологическими особенностями процесса восприятия. Если на одном расстоянии будут находиться два одинаковых предмета, окрашенные в разные тона, то светлый покажется больше и ближе, чем темный. Иллюзии широко используют в своей работе не только фокусники, но и парикмахеры, модельеры, дизайнеры, например чтобы комната смотрелась просторнее, ее окрашивают в светлые тона. Наряду с иллюзиями существует и такое явление, как *галлюцинации*, – восприятие без объекта, чаще всего признак психического расстройства.

## 2.3. Внимание

Произвольная или непроизвольная направленность и сосредоточенность психической деятельности на каком-либо объекте восприятия называется **вниманием**. Без внимания невозможно восприятие.

Внимание – это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость.

Сущность внимания проявляется прежде всего в *отборе* значимых, релевантных, т.е. соответствующих потребностям или данной деятельности воздействий и *игнорировании* (торможении, устранении) других – несущественных, побочных, конкурирующих воздействий. Наряду с функцией отбора выделяется функция *удержания* (сохранения) данной деятельности (сохранение в сознании образов определенного предметного содержания) до тех пор, пока не завершится акт поведения, познавательная деятельность и не будет достигнута цель. Одной из важнейших функций внимания является *регуляция и контроль* протекания деятельности.

Свойства внимания: объем, сосредоточенность (концентрация), распределяемость, устойчивость, колебание, переключаемость.

*Объем внимания* измеряется тем количеством объектов, которые воспринимаются одновременно. Объединенные по смыслу объекты воспринимаются в большем количестве, чем необъединенные. У взрослого человека объем внимания равен четырем – семи объектам.

*Концентрация внимания* есть степень сосредоточения сознания на объекте (объектах). *Распределение внимания* выражается в умении одновременно выполнять несколько действий или вести наблюдение за несколькими процессами, объектами. В некоторых профессиях (шофера, летчика, педагога) распределение внимания приобретает особенно важное значение. Чем лучше человек овладел действиями, тем легче ему одновременно выполнять их. Физиологический механизм распределения внимания связан с тем, что привычные действия, не вызывающие затруднений вследствие уже выработанных прочных систем временных связей в мозге, могут управляться участками коры мозга, находящимися вне очага оптимального возбуждения.

Под *устойчивостью* понимается общая направленность внимания в процессе деятельности. На устойчивость внимания значительное влияние оказывает интерес. Необходимым его условием является разнообразие впечатлений или выполняемых действий. Однообразные действия снижают устойчивость внимания. Влияет на устойчивость внимания и активная деятельность с объектом внимания.

*Отвлекаемость* выражается в колебаниях внимания, которые представляют собой периодическое ослабление внимания к конкретному объекту или деятельности. Колебания внимания наблюдаются даже при очень сосредоточенной и напряженной работе, что объясняется непрерывной сменой возбуждения и торможения в коре головного мозга. Однако через 15–20 мин колебания внимания могут привести к непроизвольному отвлечению от объекта, что лишней раз доказывает необходимость разнообразить в той или иной форме деятельность человека.

К свойствам внимания относится и *переключение* внимания. Оно состоит в перестройке внимания, в переносе его с одного объекта на другой. Одни люди могут легко и быстро переключать свое внимание с одного объекта на другой (у них подвижная нервная система), другие же – с трудом и медленно (у них инертная нервная система). Если у человека хорошее быстрое переключение внимания, то создается иллюзия, что человек совершает сразу несколько действий, сохраняя их в поле внимания. Например, Наполеон мог одновременно диктовать своим секретарям семь ответственных разных дипломатических документов, успевая быстро переключаться с одного документа на другой.

Различают три вида внимания: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное.

*Непроизвольное* — само собой возникающее внимание, вызванное действием сильного, контрастного или нового, неожиданного, интересного или значимого и вызывающего эмоциональный отклик раздражителя.

*Произвольное* — сознательное сосредоточение на определенной информации; требует волевых усилий, утомляет через 20 мин. Утомленному человеку очень трудно сосредоточиться. Значительно ослабляет произвольное внимание эмоциональное возбуждение, вызванное посторонними причинами.

*Послепроизвольное* — вызывается через входение в деятельность и возникающий в связи с этим интерес, в результате длительное время сохраняется целенаправленность, снимается напряжение, человек не устает, хотя послепроизвольное внимание может длиться часами. Послепроизвольное внимание является самым эффективным и длительным.

Закономерность циркуляции, флуктуации внимания – через каждые 6–10 с мозг человека отключается от приема информации на доли секунды, в результате какая-то часть информации может быть потеряна.

Исследования Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына показали, что качества внимания зависят от свойств нервной системы человека (переключение внимания выше у людей с сильной, подвижной нервной системой). Возможности внимания ограничены, поскольку человеческий мозг способен сознательно воспринимать не более 126 бит информации в секунду, причем для понимания собеседника требуется около 40 бит «внимания», а 86 бит приходится на наблюдение за мимикой лица говорящего и на раздумья о том, что сказать в ответ.

## 2.4. Представления, память и мнемические процессы

**Память** — форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания. Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения. Память — основа психической деятельности.

Образы предметов или процессов реальной действительности, которые мы воспринимали ранее, а сейчас мысленно воспроизводим, называются **представлениями**. Представления связаны с памятью и воображением. Уже на уровне представлений обнаруживается способность соединять чувственный материал иначе, не так, как он соединен в действительности (представления создают основу для воображения). Представление стоит на рубеже между чувственным отражением и абстрактным мышлением. Оно еще идет непосредственно от чувственного материала и строится на нем, но в представлении уже присутствует и абстрагирование от всего второстепенного; представления носят обобщенный характер, это обобщенный образ действительности (хотя этот образ может обладать неполнотой, фрагментарностью, расплывчатостью). Выделяют представления зрительные, слуховые, обонятельные, тактильные и т.д., представления времени, пространства, движения и т.п., представления единичные и общие.

Основными **процессами** памяти (мнемическими процессами) являются запоминание, сохранение, узнавание и воспроизведение.

*Запоминание* — процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений, предпосылка сохранения.

*Сохранение* — процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.

*Воспроизведение и узнавание* — процессы восстановления прежде воспринятого. Различие между ними заключается в том, что узнавание имеет место при повторной встрече с объектом, при повторном его восприятии. Воспроизведение же происходит в отсутствие объекта.

Классификацию **видов** памяти следует осуществить по следующим критериям:

— в зависимости от целей деятельности выделяют непроизвольную и произвольную память;

— по характеру психологической активности выделяют: двигательную, эмоциональную, образную (зрительная, слуховая, осязательная, вкусовая, болевая, эйдетическая и пр.), словесно-механическую, словесно-логическую (смысловая) память;

— по продолжительности сохранения информации выделяют: сенсорную, кратковременную, промежуточную, долговременную, оперативную.

*Непроизвольная* память — информация запоминается сама собой без специального заучивания, в ходе выполнения деятельности, в ходе работы над информацией. Сильно развита в детстве, у взрослых ослабевает; *произвольная* память (информация запоминается целенаправленно с помощью специальных приемов).

Эффективность произвольной памяти зависит:

а) от целей запоминания (насколько прочно, надолго человек хочет запомнить ту или иную информацию). Если цель – выучить материал, чтобы сдать экзамен, то вскоре после экзамена многое забудется, если цель – выучить надолго, для будущей профессиональной деятельности, то информация забывается в меньшей степени;

б) от приемов заучивания.

Приемы заучивания бывают разными:

а) механическое дословное многократное повторение – работает *механическая память*, тратится много сил, времени, а результаты низкие. Механическая память – это память, основанная на повторении материала без его осмысления;

б) логический пересказ, который включает логическое осмысление материала, систематизацию, выделение главных логических компонентов информации, пересказ своими словами. Работает *логическая память* (смысловая) – вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей. Эффективность логической памяти по скорости запоминания и по длительности сохранения в 20 раз выше, чем у механической памяти. Например, при механическом запоминании в памяти через час остается только 40%, а еще через несколько часов всего 20%, а в случае осмысленного логического запоминания 40% материала сохраняется в памяти даже через 30 дней;

в) образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки). Работает *образная память*, она бывает разных типов: зрительная, слуховая, моторно-двигательная, вкусовая, осязательная, обонятельная, болевая, эйдическая. Если человек использует одновременно несколько видов памяти, например двигательную, зрительную, слуховую, то, как правило, эффективность запоминания и сохранения информации выше, а эмоционально окрашенные впечатления человек хранит дольше всего;

г) мнемотехнические приемы запоминания (специальные приемы для облегчения запоминания).

Любая информация вначале попадает в **кратковременную память (КП)**, которая обеспечивает запоминание однократно предъявленной информации на короткое время, после чего информация может забыться полностью либо перейти в долговременную память, но при условии одно-, двукратного повторения информации, КП ограничена по объему, при однократном предъявлении в КП помещается в среднем  $7 \pm 2$  объекта. Это универсальная формула памяти человека, т.е. в среднем с 1 раза человек может запомнить пять – девять слов, цифр, чисел, фигур, картинок, кусков информации. Главное – добиться, чтобы эти куски были более информационно насыщены за счет группировки, объединения цифр, слов в единый, целостный кусок-образ. Объем кратковременной памяти у каждого человека индивидуален, по объему КП можно прогнозировать успешность обучения по формуле

$$\frac{\text{ОКП}}{2} + 1 = \text{балл учебный.}$$

**Долговременная память (ДП)** обеспечивает длительное сохранение информации; бывает двух типов: 1) ДП с сознательным доступом (т.е. человек может по своей воле извлечь, вспомнить нужную информацию); 2) ДП закрытая (человек в естественных условиях не имеет к ней доступа, а лишь при гипнозе, при раздражении определенных участков мозга может получить к ней доступ и актуализировать во всех деталях образы, переживания, картины всей жизни). *Долговременная* память делится на виды в зависимости от степени доступа к хранимой информации (с сознательно-волевым доступом, и бессозна-

тельная, без доступа) и по своему содержанию: процедурную (память на умения, навыки), декларативную (которая в свою очередь делится на семантическую – слова, факты, знания – и эпизодическую – биографические события) и проспективную (память на намерения). В долговременной памяти с сознательным доступом выделяют долговременную семантическую память (хранит информацию о мире, структуры, позволяющие понять мир: понятия, нормы, законы, правила, слова, с помощью которых обозначается знание предметов, накопленные знания) и долговременную биографическую эпизодическую память (хранит информацию о событиях жизни конкретной личности, отражает самосознание). После травмы человек может утратить биографическую память, не помнить своей прошлой жизни, но сохранить знания, опыт, хранимые в семантической памяти. Виднейший исследователь памяти Эндель Тульвинг выделяет еще дополнительные виды долговременной памяти: процедурная (память на умения, навыки), проспективная (память на намерения), ретроспективная (память на содержание). Один из ведущих психологов в области когнитивной психологии Роберт Солсо также отмечает, что у человека есть два типа памяти – процедурная и декларативная. Процедурная – это знание того, как нужно действовать (сохраняет моторные, перцептивные, когнитивные навыки) и декларативная память – это способность дать ясный отчет о прошлом индивидуальном опыте, память на факты и события. Декларативная память делится на два вида: семантическую (слова, факты, знания) и эпизодическую (биографические события). В младенчестве вначале появляется процедурная память, а декларативная – позже, по мере овладения языком (поэтому первые осознанные детские воспоминания о случившихся событиях жизни сохраняются с трех лет). У больных с повреждением гиппокампа – особой области мозга – процедурная память сохраняется, а декларативная память на недавние события полностью утрачивается.

**Оперативная память** — вид памяти, проявляющейся в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающей эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП и необходимой для выполнения текущей деятельности.

**Промежуточная память** обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а время ночного сна отводится организму для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, перевода ее в ДП. По окончании сна промежуточная память опять готова к приему новой информации. У человека, который спит менее трех часов в сутки, промежуточная память не успевает очищаться, в результате нарушается выполнение мыслительных, вычислительных операций.

Наиболее точное и полное воспроизведение сложного и обширного материала происходит обычно не сразу после заучивания, а спустя два-три дня. Такое улучшенное отсроченное воспроизведение называется *реминисценцией*.

Для долговременной памяти с сознательным доступом свойственна закономерность забывания: забывается все ненужное, второстепенное, а также определенный процент и нужной информации.

Для уменьшения забывания необходимо: 1) понимание, осмысление информации (механически выученная, но непонятая до конца информация забывается быстро и почти полностью); 2) повторение информации (первое повторение нужно через 40 мин после заучивания, так как через час в памяти остается только 50% механически заученной информации). Необходимо чаще повторять материал в первые дни после заучивания, поскольку в эти дни максимальны потери от забывания. Целесообразна такая схема запоминания: в первый день – два-три повторения, во второй день – одно-два повторения, в третий – седьмой день по одному повторению, затем одно повторение с интервалом в семь – десять дней. Доказано, что 30 повторений в течение месяца эффективнее, чем 100 повторений за день, поэтому систематическая (без перегрузки) учеба, заучивание материала маленькими порци-

ями в течение семестра с периодическими повторениями через десять дней намного эффективнее, чем концентрированное заучивание большого объема информации в сжатые сроки сессии, вызывающее умственную и психическую перегрузку и почти полное забывание информации через неделю после сессии. Процесс забывания наиболее интенсивно происходит в первые часы и дни после заучивания, затем процесс забывания менее интенсивно длится в течение трех месяцев. К концу трех месяцев после заучивания у человека забывается 95% механически заученной информации или 65% логически осмысленной информации, но которую не повторяли.

*Забывание в значительной степени зависит от характера деятельности, непосредственно предшествующей запоминанию и происходящей после нее.*

Отрицательное влияние предшествующей запоминанию деятельности получило название *проактивного торможения*. Отрицательное влияние следующей за запоминанием деятельности называют *ретроактивным торможением*, оно особенно ярко проявляется в тех случаях, когда вслед за заучиванием выполняется сходная с ним деятельность или если эта деятельность требует значительных усилий. Середина любого текста запоминается хуже именно в результате проактивного и ретроактивного торможения.

Эмоционально окрашенные впечатления хранятся дольше остальных. При положительном отношении к информации человек запоминает ее лучше всего, при отрицательном отношении – на 50% хуже, а при безразличном – на 90% хуже по сравнению с показателями запоминания при положительном отношении к информации. Эмоциональная память отличается тем, что почти никогда не сопровождается воспоминанием ранее пережитого чувства, например человек, испуганный в детстве собакой, может пугаться при каждой встрече с собакой, но не осознает, с чем связано это чувство.

Забывание может быть обусловлено работой защитных механизмов нашей психики, которые вытесняют из сознания в подсознание травмирующие нас впечатления, где они затем более или менее надежно удерживаются, т.е. в этом случае забывается то, что нарушает психологическое равновесие, вызывает постоянное негативное напряжение (*мотивированное забывание*). Закон Рибо, *закон обратного хода памяти* проявляется у пожилых людей, которые могут хорошо помнить давние события своей жизни, но быстро забывают только что услышанное. Важным фактором забывания является *степень активности использования имеющейся информации*. Забывается то, в чем нет постоянной потребности или необходимости.

Согласно *трехкомпонентной модели памяти* Р. Аткинсона и Р. Шифрина, не забывается ничего, но пережитый материал уходит в глубины долговременной памяти и бессознательной психики (без доступа сознанию человека), но с помощью особых психологических методов к этому материалу можно получить доступ.

**Эйдетическая память** — разновидность образной памяти, способность воспринимать яркие картины предметов и явлений по прекращению их непосредственного воздействия на органы чувств. Эйдетик не вспоминает, а как бы продолжает видеть то, что уже исчезло из поля зрения. В раннем детстве эйдетизм представляет закономерную стадию нормального детского развития, а уже в дошкольном возрасте у большинства людей она исчезает. Одни из психологов считают, что эта фотографическая память не исчезает, но нарушается способность извлекать эту информацию; предполагают, что такое забывание – механизм защиты от информационной перегрузки. Но у некоторых людей эйдетическая память функционирует в течение всей жизни, причем это не связано с уровнем умственных способностей.

Двигательная, обонятельная, эмоциональная, образная память в простейших формах свойственна и животным, а словесно-логическая, семантическая память обнаружена только у человека, на ее основе формируется разум, который, как и семантическая память, органи-



зует наши знания в иерархическом порядке, двигаясь от общего к частному, от главного – к второстепенному. Долговременная память организуется на основе смыслового значения информации, образует связи между понятиями, «семантическую сеть».

К самым ранним проявлениям ухудшения памяти относится *ослабление «избирательной репродукции»*, затруднения в воспроизводстве необходимого в данный момент материала (дат, имен, названий, терминов и т.п.). Затем ослабление памяти может принять форму *прогрессирующей амнезии*. Ее причины: алкоголизм, травмы, склероз, возрастные и негативные личностные изменения, некоторые заболевания.

При амнезии вначале утрачиваются способности запоминать новую информацию, а затем последовательно сокращаются информационные запасы памяти. В первую очередь забывается то, что было усвоено совсем недавно, т.е. новые данные и новые ассоциации, затем утрачиваются воспоминания о последних годах жизни. Зафиксированные в памяти события детства, юности сохраняются гораздо дольше.

Нарушение непосредственной памяти, или «корсаковский синдром», проявляется в том, что нарушена память на текущие события, человек забывает, что он только что сделал, сказал, увидел, поэтому накопление нового опыта и знаний становится невозможным, хотя прежние знания могут сохраняться.

Чем обширнее повреждения мозга, тем серьезнее его последствия для памяти. Это положение называется законом действия массы: память разрушается пропорционально весу разрушенной мозговой ткани. Даже удаление 20% мозга (при хирургических операциях) не приводит к утрате памяти, поэтому возникли сомнения в существовании локализованного центра памяти, некоторые психологи однозначно утверждали, что органом памяти следует считать весь мозг. Мозговой центр перевода информации из КП в ДП называется *гиппокамп* и расположен в височной доле мозга. После двустороннего удаления гиппокампа больные сохраняли память о том, что было до операции, но запоминание новых данных не наблюдалось. Японские ученые обнаружили, что в височных долях серого вещества головного мозга записана вся жизнь человека по секундам, но мозг выдает только то, что необходимо для решения тех или иных задач (иногда перед смертью у человека проносится в памяти вся его жизнь). Их же исследования говорят о том, что в обычных условиях жизни скорость воспроизведения информации в несколько раз медленнее ее запоминания: чтобы информация пришла в мозг и там запомнилась, требуется 0,1–0,2 с, а чтобы вспомнить нужную информацию, потребуется в лучшем случае не меньше 0,4–0,6 с.

## 2.5. Виды, процессы мышления

Наше познание окружающей действительности начинается с ощущений и восприятия и переходит к мышлению. Функция мышления – расширение границ познания путем выхода за пределы чувственного восприятия. Мышление позволяет с помощью умозаключения раскрыть то, что не дано непосредственно в восприятии.

Задача мышления – раскрытие отношений между предметами, выявление связей и отделение их от случайных совпадений. Мышление оперирует понятиями и принимает на себя функции обобщения и планирования.

**Мышление** — наиболее обобщенная и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами.

В раннем детстве у человека вначале формируется наглядно-действенное мышление, в 3 до 6 лет доминирует наглядно-образное мышление, затем начинает формироваться понятийное мышление, с 10 до 18 лет развивается вербально-логическое мышление, т.е. мышление выступает как процесс отражения объективной реальности в понятиях, суждениях, умозаключениях, теориях.

## Виды мышления

*Наглядно-действенное мышление* — вид мышления, опирающийся на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование в процессе действий с предметами.

*Наглядно-образное мышление* — вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы; функции образного мышления связаны с представлением ситуаций и изменений в них, которые человек хочет получить в результате своей деятельности, преобразующей ситуацию. Образы конкретных предметов соединяются в мышлении ребенка со словами, обозначающими эти предметы, а наглядные ситуации, практический опыт ребенка создают основу его наглядно-образного мышления, выражаемого и в речи ребенка.

В когнитивной психологии<sup>6</sup> преобладают два понимания структуры мышления: иерархический и хаотический. Согласно первому подходу, иерархия правил и структур является врожденным фактором (например, американский лингвист Н. Хомский доказал, что в мозгу младенца уже существуют определенные врожденные лингвистические программы, которые позволяют ему различать, а затем строить правильные языковые структуры независимо от смыслового содержания). Согласно второму подходу, структура мышления представляет собой сложную конструкцию, состоящую из отдельных, автономных, специализированных модулей, каждый из которых предназначен для решения своей локальной задачи на основе имеющейся в его распоряжении специфической информации и средств ее обработки. Значительная часть познавательных программ, управляющих работой модулей, дана человеку от рождения, определяется генами, а другая часть познавательных программ формируется в процессе освоения общечеловеческого опыта, обучения.

В своем становлении мышление проходит две стадии – допонятийную и понятийную.

**Допонятийное мышление** — это начальная стадия развития мышления у ребенка: суждения детей – единичны, касаются конкретных предметов. При объяснении чего-либо все сводится ими к частному, знакомому. Большинство суждений – *суждения по сходству или суждения по аналогии*, поскольку в этот период в мышлении главную роль играет память. Механизмом мышления человека является скрытая, беззвучная, внутренняя речь, которая свернута, сокращена. Но при возникновении мыслительных затруднений внутренняя речь принимает развернутую форму и нередко переходит в шепотную или громкую речь. При нормальном развитии наблюдается закономерная замена мышления допонятийного, где компонентами служат конкретные образы, мышлением понятийным, где компонентами служат понятия и применяются формальные операции.

*Понятийное мышление* приходит не сразу, а постепенно, через ряд промежуточных этапов. Формирующиеся у младших школьников мыслительные операции еще связаны с конкретным материалом, недостаточно обобщены; образующиеся понятия носят конкретный характер. Мышление детей этого возраста является *понятийно-конкретным*. В подростковом возрасте развивается *словесно-логическое мышление*, т.е. мышление в форме абстрактных понятий. Мышление выступает теперь не только в виде практических действий и наглядных образов, а прежде всего в форме отвлеченных понятий и рассуждений. Совершается переход от понятийно-конкретного к абстрактно-понятийному мышлению.

**Словесно-логическое мышление** — вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями.

**Формами** мышления являются понятия, суждения, умозаключения дедуктивные, индуктивные, по аналогии, посредством которых и совершается познание.

---

<sup>6</sup> См. далее параграф 3.8 «Когнитивная психология».

**Понятие** — форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов. Понятия могут быть общими и единичными, конкретными и абстрактными.

**Суждение** — это форма мышления, отражающая связи между предметами или явлениями, это утверждение или отрицание чего-либо. Суждения могут быть ложными и истинными. Рассуждение – это работа мысли над суждением.

**Умозаключение** — форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод. Различают умозаключения индуктивные, дедуктивные, по аналогии:

*индукция* — логический вывод в процессе мышления от частного к общему, установление общих законов и правил на основании изучения отдельных фактов и явлений;

*аналогия* — логический вывод в процессе мышления от частного к частному (на основе некоторых элементов сходства);

*дедукция* — логический вывод в процессе мышления от общего к частному, познание отдельных фактов и явлений на основании знания общих законов и правил.

Различают два уровня мышления: **рассудок** — обычное житейское мышление, здравый смысл, способность ясно рассуждать, правильно делать выводы, опираясь на факты, житейский, практический опыт; **разум** — высший уровень теоретического познания, способность постигать сущность вещей, их законы и противоречия.

Также различают теоретическое, эмпирическое и практическое, аналитическое и интуитивное, реалистическое и аутистическое, репродуктивное и продуктивное мышление, в котором выделяются **виды** мышления: конвергентное, дивергентное, творческое.

*Теоретическое мышление* — это познание законов, правил на основе абстрактно-логического мышления, опора на научные понятия.

*Эмпирическое мышление* — житейские, ситуационные обобщения.

*Практическое мышление* включает наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Основная задача практического мышления – решение практических задач в конкретных ситуациях, подготовка физического преобразования действительности: постановка цели, создание плана действий, их реализация, но чаще всего необходимо найти решение в сжатые отрезки времени, пока существуют условия и обстоятельства, вызвавшие эти задачи, порой практическое мышление развертывается в условиях жесткого дефицита времени.

Аналитическое (логическое) мышление развернуто во времени, имеет четко выраженные этапы, в значительной степени представлено в сознании самого мыслящего человека. *Словесно-логическое* — вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями.

*Интуитивное мышление* характеризуется быстротой протекания, отсутствием четко выраженных этапов, является минимально осознанным.

*Реалистическое мышление* направлено в основном на внешний мир, регулируется логическими законами, а *аутистическое* (эгоцентрическое) – связано с реализацией желаний человека (кто из нас не выдавал желаемое за действительно существующее?).

*Репродуктивное мышление* опирается на готовые понятия, алгоритмы решения задач, а продуктивное способно находить новые решения, создавать новые понятия, идеи.

*Конвергентное* (от лат. *convergere* — сходиться) мышление осуществляет анализ и поиск решения проблемы по одному направлению, находит единственное решение, а *дивергентное* (от лат. *divergere* — расходиться) мышление способно анализировать проблему с разных сторон, находить несколько вариантов решения, является основой творческого мышления.

*Творческое мышление* позволяет находить не только новые решения, но и оригинальные, неожиданные, уникальные, гибкие решения, выходящие за рамки стандартных логических решений.

К разрешению задачи мышление идет с помощью многообразных операций, таких как сравнение, анализ, синтез, абстракция и обобщение.

**Сравнение** — мышление сопоставляет вещи, явления и их свойства, выявляя сходства и различия, что позволяет произвести классификацию явлений.

**Анализ** — мысленное расчленение предмета, явления или ситуации для выделения составляющих элементов. Таким образом мы отделяем несущественные связи, которые даны в восприятии.

**Синтез** — обратный анализу процесс, который восстанавливает целое, находя существенные связи и отношения.

**Абстракция** — это выделение одной какой-либо стороны, свойства и отвлечение от остальных. Так, рассматривая предмет, можно выделить его цвет, не замечая формы, либо наоборот, выделить только форму.

**Обобщение** (или **генерализация**) – это отбрасывание единичных признаков при сохранении общих с раскрытием существенных связей. Обобщение может совершиться путем *сравнения*, при котором выделяются общие качества, либо обобщение совершается через раскрытие отношений, связей и закономерностей.

**Мыслительный процесс** — это сознательный и целенаправленный процесс, которому предшествует осознание исходной ситуации (условия задачи), оперирует понятиями и образами и завершается каким-либо результатом (переосмысление ситуации, нахождение решения проблемы, формирование суждения и т.п.).

Выделяют четыре стадии решения проблемы:

- 1) подготовка;
- 2) созревание решения;
- 3) вдохновение;
- 4) проверка найденного решения.

Мыслительный процесс при решении проблемы имеет следующую структуру.

1. Мотивация (желание решить проблему).
2. Анализ проблемы (выделение того, «что дано», «что требуется найти», недостающих или избыточных данных и т.д.).

3. Поиск решения.

3.1. Поиск решения на основе одного известного алгоритма (репродуктивное мышление).

3.2. Поиск решения на основе выбора оптимального варианта из множества известных алгоритмов.

3.3. Решение на основе комбинации отдельных звеньев из различных алгоритмов.

3.4. Поиск принципиально нового решения (творческое мышление) на основе:

– углубленных логических рассуждений (анализ, сравнение, синтез, классификация, умозаключение и т.п.);

– использования аналогий;

– использования эвристических приемов;

– использования эмпирического метода проб и ошибок.

*В случае неудачи:*

3.5. Отчаяние, переключение на другую деятельность, «период инкубационного отдыха» – «созревание идей», озарение, вдохновение, инсайт, мгновенное осознание решения некоторой проблемы (интуитивное мышление).

*Факторы, способствующие озарению:*

- а) высокая увлеченность проблемой;
- б) вера в успех, в возможность решения проблемы;
- в) высокая информированность в проблеме, накопленный опыт;
- г) высокая ассоциативная деятельность мозга (во сне, при высокой температуре, лихорадке, при эмоционально положительной стимуляции).

4. Логическое обоснование найденной идеи решения, логическое доказательство правильности решения.

5. Реализация решения.

6. Проверка найденного решения.

7. Коррекция (в случае необходимости – возврат к этапу 2).

**Индивидуальные различия в мыслительной деятельности** людей могут проявляться в следующих качествах мышления: широта, глубина и самостоятельность мышления, гибкость мысли, быстрота и критичность ума.

**Широта мышления** — это способность охватить весь вопрос целиком, не упуская в то же время и необходимых для дела частных деталей.

**Глубина мышления** выражается в умении проникать в сущность сложных вопросов. Качественным, противоположным глубиной мышления, является поверхностность суждений, когда человек обращает внимание на мелочи и не видит главного.

**Самостоятельность мышления** характеризуется умением человека выдвигать новые задачи и находить пути их решения, не прибегая к помощи других людей.

**Гибкость мысли** выражается в ее свободе от сковывающего влияния закрепленных в прошлом приемов и способов решения задач, в умении быстро менять действия при изменении обстановки.

**Быстрота ума** — способность человека быстро разобраться в новой ситуации, обдумать и принять правильное решение.

Торопливость ума проявляется в том, что человек, не продумав всесторонне вопроса, выхватывает какую-то одну сторону, спешит дать решение, высказывает недостаточно продуманные ответы и суждения.

Определенная замедленность мыслительной деятельности может быть обусловлена типом нервной системы – малой ее подвижностью. «Скорость умственных процессов есть фундаментальный базис интеллектуальных различий между людьми» (Г. Айзенк).

**Критичность ума** — умение человека объективно оценивать свои и чужие мысли, тщательно и всесторонне проверять все выдвигаемые положения и выводы. К индивидуальным особенностям мышления относится предпочтительность использования человеком наглядно-действенного, наглядно-образного или абстрактно-логического вида мышления.

Можно выделить группу кратковременных или незначительных расстройств мышления, которые встречаются у вполне здоровых людей, и группу расстройств мышления, которые носят выраженный и устойчивый болезненный характер.

В отечественной психологии для характеристики второй группы расстройств мышления используют классификацию, разработанную Б. В. Зейгарник:

1) нарушения операциональной стороны мышления:

- снижение уровня обобщения,
- искажение уровня обобщения;

2) нарушение личностного и мотивационного компонента мышления:

- разноплановость мышления,
- резонерство;

3) нарушения динамики мыслительной деятельности:

- лабильность мышления или «скачка идей»,
- инертность мышления или «вязкость» мышления,

- непоследовательность суждений,
- откликаемость;
- 4) нарушения регуляции мыслительной деятельности:

- нарушение критичности мышления,
- нарушение регулирующей функции мышления,
- разорванность мышления – когда человек часами может произносить монологи, причем в длительных высказываниях отсутствует связь между отдельными элементами высказываний человека, нет какой-либо содержательной мысли, лишь непонятный поток слов.

Нарушение регулирующей функции мышления проявляется достаточно часто даже у вполне здоровых людей, но при сильных эмоциях, аффектах, чувствах, когда суждения человека под влиянием чувства становятся ошибочными и неадекватно отражают действительность, либо мысленные представления человека могут остаться соответствующими действительности, но перестают регулировать его поведение, возникают неадекватные действия, нелепые поступки, в крайних случаях вплоть до невменяемости.

**Нарушение регулирующей функции мышления** проявляется достаточно часто даже у вполне здоровых людей, но при сильных эмоциях, аффектах, чувствах, когда суждения человека под влиянием чувства становятся ошибочными и неадекватно отражают действительность, либо мысленные представления человека могут остаться соответствующими действительности, но перестают регулировать его поведение, возникают неадекватные действия, нелепые поступки, в крайних случаях вплоть до невменяемости.

И. П. Павлов писал: «Сила ума гораздо больше мерится правильной оценкой действительности, чем массой школьных знаний, которых вы можете собрать сколько угодно, но это ум низшего порядка. Гораздо более точная мера ума – это правильное отношение к действительности, правильная ориентировка, когда человек понимает свои цели, предвидит результат своей деятельности, контролируя себя».

**Крайняя степень расстройства мышления** — бред, или интеллектуальная мономания. Бредовыми считаются мысли, идеи, рассуждения, не соответствующие действительности, явно противоречащие ей. Во всех остальных отношениях нормально рассуждающие и мыслящие люди вдруг начинают высказывать крайне странные для окружающих идеи, не поддаваясь никаким переубеждениям. Одни, не имея медицинского образования, изобретают «новый» способ лечения, например рака, и все силы отдают борьбе за «внедрение» своего гениального открытия (бред изобретательства). Другие разрабатывают проекты совершенствования общественного устройства и готовы на все ради борьбы за счастье человечества (бред реформаторства). Могут быть бредовые идеи ревности, преследования и др.

## 2.6. Воображение

**Воображение** — это психический процесс создания нового в форме образа, представления или идеи.

Человек может мысленно представить себе то, что в прошлом не воспринимал или не совершал, у него могут возникать образы предметов и явлений, с которыми он ранее не встречался.

**Процесс воображения свойственен только человеку и является необходимым условием его трудовой деятельности.**

Воображение всегда направлено на практическую деятельность человека. Человек, прежде чем что-либо сделать, представляет, *что* надо делать и *как* он будет это делать. Таким образом, он уже заранее создает образ материальной вещи, которая будет изготавливаться в последующей его практической деятельности.

В психологии различают произвольное и произвольное воображение. Первое проявляется, например, в ходе целенаправленного решения научных, технических и художественных проблем при наличии осознанной поисковой доминанты, второе – в сновидениях, так называемых измененных состояниях сознания и т.д.

Особую форму воображения образует мечта. Она обращена к сфере более или менее отдаленного будущего и не предполагает немедленного достижения реального результата, а также его полного совпадения с образом желаемого.

Можно выделить несколько видов воображения, среди которых основные – **пассивное** и **активное**. Пассивное в свою очередь делится на произвольное (мечтательность, грезы) и произвольное (гипнотическое состояние, сновидовая фантазия). Активное воображение включает в себя артистическое, творческое, критическое, воссоздающее и антиципирующее. Ближе к этим видам воображения находится *эмпатия* — способность понимать другого человека, проникаться его мыслями и чувствами, сострадать, сорадоваться, сопереживать.

**Активное** воображение всегда направлено на решение творческой или личностной задачи. Человек оперирует фрагментами, единицами конкретной информации в определенной области, их перемещением в различных комбинациях относительно друг друга.

*Воссоздающее* воображение – один из видов активного воображения, при котором происходит конструирование новых образов, представлений у людей в соответствии с воспринятой извне стимуляцией в виде словесных сообщений, схем, условных изображений, знаков и т.д.

Несмотря на то что продуктами воссоздающего воображения являются совершенно новые, ранее не воспринимаемые человеком образы, этот вид воображения основан на прежнем опыте. К. Д. Ушинский рассматривал воображение как новую комбинацию былых впечатлений и прошлого опыта, считая, что воссоздающее воображение является продуктом воздействия на мозг человека материального мира. Главным образом воссоздающее воображение – это процесс, в ходе которого происходит рекомбинация, реконструкция прежних восприятий в новой их комбинации.

**Антиципирующее**<sup>7</sup> воображение лежит в основе очень важной и необходимой способности человека – предвосхищать будущие события, предвидеть результаты своих действий и т.д. Благодаря этой способности человек может мысленным взором увидеть, что произойдет с ним, с другими людьми или окружающими вещами в будущем. Немецкий психолог Ф. Лерш назвал это «прометеевской (глядящей вперед) функцией воображения», которая зависит от величины жизненной перспективы: чем моложе человек, тем больше и ярче представлена ориентация его воображения вперед. У пожилых и старых людей воображение больше ориентировано на события прошлого.

**Творческое** воображение – это такой вид воображения, в ходе которого человек самостоятельно создает новые образы и идеи, представляющие ценность для других людей или общества в целом, которые воплощаются («кристаллизуются») в конкретные оригинальные продукты деятельности. Творческое воображение является необходимым компонентом и основой всех видов творческой деятельности человека.

*Диссоциация* — первый этап творческого воображения, этап подготовки материала, когда исходный образ раздробляется на отдельные элементы. Невозможность диссоциации – существенное препятствие для творческого воображения.

*Ассоциация* — второй этап творческого воображения, создание целостного образа из элементов вычлененных единиц образов. Ассоциация дает начало новым сочетаниям, новым образам.

**Пассивное** воображение подчинено внутренним, субъективным факторам, в том числе желаниям, которые мыслятся в процессе фантазирования осуществленными. В образах пассивного воображения «удовлетворяются» неудовлетворенные, большей частью неосознанные потребности личности. Образы и представления пассивного воображения направлены на усиление и сохранение положительно окрашенных эмоций и на вытеснение, редукцию отрицательных эмоций и аффектов.

---

<sup>7</sup> Антиципация (от лат. *anticipatio*) – предвосхищение явления или действия.

В ходе процессов пассивного воображения происходит нереальное, мнимое удовлетворение какой-либо потребности или желания.

Синтез, реализуемый в процессах воображения, осуществляется в различных формах: *агглютинация* — «склеивание» различных в повседневной жизни несоединимых качеств, частей;

*гиперболизация* — увеличение или уменьшение предмета, а также изменение отдельных частей;

*схематизация* — слияние отдельных представлений, сглаживание различий, вследствие которых четко выступают черты сходства;

*типизация* — выделение существенного, повторяющегося в однородных образах;

*заострение* — подчеркивание каких-либо отдельных признаков.

## 2.7. Речь

**Речь** — это язык в действии. **Язык** — система знаков, включающая слова с их значениями и синтаксис — набор правил, по которым строятся предложения.

Значение слова представляет собой отношение знака (слова в данном случае) к обозначаемому в реальной действительности объекту независимо от того, как он представлен в индивидуальном сознании.

В отличие от значения слова, **личностный смысл** — это отражение в индивидуальном сознании того места, которое занимает данный предмет (явление) в системе деятельности человека. Если значение объединяет социально значимые признаки слова, то личностный смысл — это субъективное переживание его содержания.

Язык неразрывно связан с мышлением и сознанием человека, в языке объективизируется самосознание личности, с помощью языка осуществляется познание мира и управление человеческим поведением. Язык полифункционален, выделяют следующие основные **функции** языка: 1) средство существования, передачи и усвоения общественно-исторического опыта; 2) средство общения (коммуникации); 3) орудие интеллектуальной деятельности (восприятия, памяти, мышления, воображения). Выполняя первую функцию, язык служит средством кодирования информации об изученных свойствах предметов и явлений. Посредством языка информация об окружающем мире и самом человеке, полученная предшествующими поколениями, становится достоянием последующих поколений.

Функция языка в качестве орудия интеллектуальной деятельности связана прежде всего с тем, что человек, выполняя любую деятельность, сознательно планирует свои действия. Язык является основным орудием планирования интеллектуальной деятельности, да и вообще решения мыслительных задач.

Речь имеет функции: сигнификативную (обозначения), обобщения, коммуникации (передачи знаний, отношений, чувств).

**Сигнификативная** функция отличает речь человека от коммуникации животных. У человека со словом связано представление о предмете или явлении. Взаимопонимание в процессе общения основано, таким образом, на единстве обозначения предметов и явлений воспринимающим и говорящим.

Функция **обобщения** связана с тем, что слово обозначает не только отдельный, данный предмет, но целую группу сходных предметов и всегда является носителем их существенных признаков.

Третья функция речи — функция **коммуникации**, т.е. передачи информации. Если первые две функции речи могут быть рассмотрены как внутренняя психическая деятельность, то коммуникативная функция выступает как внешнее речевое поведение, направленное на



контакты с другими людьми. В коммуникативной функции речи выделяют три стороны: информационную, выразительную и волеизъявительную.

*Информационная* проявляется в передаче знаний и тесно связана с функциями обозначения и обобщения.

*Выразительная* помогает передать чувства и отношения говорящего к предмету сообщения.

*Волеизъявительная* направлена на то, чтобы подчинить слушателя замыслу говорящего.

В психологии различают два основных вида речи: **внешнюю** и **внутреннюю**. Внешняя речь включает устную (монологическую и диалогическую) и письменную.

*Монологическая речь* — длительное, последовательное, связанное изложение системы мыслей, знаний одним лицом. Монолог не терпит неправильного построения фраз. Содержательная сторона монолога должна сочетаться с выразительной, которая создается как языковыми средствами (умение употребить слово, словосочетание, синтаксическую конструкцию, которые наиболее точно передают замысел говорящего), так и неязыковыми коммуникативными средствами (интонацией, системой пауз, расчленением произношения какого-то слова или нескольких слов, выполняющим в устной речи функцию своеобразного подчеркивания, мимикой и жестикуляцией).

*Диалог, полилог* — это непосредственное общение двух или нескольких человек. Разновидностью диалогического общения является *беседа*, при которой диалог имеет тематическую направленность.

**Письменная речь** представляет собой разновидность монологической речи. Она более развернута, чем устная монологическая речь. Это обусловлено тем, что письменная речь предполагает отсутствие обратной связи с собеседником.

**Внутренняя речь** — это особый вид речевой деятельности. Она выступает как фаза планирования в практической и теоретической деятельности, как фаза внутреннего диалога человека с самим собой, размышления. Для внутренней речи, с одной стороны, характерна фрагментарность, отрывочность, с другой — здесь исключаются недоразумения при восприятии ситуации. Внутренняя речь чрезвычайно ситуативна, в этом она близка к диалогической. Внутренняя речь формируется на основе внешней. Переходной формой является *эгоцентрическая речь* — ребенок говорит сам с собой вслух.

Перевод внешней речи во внутреннюю (интериоризация) сопровождается редуцированием (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 правилами, но и с грамматическими.

**Информативность** речи зависит прежде всего от ценности сообщаемых в ней фактов и от способности ее автора к сообщению. **Понятность** речи зависит, во-первых, от ее смыслового содержания; во-вторых, от ее языковых особенностей и, в-третьих, от соотношения между ее сложностью, с одной стороны, и уровнем развития, кругом знаний и интересов слушателей — с другой.

**Выразительность** речи предполагает учет обстановки выступления, ясность и отчетливость произношения, правильную интонацию, умение пользоваться словами и выражениями переносного и образного значения.

## 2.8. Интеллект

Главным отличием человека от животных, по мнению большинства ученых, являются интеллект и наличие творческих возможностей. Интеллект (от лат. *intellectus* — познание,

понимание, ум) – способность мышления, рационального познания. Совокупность познавательных процессов человека определяет его **интеллект**.

«Интеллект – это глобальная способность действовать разумно, рационально мыслить и хорошо справляться с жизненными обстоятельствами» (Д. Векслер), т.е. интеллект рассматривается как способность человека адаптироваться к окружающей среде. Он выделил в интеллекте две сферы: вербальный интеллект и интеллект действия. Педагогическая трактовка интеллекта: способность к обучению, обучаемость всему новому. Французский психолог Ж. Пиаже характеризует интеллект как умение ориентироваться в окружающих условиях, взаимодействовать с окружающей средой через адаптацию к ней, соответственно строить свое поведение. Известный советский психолог С. Л. Рубинштейн выделил два базовых компонента: интеллект как способность познавать окружающий мир и как способ регуляции поведения на основе этого познания. Р. Солсо рассматривает человеческий интеллект как способность приобретать, воспроизводить и использовать знания для понимания конкретных и абстрактных понятий и отношений между объектами и идеями, использовать знания осмысленным способом.

Интеллект выступает как общий фактор умственной энергии. Английский психолог Ч. Спирмен показал, что успех любой интеллектуальной деятельности зависит от некоего общего фактора, общей способности, таким образом он выделил **генеральный фактор интеллекта (фактор G)** и **фактор, служащий показателем специфических способностей (фактор S)**. С точки зрения Спирмена, каждый человек характеризуется определенным уровнем общего интеллекта, от которого зависит, как этот человек адаптируется к окружающей среде.

Впоследствии Г. Айзенк интерпретировал генеральный фактор как скорость переработки информации центральной нервной системой (умственный темп). Основу интеллекта составляет генетически обусловленное свойство нервной системы перерабатывать информацию с определенной скоростью и точностью. Интеллект особенно важен в нестандартных ситуациях как фактор обучения человека всему новому. Для оценки и диагностики генерального фактора интеллекта применяют скоростные интеллектуальные тесты Айзенка, тест «Прогрессивные матрицы» Равена, тесты интеллекта Кэттела.

По мнению американского психолога Дж. Кэттела, у каждого из нас уже с рождения имеется **потенциальный** (свободный от культуры) интеллект, который лежит в основе нашей способности к мышлению, абстрагированию и рассуждению. Примерно к 20 годам этот интеллект достигает наибольшего расцвета. С другой стороны, формируется **кристаллический** (связанный) интеллект, состоящий из различных навыков и знаний, которые мы приобретаем по мере накопления жизненного опыта. Кристаллический интеллект образуется именно при решении задач адаптации к окружающей среде и требует развития одних способностей за счет других, а также приобретения конкретных навыков. Таким образом, кристаллический интеллект определяется мерой овладения культурой того общества, к которому принадлежит человек. Фактор потенциального, или свободного, интеллекта коррелирует с фактором кристаллического, или связанного, интеллекта, так как потенциальный интеллект определяет первичное накопление знаний. С точки зрения Кэттела, потенциальный, или свободный, интеллект независим от приобщенности к культуре. Его уровень определяется уровнем развития третичных зон коры больших полушарий головного мозга. Парциальные, или частные, факторы интеллекта (например, визуализация – манипулирование зрительными образами) определяются уровнем развития отдельных сенсорных и моторных зон мозга.

Канадский нейропсихолог Д. Хебб выделяет **интеллект А** — это тот потенциал, который создается в момент зачатия и служит основой для развития интеллектуальных способностей личности. Что касается **интеллекта В**, то он формируется в результате взаимодей-

ствия этого потенциального интеллекта с окружающей средой. Оценить можно только этот **«результатирующий» интеллект**, наблюдая, как совершает умственные операции человек, поэтому мы никогда не сможем узнать, что представлял собой интеллект *A*.

В иерархических моделях интеллекта (наиболее популярна модель американского психолога Ф. Вернона) на вершине иерархии помещается генеральный фактор по Спирмену, на следующем уровне находятся два основных групповых фактора: вербальный интеллект (вербально-логическое мышление с опорой на знания) и невербальный интеллект – практико-технические способности (наглядно-действенное мышление с опорой на зрительные образы, пространственные представления). На третьем уровне находятся специальные способности: техническое мышление, арифметическая способность и т.д.

**Потенциальный уровень и развитие** интеллекта зависят от врожденных факторов: генетические факторы наследственности (интеллект ребенка на 80% зависит от наследственности, коррелирует с уровнем интеллекта родителей); хромосомные аномалии, например болезнь Дауна, сопровождаемая нарушением умственного развития ребенка, вызывается наличием лишней, третьей, хромосомы из 21-й пары хромосом; пожилой возраст родителей, неполноценное питание и определенные заболевания матери во время беременности, например недостаток йода в рационе питания матери может обуславливать кретинизм ребенка или если мать в начале беременности заболевает краснухой, это приводит к необратимым дефектам зрения, слуха, интеллектуальных функций ребенка. Злоупотребление в первые месяцы беременности антибиотиками, транквилизаторами типа элениум или даже аспирином, употребление алкоголя и курение могут привести к значительной задержке умственного развития ребенка).

Но с каким бы потенциалом ни родился ребенок, очень важное значение имеет та социальная среда, в которой он будет развиваться. Эмоциональное общение новорожденного ребенка с матерью, взрослыми людьми имеет решающее значение для интеллектуального развития ребенка. Существует тесная связь между интеллектуальным развитием ребенка и его возможностями общаться со взрослыми в течение достаточно длительного времени (чем меньше общения со взрослыми, тем медленнее происходит интеллектуальное развитие ребенка). Весьма значимым фактором может быть и социальное положение семьи: обеспеченные семьи имеют более широкие возможности для создания благоприятных условий развития ребенка, развития его способностей, его обучения и в конечном счете для повышения интеллектуального развития ребенка. По данным детского психолога В. С. Юркевича, к четырем годам ребенок обнаруживает 50% тех интеллектуальных способностей, которым суждено проявиться, к шести – 70%, а к восьми – 90%. Именно в этом возрасте можно выявить одаренность и создать особые условия для ее совершенствования.

Велика роль и методов обучения, применяемых для развития способностей ребенка. К сожалению, традиционные методы обучения более ориентированы на передачу знаний ребенку и сравнительно мало внимания уделяют развитию способностей, интеллекта, творческих возможностей человека.

Оценка интеллекта осуществляется с помощью *коэффициента интеллектуальности* (IQ), который позволяет соотнести уровень интеллектуальных возможностей индивида со средними показателями своей возрастной и профессиональной группы. Основная масса людей (68%) считается людьми со средним нормальным интеллектом (IQ от 84 до 115 баллов). Две другие группы (по 16% в каждой), рассматриваются или как умственно отсталые (люди со сниженным интеллектом IQ от 10 до 84), или как обладающие высокими (выше среднего) интеллектуальными способностями (IQ от 116 до 180).

При IQ < 50–70 имеет место легкая (*дебильность* или *олигофрения*), при IQ < 50 – средней тяжести (*имбецильность*); при IQ < 25 – резко выраженная (*идиотия*) умственная отсталость.

Олигофрения прежде всего проявляется в отсутствии абстрактного мышления, неспособности к обобщению, к отвлеченным ассоциациям. При имбецильности, когда IQ = 20–50, словарный запас имбецилов до 300 слов, они обучаемы, неплохо ориентируются в привычной житейской обстановке. Самая тяжелая форма слабоумия – идиотия, характеризуется IQ = 20, речь и мышление практически не формируются, преобладают эмоциональные реакции.

Кроме познавательного интеллекта существует интеллект *профессиональный* и *социальный* (умение решать проблемы межличностных отношений, находить рациональный выход из создавшейся ситуации).

По данным новозеландского исследователя Дж. Флинна, коэффициент умственного развития в мире за последние 50 лет вырос на 12 баллов, т.е. каждое поколение детей становится умнее и сообразительнее предыдущего поколения, эта выявленная ученым тенденция получила название **эффект Флинна**. Флинн считает, что уровень интеллекта зависит не столько от генов, сколько от социального окружения, что интеллект можно развивать с помощью тренировок. Методы, описанные в книге «Неужели я гений?» помогут в этом<sup>8</sup>. Из-за эффекта Флинна приходится постоянно усложнять интеллектуальные тесты, чтобы средний его показатель по-прежнему составлял 100 баллов. Последний раз тесты усложняли в 2003 г.

Но возможно временное снижение интеллекта: недавно ученые установили, что влюбленные резко глупеют. В их крови отмечено 40%-ное снижение белка, который осуществляет связь между нейронами, поэтому временно мозг работает хуже.

Разрушение интеллекта вызывается массовой гибелью нервных клеток коры головного мозга – возникает приобретенное слабоумие (деменция). Ускоренная гибель нейронов мозга происходит под влиянием наркотиков, алкоголя, химических отравлений, вредных излучений, нарушения кровоснабжения мозга, возрастных патологических ссвов.

## 2.9. Креативность, или творческие способности

**Креативность** — это способности к творчеству, составляющие относительно устойчивую характеристику личности, это уровень творческой одаренности человека.

У людей среднего ума обычно интеллект и творческие способности соответствуют друг другу, т.е. у человека с нормальным интеллектом имеются и нормальные творческие способности, однако начиная с определенного уровня пути интеллекта и творчества расходятся. Этот уровень лежит в области IQ, равного 120. При IQ выше 120 корреляция между творческой и интеллектуальной деятельностью исчезает, поскольку творческое мышление имеет свои отличительные черты и нетождественно интеллекту. Творческое мышление: *пластично*, т.е. творческие люди предлагают множество решений в тех случаях, когда обычный человек может найти лишь одно или два; *подвижно*, т.е. для творческого мышления не составляет труда перейти от одного аспекта проблемы к другому, не ограничиваясь одной единственной точкой зрения; *оригинально* — оно порождает неожиданные, небанальные, непривычные решения.

Таким образом, способность к творчеству и интеллектуальные способности – это различные способности человека, и в 50-х гг. XX в. американским психологом Дж. Гилфордом был введен *коэффициент креативности – творческой одаренности* (Cr), отличного от IQ. В 1960 году психологи из США Дж. Гетцельс и П. Джексон публикуют данные об отсутствии корреляции между показателями интеллекта и креативности. Креативность – способность получать необыкновенные результаты нестандартными способами, творческая одаренность и творческая продуктивность характеризуются следующими параметрами:

– богатство мысли (количество новых идей в единицу времени);

<sup>8</sup> Венгер В., Поу Р. Неужели я гений? СПб. : Питер, 1997.

- гибкость мысли (скорость переключения с одной задачи на другую);
- оригинальность (способность продуцировать идеи, отличающиеся от общепринятых);
- любознательность (повышенная чувствительность к проблемам, не вызывающим интереса у других);
- способность к разработке гипотезы;
- иррелевантность – логическая независимость реакции от стимула;
- фантастичность – оторванность ответа от реальности при наличии определенной логической связи стимула и реакции.

Эти вышеперечисленные параметры творческого мышления характеризуют дивергентное мышление.

**Дивергентное мышление** определяется как «тип мышления, идущего в различных направлениях» (Дж. Гилфорд). Это мышление допускает варьирование путей решения проблемы, приводит к неожиданным выводам и результатам.

Гилфорд отмечает шесть параметров креативности: 1) способность к обнаружению и постановке проблем; 2) способность к генерированию большого количества идей; 3) семантическую спонтанную гибкость – способность к продуцированию разнообразных идей; 4) оригинальность – способность продуцировать отдаленные ассоциации, необычные ответы, нестандартные решения; 5) способность усовершенствовать объект, добавляя детали; 6) способность решать нестандартные проблемы, проявляя семантическую гибкость – увидеть в объекте новые признаки, найти новое использование. Гилфорд разработал батарею тестов для диагностики креативности (десять тестов – на вербальную креативность, четыре – на невербальную).

Американский психолог Э. П. Торранс продолжил исследования креативности, но он внес и новый оттенок понимания креативности как способности к обостренному восприятию недостатков, пробелов в знаниях, чуткости к дисгармониям.

Одаренным креативным детям присущи высокий энергетический уровень, малая продолжительность сна, повышенная познавательная активность, интеллектуальная инициатива: склонность ставить перед собой новые сложные задачи.

Исследования школьников показали, что с возрастом творческая активность имеет тенденцию к снижению. Психолог М. С. Егорова выявила, что уровень интеллекта в старших возрастах зависит от уровня творчества в младших. Но творчество в старшем возрасте не зависит от интеллекта в младшем.

Для активизации творческого мышления, креативности могут применяться различные методы *групповой дискуссии*, позволяющие участникам увидеть проблему с разных сторон, или же *ассоциативные методы* поиска решений.

*Метод «мозгового штурма»*, или *брейнсторминг* (англ. *brainstorming*), (А. Ф. Осборн) – предполагает соблюдение правил проведения «мозговой атаки»: участие 7–12 человек разной профессиональной направленности, достижение мышечного и психического расслабления участников, запрет критики чужих идей, поощрение необычных идей, свободных ассоциаций, фиксация всех идей, отсроченный анализ высказанных идей группой экспертов.

*Метод синектики* (У. Гордон) использует для создания новых идей методы прямой аналогии («А как решаются проблемы, сходные с данной?»), личной аналогии (попробовать лично войти в образ данного субъекта и порассуждать с его точки зрения), символической и волшебной аналогии.

*Метод эвристических вопросов* способствует поиску оригинальных идей, обсуждая варианты «А если сделать наоборот?» «А если заменить этот элемент другим?» и пр.

*Метод организованных стратегий* предполагает как выдвижение спонтанно возникающих идей о стратегии решения проблемы, рассмотрение проблемы с неожиданных новых точек зрения, а также применение стратегии функционально-целевого анализа проблемы, противоречий, препятствий. (Для чего это нужно сделать? Что нужно сделать? Почему следует это сделать? Где и когда следует это сделать? С помощью чего? Как это сделать? Что произойдет, если оставить противоречие без изменений? Какие вероятные способы решения противоречий? Как устранить, или обойти, или усилить, или преодолеть препятствие по этапам, или воздействовать на него с неожиданно новой позиции?)

*Метод фокальных объектов*, или *метод случайных объектов*, (Э. Кунце, Ч. Вайтинг) – суть метода в перенесении признаков случайно выбранных объектов на совершенствуемый объект, который лежит как бы в фокусе переноса и поэтому называется фокальным. Возникшие необычные сочетания стараются развить путем свободных ассоциаций.

*Метод морфологического анализа* основан на принципе системного анализа новых связей и отношений, между основными характеристиками объекта и возможными комбинациями элементов.

*Метод латерального<sup>9</sup> мышления* (*lateral thinking* — термин Э. де Боно) предполагает использование такого приема, как провокация, дающая выход из рутинной линии мышления, что позволяет уйти от ограничивающих стереотипов и перестроить привычные представления, создать новые модели.

Люди, у которых возникали озарения, характеризовались повышенной активностью височной и лобной долей правого полушария головного мозга. Исследователи установили, что вспышка озарения предшествует определенному характеру активности правого полушария мозга, и предположили, что мыслить креативно можно, научившись отключать левое полушарие, которое рецензирует идеи в соответствии с логикой и здравым смыслом. Снижение активности левого полушария происходит при выполнении монотонной неинтеллектуальной работы на уровне автоматизма, при засыпании, поэтому в эти моменты к человеку легче могут прийти озарения, но при условии высокой мотивации, когда человек заинтересован в решении какой-либо проблемы.

## 2.10. Эмоциональные процессы: эмоции, чувства, настроения, аффекты, стрессы

**Эмоции** — особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний процесс и результаты практической деятельности, направленной на удовлетворение актуальных потребностей человека. В психологии эмоциями называют процессы, отражающие в форме переживаний личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Эмоции, чувства служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и окружающему миру. Радость, печаль, восхищение, возмущение, гнев, страх и прочие эмоции – все это различные виды субъективного отношения человека к действительности.

Эмоции, утверждал Ч. Дарвин, возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных потребностей.

Самые старые по происхождению и наиболее распространенные среди живых существ формы эмоциональных переживаний – это **удовольствие**, получаемое от удовлетворения органических потребностей, и **неудовольствие**, связанное с невозможностью это сделать при обострении соответствующей потребности.

<sup>9</sup> Латеральный – боковой, поперечный, направленный в сторону.

Многообразные проявления эмоциональной жизни человека делятся на аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения и стрессы.

Наиболее мощная эмоциональная реакция – **аффект** — сильное, бурное и относительно кратковременное эмоциональное переживание, полностью захватывающее психику человека и предопределяющее единую реакцию на ситуацию в целом (порой эта реакция и воздействующие раздражители осознаются недостаточно, и это одна из причин практической неуправляемости этим состоянием).

Собственно **эмоции** в отличие от аффектов – более длительные состояния. Это реакция не только на события совершившиеся, но и на вероятные или вспоминаемые. Если аффекты возникают к концу действия и отражают суммарную итоговую оценку ситуации, то эмоции смещаются к началу действия и предвосхищают результат. Они носят опережающий характер, отражая события в форме обобщенной субъективной оценки личностью определенной ситуации, связанной с удовлетворением потребностей человека. Эмоции и чувства выражают смысл ситуации для человека с точки зрения актуальной в данный момент потребности, значения для ее удовлетворения предстоящего действия или деятельности. Эмоции могут вызываться как реальными, так и воображаемыми ситуациями.

**Чувства** — устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер: они выражают устойчивое отношение к каким-либо объектам (реальным или воображаемым). Человек не может переживать чувство вообще, безотносительно – только к кому-нибудь или чему-нибудь. Например, человек не в состоянии испытывать чувство любви, если у него нет объекта привязанности. В зависимости от направленности чувства делятся на *моральные* (переживание человеком его отношения к другим людям), *интеллектуальные* (чувства, связанные с познавательной деятельностью), *эстетические* (чувство красоты при восприятии искусства, явлений природы), *практические* (чувства, связанные с деятельностью человека).

**Настроение** — эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека. Эмоциональные состояния, возникшие в процессе деятельности, могут повышать или понижать жизнедеятельность человека, первые называются *стеническими*, вторые – *астеническими*.

*Страсть* представляет собой сплав эмоций, мотивов и чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета (человека).

Возникновение и проявление эмоций, чувств связано со сложной комплексной работой коры, подкорки мозга и вегетативной нервной системы, регулирующей работу внутренних органов. Этим определяется тесная связь эмоций и чувств с деятельностью сердца, с дыханием, изменениями в деятельности скелетных мышц (*пантомимика*) и лицевых мышц (*мимика*). В глубине мозга, в лимбической системе обнаружили существование центров положительных и отрицательных эмоций, получивших название центров наслаждения – «рая» и страдания – «ада».

Особенность чувств – их амбивалентность, или двойственность: в одном и том же чувстве могут объединяться и перетекать друг в друга эмоции положительные и отрицательные (так любовь сопровождается и радостью, и гневом, и отчаянием, и ревностью).

**Стресс** — состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку. В переводе с английского *стресс* — это давление, нажим, напряжение, а *дис-стресс* — горе, несчастье, недомогание, нужда. По определению Г. Селье, **стресс есть неспецифический** (т.е. один и тот же на различные воздействия) **ответ организма на любое предъявленное ему требование**, который помогает ему приспособиться к возникшей трудности, справиться с ней. Стресс может оказать как положительное, так и отрицательное влияние на деятельность, он вначале мобилизует организм, все силы человека на преодо-

ние трудности (по приказу мозга организм выделяет «гормоны стресса», которые учащают дыхание, сердцебиение, кровоснабжение, тонус мышц и т.п.), но такая психическая напряженность быстро вызывает истощение организма, нарушение интеллектуальных и эмоциональных процессов, что в конечном счете дезорганизует деятельность человека, его поведение. Стрессы, особенно если они часты и длительны, оказывают отрицательное влияние не только на психологическое состояние, но и на физическое здоровье человека. Они представляют собой главные факторы риска при проявлении и обострении таких заболеваний, как сердечно-сосудистые и заболевания желудочно-кишечного тракта.

К понятию и состоянию стресса близко и такое понятие, как *фрустрация*. Сам термин в переводе с латинского означает – обман, тщетное ожидание. Фрустрация переживается как напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности. **Фрустрация влечет за собой эмоциональные нарушения лишь тогда, когда возникает препятствие для сильной мотивации.** Если у ребенка, начавшего пить, отнять соску, он реагирует гневом, однако в конце сосания – никаких эмоциональных проявлений. Выделяют *агрессивную* фрустрацию – гнев, раздражение человека направлены на предметы, других людей, даже не виновных в возникновении непреодолимых препятствий на пути к достижению желаемой цели человека. Помимо агрессивной фрустрации, направленной на внешние объекты, препятствия, других людей, может проявляться *регрессивная* фрустрация, направленная на самого себя (человек обвиняет сам себя за неудачи, за неспособность преодолеть трудности). Если человек длительное время не выходит из фрустрационного состояния, то фрустрации превращаются в устойчивые неосознаваемые мотивы поведения, формируют искаженные черты личности (агрессивность, завистливость по отношению к другим людям либо чрезмерно заниженную самооценку, комплекс неполноценности).

## 2.11. Теории эмоций

**Эмоции**, с одной стороны, сопровождаются эмоционально-выразительными движениями – мимикой, жестами, пантомимикой, которые отражают эмоциональное состояние человека, а с другой – оказывают воздействие на окружающих людей. Эмоции как внутренний язык – это система сигналов, при помощи которых один человек узнает о желаниях, чувствах и намерениях другого.

Впервые эмоциональные выразительные движения стали предметом изучения Ч. Дарвина, который создал **биологическую концепцию эмоций**, согласно которой выразительные эмоциональные движения рассматривались как рудимент целесообразных инстинктивных действий, сохраняющих в какой-то степени свой биологический смысл и вместе с тем выступающих в качестве биологически значимых сигналов для особей не только своего, но и других видов.

Биологическая теория эмоций П. К. Анохина рассматривает эмоции как **продукт эволюции, приспособительный фактор в жизни животного мира**. Эмоции закрепились в эволюции как **механизм, удерживающий жизненные процессы в оптимальных границах** и предупреждающий разрушительный характер недостатка или избытка каких-либо факторов для жизни данного организма. Эмоция выступает как своеобразный инструмент, оптимизирующий жизненный процесс и тем самым способствующий сохранению как отдельной особи, так и всего вида. Положительные эмоции возникают, когда реальный результат совершенного поведенческого акта совпадает или превышает ожидаемый полезный результат, и наоборот, недостаток реального результата, несовпадение с ожидаемым приводит к отрицательным эмоциям.



Неоднократное удовлетворение потребностей, окрашенное положительной эмоцией, способствует обучению соответствующей деятельности, а повторные неудачи в получении запрограммированного результата вызывают торможение неэффективной деятельности и поиски новых более успешных способов достижения цели.

Согласно **информационной теории эмоций** П. В. Симонова, эмоция есть отражение мозгом высших животных и человека величины потребности и вероятности ее удовлетворения в данный момент. П. В. Симоновым сформулировано правило, согласно которому отношение между эмоцией (Э), потребностью (П), информацией, прогностически необходимой для организации действий по удовлетворению данной потребности (Н), и наличной информацией, которая может быть использована для целенаправленного поведения (С), выражается формулой

$$Э = П(Н - С).$$

Из данной формулы следует, что:

- эмоция не возникает, если потребность отсутствует или удовлетворена, а при наличии потребности – если система вполне информирована;
- при дефиците наличной информации появляется отрицательная эмоция, достигающая максимума в случае полного отсутствия информации;
- положительная эмоция возникает, когда наличная информация превышает информацию, прогностически необходимую для удовлетворения данной потребности.

Таким образом, формула эмоций отражает количественную *зависимость интенсивности эмоциональной реакции от силы потребности и размеров дефицита или прироста прагматической информации, необходимой для достижения цели (удовлетворения потребности)*. По теории П. В. Симонова, эмоции возникают при рассогласовании между жизненной потребностью и возможностью ее удовлетворения.

Эмоция может рассматриваться как **обобщенная оценка ситуации**. Так, эмоция страха развивается при недостатке сведений, необходимых для защиты, как ожидание и предсказание неудачи при совершении действия, которое должно быть выполнено в данных условиях. Понимание того, что страх может быть следствием недостатка информации, позволяет его преодолеть. При удивлении внимание сосредоточивается на причинах необычного, а при страхе – на предвосхищении угрозы. Понимание родства удивления и страха позволяет преодолеть страх, если перенести акцент с результатов события на анализ его причин.

Согласно теории американского психолога У. Джеймса, тот факт, что эмоции характеризуются ярко выраженными изменениями в деятельности внутренних органов, в состоянии мышц (мимика), позволяет предположить, что эмоции представляют собой **сумму только органических ощущений**, вызываемых этими изменениями. Таким образом, Джеймс и независимо от него датский ученый К. Г. Ланге предложили **«периферическую» теорию эмоций**, согласно которой эмоция является вторичным явлением – осознанием приходящих в мозг сигналов об изменениях в мышцах, сосудах и внутренних органах в момент реализации поведенческого акта, вызванного эмоциогенным раздражителем. Суть своей теории Джеймс выразил парадоксом: «Мы чувствуем печаль, потому что плачем, мы боимся, потому что дрожим». И наоборот, поза с развернутыми плечами, поднятой головой, улыбкой на губах вскоре вызовет и чувство уверенности, бодрости, хорошее настроение. Частично эти наблюдения справедливы, но все же физиологические проявления не исчерпывают сущности эмоций. Теория Джеймса – Ланге сыграла положительную роль, указав на связь трех событий: *внешнего раздражителя, поведенческого акта и эмоционального переживания*. Ее уязвимым местом остается сведение эмоций лишь к осознанию ощущений, возникающих в результате периферических реакций.

Ученые пришли к заключению (Э. Гельгорн), что **эмоции осуществляют энергетическую мобилизацию организма**, так, например, радость сопровождается усилением иннервации в мышцах, при этом мелкие артерии расширяются, усиливается приток крови к коже, кожа делается теплее, ускоренное кровообращение облегчает питание тканей и способствует улучшению физиологических процессов. Радость молодит, так как создаются оптимальные условия питания всех тканей тела. Напротив, физиологические проявления печали характеризуются парализующим действием на мышцы, движения в результате медленные и слабые, сосуды сжимаются, ткани обескровливаются, появляется озноб, недостаток воздуха и тяжесть в груди. Огорчения очень старят, поскольку они сопровождаются изменениями кожи, волос, ногтей, зубов и пр. Таким образом, чтобы сохранить молодость, не следует выходить из душевного равновесия по пустякам, надо чаще радоваться и стремиться удерживать хорошее настроение.

Согласно концепции американского психолога М. Арнольда, *интуитивная оценка ситуации (например, угрозы) вызывает тенденцию действовать*, что, будучи выраженным в различных телесных изменениях, переживается как эмоция и может привести к действию. Если Джеймс говорил, что «мы боимся, потому что мы дрожим», то из концепции Арнольда следует, что мы боимся потому, что решили, будто нам угрожают.

Д. Биндра после критического анализа существующих теорий эмоций пришел к выводу, что *нельзя провести жесткое разграничение между эмоцией и мотивацией*. Нет доказательств, что эмоции вызываются только стимулами внешней среды, а мотивации – только изменениями внутренней среды организма. Эмоция не может быть полностью отделена от других явлений – ощущения, восприятия, мотивации и т.п. Она не является также «промежуточной переменной», связывающей отдельные компоненты поведенческой реакции в целостный акт. Биндра выдвигает собственную концепцию о *центральном мотивационном состоянии – комплексе нервных процессов, возникающем в результате действия комбинации побудительных стимулов определенного типа*. Развитие центрального мотивационного состояния создает избирательное внимание к определенному классу побудительных стимулов и реактивную склонность в пользу определенного класса типично-видовых действий.

## 2.12. Волевые процессы. Свобода воли

**Воля** есть сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Воля как характеристика сознания и деятельности возникла вместе с возникновением общества, трудовой деятельности.

Все действия человека могут быть поделены на две категории: произвольные и произвольные.

**Непроизвольные** действия совершаются в результате возникновения неосознаваемых или недостаточно отчетливо осознаваемых побуждений (влечений, установок и т.д.). Они имеют импульсивный характер, лишены четкого плана. Примером произвольных действий могут служить поступки людей в состоянии аффекта (изумления, страха, восторга, гнева).

**Произвольные** действия предполагают осознание цели, предварительное представление тех операций, которые могут обеспечить ее достижение, их очередность. Действия названы произвольными, поскольку совершаются сознательно, во имя определенной цели и они производны от воли человека.

Воля нужна при выборе цели, принятии решения, при осуществлении действия, при преодолении препятствий. Преодоление препятствий требует **волевого усилия** — особого

состояния нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы.

В зависимости от трудности внешнего мира и сложности внутреннего мира человека возможно выделить четыре варианта проявления воли:

1) в легком мире, где любое желание выполнимо, воля практически не требуется (желания человека просты, однозначны, любое желание осуществимо);

2) в трудном мире, где существуют разнообразные препятствия, требуются волевые усилия по преодолению препятствий реальной действительности, нужно терпение, но сам человек внутренне спокоен, уверен в своей правоте в силу однозначности своих желаний и целей (простой внутренний мир человека);

3) в легком внешнем мире и при сложном внутреннем мире человека требуются волевые усилия по преодолению внутренних противоречий, сомнений, человек внутренне сложен, идет борьба мотивов и целей, человек мучается при принятии решения;

4) в трудном внешнем мире и при сложном внутреннем мире человека требуются интенсивные волевые усилия для преодоления внутренних сомнений при выборе решения и осуществления действий в условиях объективных помех и трудностей.

**Необходимость сильной воли возрастает при наличии трудных ситуаций «трудного мира» и сложного, противоречивого внутреннего мира в самом человеке.**

Волевые действия бывают простые и сложные.

К **простым** относятся те, при которых человек без колебаний идет к намеченной цели, ему ясно, чего и как он будет добиваться. Для простого волевого действия характерно то, что выбор цели, принятие решения выполнять действие определенным способом осуществляется без борьбы мотивов.

В **сложном волевом** действии выделяют следующие этапы: 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.

Поскольку у человека в любой момент имеются различные значимые желания, одновременное удовлетворение которых объективно исключено, 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.

Этап **осознания 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 этапе **выбора** 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.

Следующий 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 реализация намеченного на этапе осуществления принятого решения.

Этап **осуществления принятого решения** не освобождает человека от необходимости прилагать волевые усилия, порой не менее значительные, чем при выборе цели действия или способов его выполнения, поскольку практическое осуществление намеченной цели опять же сопряжено с преодолением препятствий. Внешние препятствия и трудности могут быть столь значительны, что только наличие сильной воли позволяет человеку не опускать руки, не отказываться от выполнения принятого решения и достижения требуемого результата.

Выполняя различные виды деятельности, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия, человек вырабатывает в себе такие волевые качества, как целеустремленность, решительность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, мужество. Но воля и волевые качества могут у человека не сформироваться, если условия жизни и воспитания в детстве были неблагоприятны: 1) ребенок избалован, все его желания беспрекословно осуществлялись (легкий мир – воля не требуется) либо 2) ребенок подавлен жесткой волей и указаниями взрослых, не способен принимать решения сам.

Воля – это не только умение добиться поставленной цели, но и умение сдержаться, отказаться от поступка, когда это необходимо. Посредством воли человек организует свою деятельность и управляет поведением. Значение воли в жизни человека и развитии общества переоценить невозможно. Безвольный человек чего-либо добиться, создать что-нибудь для общества, для себя не может. Его жизнь – трагедия.

**Сила воли** — концентрированное выражение мотивации к достижению. Но с другой стороны, воля – нейтрально ориентированная мотивация к достижению. К достижению какой цели – благой или негативной? Сила воли об этом ничего не говорит. У преступников тоже может быть сильная воля. Сила воли еще не означает, что будет сделан нравственный выбор. Ведь «волевой акт есть действие в условиях выбора, основанное на принятии решения» (А. Н. Леонтьев). Встает проблема свободы воли.

## Свобода воли

Свобода воли или свобода личности есть **свобода выбора**, она определяется возможностью человека осуществлять выбор того или иного варианта поведения, порой вопреки социальным обстоятельствам или собственным влечениям. М. Шелер, немецкий философ и психолог, считал, что «Человек – это единственное существо, которое может в любой момент сказать „нет“ своим витальным биологическим влечениям».

«Человек не свободен от социальных влияний, но от него зависит, сдастся ли он или сможет противодействовать социальным обстоятельствам. В этом плане свобода – это когда человек сам должен решать, выбрать ли ему добро, уступить ли ему злу» (Ф. М. Достоевский). «Свобода личности может перейти в произвол, если она не переживается с точки зрения ответственности» (В. Франкл). Свобода воли, по мнению В. Франкла, неразрывно связана с ответственностью за реализацию смысла своей жизни, необходимую даже в самых трагических ситуациях.

**Свободная воля** — это способность личности к самореализации, с ее помощью человек определяет свое бытие – собственное самоосуществление или поражение.

Философ И. Кант писал: «Дерзни быть мудрым, думать за себя самого, и следовательно принимать решения в зависимости от того, что подскажет тебе разум. Свободным считается тот, кто следует своему разуму. Свобода – это подчинение самому себе».

Согласно концепции немецкого психолога Эриха Фромма (1900–1980), *подлинная свобода человека реализуется как его способность выхода за пределы наличной необходимости*. Возможны два пути решения:

1) **регрессивный**, когда человек стремится преодолеть социальные нормы необходимости путем возвращения к своим естественным истокам – природе, предкам, животной

жизни, стравливая с себя самосознание, саморефлексию – все, что делает его человеком, отказываясь от собственно человеческого существования, теряя свою индивидуальность;

2) второй вариант предполагает **прогрессивное решение** — достижение гармонии посредством развития собственно человеческих сил, внутренней человечности, развивая свою индивидуальность, стремясь к высшим духовным ценностям: красоте, доброте, гуманности, самореализации своего жизненного назначения.

Но человеку трудно бороться с детерминирующими его поведение инстинктивно-биологическими бессознательными и культурно-социальными силами.

К. Маркс и З. Фрейд верили в возможность человека осознать те силы, которые «за его спиной» побуждают к определенному поведению, но предпосылкой освобождения от этих «демонических сил» для Маркса (который считал, что жизнь людей и общества предопределяют социально-экономические и классовые факторы) было осознание социально-экономических факторов и классовых интересов, а для Фрейда (который выявил решающую роль бессознательных факторов в жизни человека) – осознание бессознательного.

Известный австрийский психолог и мыслитель Виктор Франкл (1905–1997), создатель *логотерапии* — метода экзистенциального психоанализа, показывает, что свобода человека должна определяться по отношению к: а) влечениям, б) наследственности, в) среде<sup>10</sup>.

Свобода по отношению к влечениям состоит прежде всего в том, что *влечения не исчерпывают человека полностью* так, как они исчерпывают собой животных. Свобода состоит в том, что человек либо позволяет влечениям определять свое поведение, либо не позволяет. При этом вся сфера влечений человека под влиянием духовных установок может быть серьезно перестроена, трансформирована. Хотя влечения у всех людей имеют некоторые общие психофизиологические основания, но тем не менее система влечений глубоко индивидуализирована по формам своего проявления, по степени их интенсивности и т.д. Контроль, ограничение, торможение вплоть до прекращения действия влечений – во всем этом проявляется способность человека свободно распоряжаться своими влечениями, проявлять избирательность в удовлетворении потребностей, откладывания на более поздний срок, учитывать более высокие интересы в ущерб низшим и т.д. Первичные жизненно-витальные потребности (в пище, отдыхе, самозащите, сексе) интегрированы у человека в систему культурных ценностей и интересов, которые в значительной степени носят компенсационный характер.

В отношении наследственности свобода человека проявляется как *реализация и дальнейшее развитие либо компенсация врожденно-наследственных задатков и свойств человека как его осознанный и волевой выбор*, т.е. человек получает в обществе достаточно широкий спектр свободного выбора социальных ролей и профессиональных видов деятельности, может реализовать свою индивидуальность.

На человека влияют три параметра среды: 1) естественно-природная среда; 2) психическая среда, которая детерминирует высшие мыслительные характеристики человека; 3) социально-культурные условия его жизни.

Что касается природной, социальной среды, свобода человека проявляется как его сознательная выработка определенного отношения к факторам и обстоятельствам внешней среды, как возможность изменения этой среды в определенных пределах. «Мир не удовлетворяет человека, и он своими действиями решает изменить его» (В. И. Ленин). Но свобода человека по отношению к внешним обстоятельствам небеспредельна, а выражается в возможности занять по отношению к ним ту или иную позицию. Человек способен формировать и видоизменять среду в соответствии со своими интересами и целями. Способом изменения среды является вся многообразная человеческая деятельность, прежде всего трудовая.

<sup>10</sup> Франкл В. Человек в поисках смысла. М. : Прогресс, 1988.

В определенном смысле социально-культурная среда есть продукт человеческой деятельности и человеческой свободы.

Преобразуя среду, человек выходит за пределы наличной ситуации и наличной необходимости, и хотя объективные законы материи и мироздания человек изменить или отменить не может, он может создать измененную среду с иной спецификой действия общих объективных законов и иными частными закономерностями.

## **Контрольные вопросы**

1. Что такое анализатор? Какие анализаторы есть у человека?
2. Какие свойства восприятия можно выделить?
3. Какие виды памяти существуют у человека?
4. Назовите закономерности забывания.
5. Какие мыслительные операции использует человек? Назовите виды мышления.
6. Что такое интеллект? Как измерить уровень интеллектуального развития?
7. Какие виды нарушения мышления могут быть?
8. Интеллект и креативность – как они связаны?
9. Эмоциональные процессы у человека в каких формах могут проявляться?
10. Назовите теории эмоций. В чем смысл информационной теории эмоций?
11. Чем отличается простое и сложное волевое действие?
12. Существует ли свобода воли?

## Глава 3. Основные психологические теории

### 3.1. История развития психологического знания

Первые представления о психике были связаны с **анимизмом** (от лат. *anima* — дух, душа) – древнейшими взглядами, согласно которым у всего, что существует на свете, есть душа. Душа понималась как независимая от тела сущность, управляющая всеми живыми и неживыми предметами.

Позднее в философских учениях Древности затрагивались психологические аспекты, которые решались в плане идеализма либо в плане материализма. Так, древнегреческие философы-материалисты Демокрит (ок. 470 – ок. 380 до н. э.) и Эпикур (342/341–271/270 до н. э.), римский философ Тит Лукреций Кар (ок. 99 – ок. 55 до н. э.) понимали душу человека как **разновидность материи**, как телесное образование, образуемое из шаровидных, мелких и наиболее подвижных атомов.

Согласно древнегреческому философу-идеалисту Платону (427–347 до н. э.), душа – это что-то божественное, отличающее от тела, и **душа есть образ и истечение мировой души**. По своему божественному происхождению душа призвана управлять телом, направлять жизнь человека. Тело раздираемо различными желаниями и страстями, оно заботится о пропитании, подвержено болезням, страхам, соблазнам. Душевные явления подразделяются Платоном на **разум, мужество** (в современном понимании – воля) и **вожделения** (мотивация). Душа обитает в теле человека и направляет его на протяжении всей его жизни, а после смерти покидает его и вступает в божественный «мир идей». Поскольку душа – самое высокое, что есть в человеке, он должен заботиться о ее здоровье больше, чем о здоровье тела.

Великий философ Аристотель (384–322 до н. э.) в трактате «О душе» выделил **психологию как своеобразную область знания и впервые выдвинул идею неразделимости души и живого тела**. Душа, по Аристотелю, бестелесна, она есть форма живого тела, причина и цель всех его жизненных функций. Душа, или «психе», – это двигатель, позволяющий живому существу реализовать себя. Главная функция души – реализация биологического существования организма. Душа проявляется в *различных способностях к деятельности: питающей, чувствующей, разумной*. Высшие способности возникают из низших и на их основе. Первичная познавательная способность человека – ощущение, оно принимает формы чувственно воспринимаемых предметов без их материи, подобно тому как «воск принимает отпечаток печати без железа». Ощущения оставляют след в виде представлений – образов тех предметов, которые прежде действовали на органы чувств. Аристотель считал, что эти образы соединяются в трех направлениях: по сходству, по смежности и контрасту, тем самым указав основные виды связей – ассоциаций психических явлений.

Для Средневековья характерно усиление церковного влияния на все стороны жизни общества, утвердилось представление, что душа является божественным, сверхъестественным началом, и потому изучение душевной жизни должно быть подчинено задачам богословия. Величайшие таинства души доступны лишь в религиозном (мистическом) опыте.

С XVII века начинается новая эпоха в развитии психологического знания. Психология стала развиваться как наука о сознании. Способность думать, чувствовать назвали сознанием. Французский философ Р. Декарт (1596–1650) приходит к выводу о различии души человека и его тела: «Тело по своей природе всегда делимо, тогда как дух неделим». Однако душа способна производить в теле движения. **Декартовский дуализм** — тело, действующее механически, и управляющая им «разумная душа», локализованная в головном мозгу. Понятие *душа* стало превращаться в понятие *разум*, а позднее в понятие *сознание*. Знаме-

нитая декартовская фраза «Я мыслю, значит, я существую» стала основой постулата, утверждавшего, что первое, что человек обнаруживает в себе, – это его собственное *сознание*. **Основная задача психологии состоит в том, чтобы подвергнуть анализу состояния и содержания сознания.**

Немецкий философ Г. Лейбниц (1646–1716), отвергнув установленное Декартом равенство психики и сознания, ввел понятие *о бессознательной психике*. В душе человека непрерывно идет скрытая работа психических сил – бесчисленных «малых перцепций» (восприятий). Из них возникают сознательные желания и страсти.

Термин **эмпирическая психология** введен немецким философом XVIII в. Х. Вольфом (1679–1754) для обозначения направления в психологической науке, основной принцип которого состоит в наблюдении за конкретными психическими явлениями, в их классификации и установлении проверяемой на опыте закономерной связи между ними. Английский философ Дж. Локк (1632–1704) рассматривает душу человека как пассивную, но способную к восприятию среды, сравнивая ее с чистой доской<sup>11</sup>, на которой ничего не написано. Под воздействием чувственных впечатлений душа человека, пробуждаясь, наполняется простыми идеями, начинает мыслить, т.е. образовывать сложные идеи. Так психология стала изучать, каким образом по ассоциации идей человек осознает окружающий мир. Деятельность ума, мышления, познается с помощью рефлексии. **Рефлексия**, по Локку, – это «**наблюдение, которому ум подвергает свою деятельность**», это направленность внимания человека на деятельность собственной души, когда он размышляет над собой, познает свои душевные переживания и состояния. Этот **метод интроспекции** становится важным средством изучения умственной деятельности и сознания людей.

Выделение психологии в самостоятельную науку произошло в 60-е гг. XIX в. В 1879 году в Лейпциге В. Вундт (1832–1920) открыл первую в мире экспериментальную психологическую лабораторию.

Вундт разбил сознание на психические структуры, простейшие элементы: ощущения, образы и чувства. Согласно Вундту, *психология – наука о структурах сознания*, это направление в психологии получило название **структуралистского подхода**. В поле сознания выделяется особенно ясная и отчетливая область – «поле внимания», «фокус сознания». За ее пределами находится область, содержания которой неотчетливы, смутны, нерасчленены, – это «периферия сознания». Содержания сознания, заполняющие обе эти области сознания, находятся в непрерывном движении. Простейшими элементами сознания Вундт объявил отдельные впечатления, или **ощущения**. **Ощущения являются объективными элементами сознания. Есть еще и субъективные элементы сознания, или чувства: удовольствие – неудовольствие, возбуждение – успокоение, напряжение – разрядка.** Из комбинации субъективных элементов образуются все чувства человека.

Но идея разложения психики на простейшие элементы оказалась ложной, невозможно было собрать из простых элементов сложные состояния сознания, поэтому к 20-м гг. XX в. это направление психологии сознания практически перестало существовать.

**Функционалистский подход.** Американский психолог У. Джеймс (1842–1910) предложил изучать функции сознания и его роль в выживании человека. Он выдвинул гипотезу, что *роль сознания заключается в том, чтобы дать человеку возможность приспособиться к различным ситуациям*, либо повторяя уже выработанные формы поведения, либо изменяя их в зависимости от обстоятельств, либо осваивая новые действия, если того требует ситуация. По определению функционалистов *психология – это наука о функциях сознания*.

Основоположителем отечественной научной психологии считается И. М. Сеченов (1829–1905). В его книге «Рефлексы головного мозга» (1863) основные психологические

<sup>11</sup> Впервые фразеологизм «чистая доска» – лат. *tabula rasa* – употребил Аристотель.



процессы получают физиологическую трактовку. Экспериментальное направление в психологии с использованием объективных методов исследования развивал В. М. Бехтерев (1857–1927). В 1885 году В. М. Бехтерев организовал в Казани лабораторию, в которой проводилось комплексное исследование неврологических процессов, экспериментально-психологические исследования по психометрии, положившие начало новой парадигме в изучении психической деятельности человека, объяснения природы психического на основе объективного подхода и анализа. Усилия И. П. Павлова (1849–1936) были направлены на изучение условно-рефлекторных связей в деятельности организма. Его работы плодотворно повлияли на понимание физиологических основ психической деятельности.

**Гештальтпсихология** возникла на стыке XIX и XX вв. в Германии благодаря исследованиям Т. Вертгеймера, В. Келера и К. Левина, выдвинувших программу изучения психики с точки зрения целостных структур – гештальтов (от нем. «форма»). Гештальтпсихология выступила против ассоциативной психологии В. Вундта, трактовавшей сложные психические феномены в качестве выстроенных из простых по законам ассоциации.

В гештальте построение сложного психического образа происходит в инсайте – особом психическом акте мгновенного схватывания отношений (структуры) в воспринимаемом поле. *Заслуги гештальтпсихологии состоят в разработке понятия психологического образа, в утверждении системного подхода к психическим явлениям.*

Представители **когнитивной психологии** У. Найссер, А. Пайвио и др. (конец 50-х – начало 60-х гг. XX в., США) отводят в поведении субъекта решающую роль знаниям (от лат. *cognito* — знание). Для них центральным становится вопрос об организации знания в памяти субъекта, о соотношении вербальных (словесных) и образных компонентов в процессах запоминания и мышления.

**Гуманистическая (экзистенциальная) психология** — ее виднейшие представители Г. Оллпорт, Г. А. Мюррей, Г. Мэрфи, К. Роджерс, А. Маслоу (конец 50-х гг. XX в., США) предметом психологических исследований считают *здоровую творческую личность* человека.

Целью такой личности является самоосуществление, самоактуализация, рост конструктивного начала человеческого «Я». Человек открыт миру, наделен потенциями к непрерывному развитию и самореализации. Любовь, творчество, рост, высшие ценности, смысл — именно эти и близкие им понятия характеризуют базисные потребности человека.

**Интерактивная психология** рассматривает человека как существо, главной характеристикой которой является общение, взаимодействие между людьми. **Цель психологии изучать законы взаимодействия, общения, взаимоотношений, конфликтов** (Э. Берн).

В современной зарубежной психологии ведущими считаются следующие теории личности:

- психодинамическая теория личности Зигмунда Фрейда (психоанализ);
- Эго-психология Эрика Эриксона;
- социокультурная теория личности Карен Хорни;
- индивидуальная теория личности Альфреда Адлера;
- теория трансактного анализа и жизненных сценариев Эрика Берна;
- теория оперантного обучения (бихевиоризма) Берреса Фридриха Скиннера;
- социально-когнитивная теория личности Альберта Бандуры;
- теория социального научения Джулиана Роттера;
- теория личностных конструктов Джорджа Келли;
- гуманистическая теория личности Абрахама Маслоу;
- феноменологическая теория личности Карла Роджерса;
- гуманистический подход Эриха Фромма;
- аналитическая теория личности Карла Густава Юнга;
- трансперсональная теория личности Станислава Грофа;

- психогенетическая теория виктимологии Чемпиона Тойча;
- диспозиционная теория личности Гордона Олпорта;
- структурная теория черт личности Реймонда Кэттелла;
- теория типов личности Ганса Айзенка и др.

Первым, кто среди психологов пытался раскрыть сущность и структуру личности, был известный австрийский врач-психиатр и психолог, основатель психоанализа З. Фрейд (1856–1939). Он развил теорию психосексуального развития индивида, в формировании характера и его патологии главную роль отводил переживаниям раннего детства. Опираясь на идеи З. Фрейда, но дополняя и уточняя их, постепенно сформировалось целое психологическое направление – психоанализ (к психоаналитическим теориям относятся и теории К. Хорни, А. Адлера, К.-Г. Юнга, Э. Фромма, В. Райха и др., хотя каждый из этих знаменитых психологов и вносил в психоанализ свои новые и оригинальные идеи).

### 3.2. Фрейдизм, психоанализ

На основе многолетних клинических наблюдений З. Фрейд сформулировал психологическую концепцию, согласно которой психика, личность человека состоит из трех структур, уровней: «ОНО», «Я», «СВЕРХ-Я» (структурная модель психической жизни)<sup>12</sup>.

«ОНО» – бессознательная часть психики, бурлящий котел биологических врожденных инстинктивных влечений: агрессивных и сексуальных. «ОНО» насыщено сексуальной энергией – *либидо*. Человек есть замкнутая энергетическая система, количество энергии у каждого человека – постоянная величина. Будучи бессознательным и иррациональным, «ОНО» подчиняется *принципу удовольствия*, т.е. удовольствие и счастье есть главные цели в жизни человека. Второй принцип поведения – *гомеостаз* — тенденция к сохранению примерного внутреннего равновесия. Уровень «Я» («ЭГО»)-сознания находится в состоянии постоянного конфликта с «ОНО», подавляет сексуальные влечения. Уровень сознания формируется под влиянием общества. На «Я» воздействуют три силы: «ОНО», «СВЕРХ-Я» и общество, которое предъявляет свои требования к человеку. «Я» старается установить гармонию между ними, подчиняется не принципу удовольствия, а принципу «реальности». «СВЕРХ-Я» служит носителем моральных стандартов, это та часть личности, которая выполняет роль критика, цензора, совести. Если «Я» примет решение или совершит действие в угоду «ОНО», но в противовес «СВЕРХ-Я», то испытывает наказание в виде чувства вины, стыда, укоров совести.

«Я» («ЭГО»)-сознание ответственно за принятие решений, «ЭГО» стремится выразить и удовлетворить желания «ОНО» («ИД») в соответствии с ограничениями, налагаемыми правилами общества, внешним миром, т.е. ЭГО помогает обеспечивать безопасность и самосохранение организма, именно «ЭГО» анализирует, рассуждает, принимает решения.

Становление психики, особенно «СВЕРХ-Я», у ребенка происходит через преодоление эдипова комплекса. В греческом мифе о царе Эдипе, убившем своего отца и женившемся на матери, скрыт, по мнению Фрейда, ключ к якобы извечно тяготеющему над каждым мужчиной сексуальному комплексу: мальчик испытывает влечение к матери, воспринимая отца как соперника, вызывающего одновременно и ненависть, и страх, и восхищение, мальчик хочет походить на отца, но и хочет смерти ему, потому испытывает чувство виновности, боится отца. Боясь кастрации, ребенок преодолевает сексуальное влечение к матери, преодолевает эдипов комплекс (к пяти-шести годам) и у него возникает «СВЕРХ-Я» – совесть.

<sup>12</sup> Названия, используемые для обозначения определенных уровней психики: «ОНО», или «ИД» (id), – бессознательное; «Я», или «ЭГО» (ego), – сознание; «СВЕРХ-Я», или «СУПЕР-ЭГО» (superego), – совесть.

«СВЕРХ-Я», или «СУПЕР-ЭГО», содержит систему ценностей и норм, совместимых с теми, которые приняты в окружении человека и которые позволяют ему отличать, что хорошо и что плохо, что нравственно и безнравственно. Фрейд разделил «СУПЕР-ЭГО» на две подсистемы: *совесть* и «ЭГО»-идеал. Совесть включает способность к критической самооценке, наличие моральных запретов и возникновение чувства вины у человека, когда он не сделал того, что должен был сделать. «ЭГО»-идеал формируется из того, что одобряют и высоко ценят родители и сам человек, он ведет человека к установлению для себя высоких стандартов. «СУПЕР-ЭГО» считается полностью сформировавшимся, когда родительский контроль заменяется самоконтролем.

Предложенная Фрейдом концепция психической структуры личности, состоящая из трех рассмотренных выше систем, может быть изображена в виде схемы, где взаимодействие бессознательного, «Сверх-Я» и предсознательного предстает более образно (рис. 3.1).

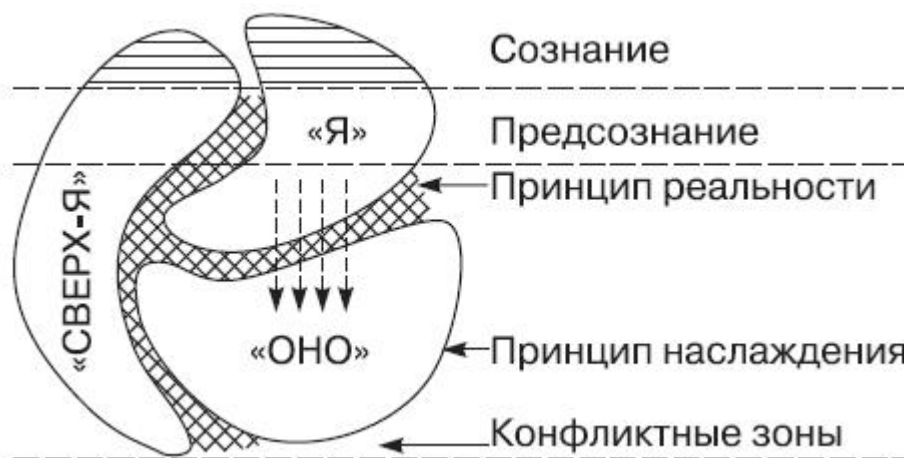


Рис. 3.1. Психическая структура личности по З. Фрейду

Структура личности напоминает айсберг, где его малая надводная часть составляет сознание-«ЭГО», а под нею, скрытое от сознания, лежит массивное бессознательное «ОНО», по размеру равное пяти единицам сознания. «СВЕРХ-Я»-совесть, давит и на сознание и на бессознательную часть психики. «ОНО», «Я» и «СВЕРХ-Я» находятся в постоянном конфликте друг с другом.

Реалистическое разрешение конфликтов возможно лишь при довольно сильном «Я», которое может не только определить требования «ОНО», но и преодолеть давление со стороны «СВЕРХ-Я». Но это идеальный случай. Чаще конфликтные зоны в психической структуре приводят к *фрустрациям* «ОНО», т.е. к таким психическим состояниям, которые сопровождаются отрицательными эмоциями и переживаниями – раздражением, тревогой и отчаянием. Фрустрации побуждают «Я» снимать напряжение с помощью разного рода «выпускных клапанов», к которым можно отнести и *механизмы психологической защиты*, выявленные З. Фрейдом и его дочерью, Анной Фрейд.

Одним из эффективных механизмов психологической защиты является **сублимация** — преобразование энергии подавленных, запретных желаний в другие виды деятельности, которые разрешены в обществе. «СВЕРХ-Я» не пускает инстинкты в «Я», и тогда энергия этих инстинктов сублимируется, трансформируется, воплощается в иных формах деятельности, которые приемлемы для общества и человека (творчество, искусство, общественная активность, трудовая активность, в формах поведения: в снах, описках, обмолвках, шутках, каламбурах, в свободных ассоциациях, в особенностях забывания). Если энергия либидо не находит выхода, то у человека возникают психические болезни, неврозы, исте-

рики, тоска. Для спасения от конфликта между «Я» и «ОНО» человек прибегает к средствам психологической защиты. Защитное поведение позволяет человеку отгородиться от тех проблем, которые пока он не может решить, снять тревогу от угрожающих событий (потеря близкого человека, любимой игрушки, потеря любви со стороны других людей, потеря любви к себе и т.п.), «уйти от угрожающей реальности», иногда преобразовать эту угрозу. На какое-то время защитный механизм необходим, поскольку человек в данный момент не может решить проблему, но если время идет, а человек проблему не решает, то потом этот защитный механизм может стать препятствием личностного роста, поведение человека же становится малопредсказуемым, человек может вредить сам себе, он уходит от реальности и от тех проблем, которые ему надо решить. Таким образом, сами защитные механизмы часто порождают все новые и новые проблемы, причем настоящую свою проблему человек прячет, подменяя ее новыми псевдопроблемами. Фрейд выделял следующие **защитные механизмы**:

1) **вытеснение желаний** — непроизвольное удаление неприятных или недозволенных желаний, мыслей, чувств, переживаний в тех или иных ситуациях из сознания в область бессознательной психики «ОНО»; подавление не бывает окончательным, вытесненные мысли не теряют своей активности в бессознательном и для предотвращения их прорыва в сознание требуется постоянная трата психической энергии, в результате чего энергии может не хватать для поддержания деятельности и здоровья человека, и тогда вытеснение становится источником телесных заболеваний психогенной природы (головные боли, артриты, язва, астма, сердечные болезни, гипертония и т.п.). Выделяют *полное подавление* — когда болезненные переживания настолько подавлены, что человек полностью их забывает и не знает, что они были в его жизни, но они косвенно влияют на его здоровье и поведение. Вытеснение — это частичное подавление, человек сдерживает переживания, старается о них не думать, но полностью забыть их не может, и вытесненные переживания прорываются в виде неожиданных бурных аффектов, необъяснимых поступках и пр.;

2) **отрицание** — уход в фантазию, отрицание какого-либо события как «неправды». «Этого не может быть» — человек проявляет яркое безразличие к логике, не замечает противоречий в своих суждениях;

3) **рационализация** — бессознательная попытка оправдать, объяснить свое неправильное или абсурдное поведение, причем, как правило, эти оправдания и объяснения не соответствуют истинной причине совершенного поступка, а истинная причина может человеком не осознаваться;

4) **инверсия, или противодействие**, — подмена действия, мысли, чувств, отвечающих подлинному желанию, на диаметрально противоположное поведение, мысли, чувства (например, ребенок первоначально хочет получить любовь матери, но, не получая этой любви, начинает испытывать прямо противоположное желание досадить, разозлить мать, вызвать ссору);

5) **проекция** — бессознательная попытка избавиться от навязчивого желания, идеи, приписав ее другому лицу, или же приписывание другому человеку своих собственных качеств, мыслей, чувств, недостатков, в которых человеку трудно признаться себе. Когда что-то осуждается в других, именно это не принимает человек в себе, но не может признать этого, не хочет понять, что эти же качества присущи и ему. Например, человек утверждает, что «некоторые люди — обманщики», хотя фактически это может значить: «Я порой обманываю»; таким образом, проекция позволяет человеку возлагать вину на кого-нибудь за свои недостатки и промахи;

6) **замещение** — проявление эмоционального импульса переадресовывается от более угрожающего объекта или личности к менее угрожающему. Например, ребенок после того,

как его наказали родители, толкает свою младшую сестренку, ломает ее игрушки, пинает собачку, т.е. сестра и собачка замещают родителей, на которых сердит ребенок;

7) **изоляция** — отделение угрожающей части ситуации от остальной психической сферы, что может приводить к разделенности, раздвоенности личности, к неполному «Я»;

8) **регрессия** — возвращение на более ранний, примитивный способ реагирования. Устойчивые регрессии проявляются в том, что человек оправдывает свои поступки с позиции мышления ребенка, не признает логику, отстаивает свою точку зрения, несмотря на правоту аргументов собеседника, в трудных стрессовых ситуациях порой возвращаются детские привычки (грызть ногти и т.п.). В тяжелых случаях, когда настоящая ситуация для человека невыносима, психика защищается, возвращаясь на более ранний и безопасный период своей жизни, например в раннее детство, и регрессия приводит к потере памяти о более поздних периодах жизни.

Все защитные механизмы обладают общими свойствами: а) они действуют на неосознанном уровне и поэтому являются средствами самообмана; б) они искажают, отрицают или фальсифицируют восприятие реальности, чтобы сделать тревогу менее угрожающей для человека.

### Теория сексуального развития З. Фрейда

Зигмунд Фрейд сформулировал теорию сексуального развития, согласно которой именно особенности сексуального развития в детском возрасте определяют характер, личность взрослого человека, его патологии, неврозы, жизненные проблемы и трудности. Неспособность продвижения от одной психосексуальной стадии к другой Фрейд определил как **фиксацию**, которая приводит к чрезмерному выражению потребностей, характерных для той стадии, на которой произошла фиксация, к специфическому формированию характера и типа личности к специфическим проблемам взрослой жизни, т.е. **переживания раннего детства играют критическую роль в формировании взрослой личности**. *Фиксация может происходить как в результате фрустрации* (когда психосексуальные потребности ребенка пресекаются родителями и не находят оптимального удовлетворения), *так и в результате сверхзаботливости со стороны родителей*, когда родители не дают ребенку самому управлять собой.

По мнению Фрейда, психосексуальная деятельность начинается в период кормления грудью, когда рот младенца становится эрогенной зоной – зоной удовольствия (**оральная стадия**). Рот остается важной эрогенной зоной в течение всей жизни человека, даже в зрелости наблюдаются остаточные проявления орального поведения в виде переедания, употребления жевательной резинки, обкусывания ногтей, курения, употребления алкоголя, поцелуев, орального секса и т.п. Если на оральной стадии вследствие неблагоприятных условий произошла фиксация, «застревание» ребенка, то это приводит к чрезмерному усилению потребностей, характерных для данной стадии: по мнению Фрейда, скорее всего у ребенка сформируется **орально-пассивный тип личности** — ожидает от окружающего мира материнского отношения к себе, постоянно ищет поддержки и одобрения, чрезмерно зависим и доверчив. В течение второй половины первого года жизни начинается вторая фаза оральной стадии – **орально-агрессивная, или орально-садистская**, фаза, когда у ребенка появляются зубы и кусание становится средством выражения состояния недовольства и фрустрации, вызванной отсутствием матери или отсрочкой удовлетворения. Фиксация на орально-садистской стадии выражается у взрослых в таких чертах личности, как любовь к спорам, пессимизм, критические «покусывания», цинизм, склонность эксплуатировать других и доминировать над ними с целью удовлетворения собственных нужд.

С приучением к туалету основное внимание перемещается вначале на ощущения, связанные с дефекацией (**анальная стадия**), а позднее на ощущения, связанные с мочеиспусканием (**уретральная фаза**). В течение этого периода дети получают удовольствие от задерживания и выталкивания фекалий. Фрейд показывал, что способ, которым родители приучают ребенка к туалету, оказывает влияние на его позднее личностное развитие. Если родители ведут себя негибко, настаивая «сейчас же сходи на горшок», у ребенка возникает протест, тенденция «удержания», начинаются запоры, может сформироваться **анально-удерживающий тип личности**, которому присущи упрямство, скупость, пунктуальность, методичность, который не может переносить беспорядок и неопределенность. Второй результат анальной фиксации, обусловленный родительской строгостью в отношении туалета – это **анально-выталкивающий тип**, которому присущи склонность к разрушению, беспокойство, импульсивность, даже садистская жестокость. Если родители поощряют своих детей к регулярному опорожнению кишечника и хвалят их за это, то это, по мнению Фрейда, способствует развитию в ребенке чувства самоконтроля, воспитывает позитивную самооценку и даже развивает творческие способности ребенка.

Наконец, примерно в возрасте четырех лет эти частные влечения объединяются, начинает преобладать интерес к половым органам, к пенису (**фаллическая фаза**). Дети могут рассматривать свои половые органы, мастурбировать, проявлять заинтересованность в вопросах рождения и половых отношений, подсматривать за сексуальными отношениями родителей, испытывать сексуальные побуждения. Тогда же развивается *комплекс Эдипа* (или *Электры* у девочек), суть которого заключается в преимущественно положительном отношении к родителю противоположного пола и агрессивном поведении по отношению к родителю своего пола. По мнению Фрейда, дети расстаются позднее с эдиповыми тенденциями из-за страха кастрации. В возрасте пяти-семи лет мальчик подавляет, вытесняет из сознания свои сексуальные желания в отношении матери и начинает идентифицировать себя с отцом (перенимает его черты): осваивает нормы и модели мужского полоролевого поведения, усваивает основные моральные нормы, т.е. формируется «СВЕРХ-Я» как следствие преодоления эдипова комплекса. Девочки преодолевают комплекс Электры (по греческому мифу Электра уговаривает своего брата убить их мать и ее любовника и отомстить за смерть отца), подавляют тяготение к отцу и идентифицируются с матерью.

Взрослые мужчины с фиксацией на фаллической стадии ведут себя дерзко, хвастливо, опрометчиво, стремятся добиваться успеха, доказывать свою мужественность, что «они настоящие мужчины», через завоевание женщин по типу Дон Жуана. У женщин фаллическая фиксация приводит к склонности флиртовать, обольщать, к беспорядочным половым связям, к стремлению главенствовать над мужчиной, проявлять напористость и самоуверенность. Неразрешенные проблемы Эдипова комплекса расценивались Фрейдом как основной источник последующих невротических моделей поведения, особенно имеющих отношение к импотенции, фригидности, гомосексуальности.

Затем следует так называемый **латентный период** (до 10–11 лет), когда интересы ребенка направлены на обучение, общение, но с наступлением периода полового созревания начинается **генитальный период** сексуального развития, когда сексуальные влечения и интересы усиливаются и концентрируются на определенных представителях противоположного пола. По мнению Фрейда, все подростки в раннем подростковом возрасте проходят через «гомосексуальный период», предпочитают общество сверстников одного с ними пола и даже эпизодические гомосексуальные игры. Однако постепенно объектом энергии либидо становится партнер противоположного пола и начинается ухаживание. Увлечения в юности в норме ведут к выбору брачного партнера и созданию семьи. При благоприятных обстоятельствах развитие завершается наступлением **психологической зрелости**, главными параметрами которой являются способность человека любить другого чело-

**века как такового, а не ради удовлетворения собственных сексуальных потребностей и стремление человека проявлять себя в продуктивном труде, в создании чего-то нового и полезного для людей.** Но стадии психологической зрелости достигает далеко не каждый человек, многие люди по различным причинам как бы застревают, фиксируются на предыдущих стадиях развития.

Фрейд признавал существование двух основных инстинктов: инстинктов жизни и смерти. *Инстинкты жизни*, или *Эрос*, включают в себя все силы, служащие цели поддержания жизни и продолжения рода. Наиболее важные из них это сексуальные инстинкты и сексуальная энергия-либидо. Вторая группа – *инстинкты смерти*, называемые *Танатос*, — лежит в основе всех проявлений жестокости, агрессии, убийств и самоубийств, всех вредных форм поведения, разрушающих здоровье и жизнь человека (пьянство, наркотики, войны).

Анна Фрейд (1895–1982), изучая закономерности развития ребенка, отмечала, что параллельно с сексуальным развитием (оральная, анальная, фаллическая, латентная, пубертатная фазы) происходит соответствующее развитие агрессивности: кусание, плевание, цепляние как оральная агрессивность, затем разрушение и жестокость, садизм на анальной стадии, позднее властолюбие, хвастовство, зазнайство на фаллической стадии и завершаться может антисоциальными проявлениями у подростков на пубертатной стадии. **Стремление ребенка к удовлетворению своих желаний любой ценой по принципу удовольствия может лежать в основе его асоциального поведения.** Лишь когда ребенок способен действовать по принципу реальности, учитывать требования социального окружения, анализировать и контролировать свои намерения и самостоятельно решать, нужно ли то или иное побуждение отклонить или превратить в действие, становится возможным переход к взрослому состоянию. Но следует учитывать, что продвижение к принципу реальности само по себе не гарантирует, что человек будет следовать социальным требованиям.

По мнению А. Фрейда, почти все нормальные элементы детской жизни, например такие как жадность, ревность, корысть, толкают ребенка в направлении асоциальности. И с помощью защитных механизмов психики некоторые инстинктивные желания ребенка, неодобряемые в обществе, вытесняются из сознания, другие переходят в свою противоположность (*реакционные образования*), направляются на другие цели (*сублимация*), сдвигаются с себя на других людей (*проекция*) — так сложно и болезненно происходит социализация ребенка, включение его в жизнь общества. Развитие памяти, речи, мышления является необходимым условием для развития личности и социализации ребенка. Так, разумное мышление способствует пониманию взаимосвязи причины и следствия, а приспособление к требованиям общества и окружающего мира перестает быть простым подчинением – оно становится осознанным и адекватным. **Становление принципа реальности и развитие мыслительных процессов – необходимые компоненты социализации ребенка, формирования его личности.**

Социальную структуру общества З. Фрейд рассматривал в *патриоцентристском плане (господство отца)*, поэтому доказывал, что массы всегда ищут вождя (заменителя отца), поклоняются, подчиняются вождю, жаждут отказа от самостоятельности и ответственности. «Вождь – элита – массы» – главная социальная структура общества, а идеализация вождя и идентификация с ним – один из основных механизмов внутригрупповой солидарности и социального господства. Общественная жизнь невозможна, пока люди не научатся контролировать свое поведение. Культура состоит из норм, контролирующих поступки людей, ограничивающих проявления социально опасных влечений, сексуальных и агрессивных инстинктов, спрятанных в бессознательной психике. Инстинкты неуничтожимы, их нельзя разрушить, а можно только подавить, контролировать с помощью сознания и «СВЕРХ-Я». Общество базируется на контроле импульсов, желаний людей. А социализация личности – это процесс отказа от немедленного удовольствия, от бесконтрольного удо-

влетворения потребностей, в результате человек способен делать не то, что ему хочется, а то, что нужно, должно в данном обществе.

*Недостатком фрейдизма является преувеличение роли сексуальной сферы в жизни и психике человека*, человек понимается в основном как биологическое сексуальное существо, которое находится в состоянии непрерывной тайной борьбы с обществом, заставляющим подавлять сексуальные влечения. Человек с позиции психоанализа – это противоречивое, мучающееся, страждущее существо, поведение которого преимущественно определяется бессознательными факторами, несмотря на противодействие и контроль сознания, поэтому человек – это часто невротичное и конфликтное существо. *Заслуга Фрейда состоит в том, что он привлек внимание ученых к серьезному изучению бессознательного в психике, впервые выделил и стал изучать внутренние конфликты личности.* Психоаналитическая теория Фрейда представляет собой пример психодинамического подхода к изучению поведения человека: при таком подходе считается, что неосознаваемые психологические конфликты контролируют поведение человека.

Последователи З. Фрейда, неофрейдисты, отталкиваясь от основных постулатов Фрейда о бессознательности, пошли по линии ограничения роли сексуальных влечений в объяснении психики человека. Бессознательное лишь наполнялось новым содержанием: место нереализуемых сексуальных влечений заняли **стремление к власти вследствие чувства неполноценности** (А. Адлер), **коллективное бессознательное («архетипы»)** (К. Юнг), **невозможность достичь гармонии с социальной структурой общества и вызываемое этим чувство одиночества** (Э. Фромм) и другие психоаналитические механизмы отторжения личности от общества.

### 3.3. Эго-теория развития личности (Э. Эриксон)

Эрик Эриксон (1902–1994) исследовал, как происходит формирование и развитие сознания человека, его «ЭГО», и каким образом общество, окружающие люди влияют на «ЭГО». Теория Эриксона возникла из практики психоанализа, он трактует структуру личности так же, как и Фрейд (как состоящую из «ОНО», «Я», «СВЕРХ-Я»); стадии развития личности, открытые Фрейдом, не отвергаются Эриксоном, а усложняются. Но Эриксон считал, что не столько бессознательное «ОНО», сколько именно сознание – «ЭГО» составляет основу поведения и функционирования человека, а направлением развития «ЭГО» является достижение социальной адаптации.

**Психосоциальная концепция развития личности**, разработанная Эриксоном, показывает тесную связь психики человека и характера общества, в котором он живет. В каждой культуре имеется особый стиль воспитания детей – он всегда принимается матерью как единственно правильный. Этот стиль определяется тем, что ожидает от ребенка общество, в котором он живет. Эриксон ввел понятие *групповая идентичность*, которая формируется с первых дней жизни, ребенок ориентирован на включение в определенную социальную группу, начинает понимать мир, как эта группа. Но постепенно у ребенка формируется и *эгоидентичность* — чувство устойчивости и непрерывности своего «Я». Формирование эгоидентичности – длительный процесс, включает ряд стадий развития личности. Каждой стадии развития человека соответствуют свои, присущие данному обществу, ожидания, которые человек может оправдать или не оправдать, и развитие его личности может пойти по негативному или позитивному направлению. По мнению Эриксона, человек на протяжении жизни переживает восемь *психосоциальных кризисов*, специфических для каждого возраста, благоприятный или неблагоприятный исход которых определяет возможность последующего развития личности.



Например, на **первой стадии раннего детства**, в младенчестве, без тесного эмоционального контакта, без любви, внимания и заботы нарушается социализация ребенка, возникает задержка психического развития, развиваются различные заболевания, у ребенка появляется агрессивность, а в будущем различные проблемы, связанные с взаимоотношениями с другими людьми. Так, эмоциональное общение младенца со взрослыми является ведущей, главной деятельностью на этом возрастном этапе, влияющей на развитие его человеческой психики и обуславливающий положительный или негативный исход. Результат его развития на этом этапе: позитивный результат – у младенца формируется *базальное*<sup>13</sup> доверие к миру, людям, оптимизм; негативный результат – формируется недоверие к миру, людям, пессимизм, даже агрессивность.

**Вторая стадия раннего детства** связана с формированием автономии и независимости, ребенок начинает ходить, обучается контролировать себя при выполнении актов дефекации; общество и родители приучают ребенка к аккуратности, опрятности, начинают стыдить за мокрые штанишки. Ребенок чувствует социальное неодобрение, возможность наказания, формируется чувство стыда. В конце стадии должно быть равновесие *автономии* и *стыда*. Это соотношение будет положительно благоприятным для развития ребенка, если родители не будут подавлять желания ребенка, не будут бить за провинности.

**На третьей стадии**, в возрасте трех-пяти лет, ребенок уже убежден, что он личность, так как он бегает, умеет говорить, расширяет область овладения миром, у ребенка формируется чувство предприимчивости, инициативы, которое закладывается и формируется в игре ребенка. Игра является ведущей деятельностью на данном возрастном этапе, она очень важна для развития творческих задатков ребенка, ребенок осваивает отношения между людьми посредством игры, развивает свои психические возможности: волю, память, мышление и пр. Но если родители очень подавляют ребенка, не уделяют внимания его играм, то это отрицательно влияет на развитие ребенка, ведет к закреплению пассивности, неуверенности, чувству вины.

**На четвертой стадии, в младшем школьном возрасте**, ребенок уже исчерпал возможности развития в рамках семьи, и теперь школа приобщает ребенка к знаниям о будущей деятельности, к культуре общества. Ведущей деятельностью на данной возрастной стадии является учеба. Если ребенок успешно овладевает знаниями, новыми навыками, он верит в свои силы, уверен, спокоен, но неудачи в школе приводят к появлению, а порой и к закреплению чувства своей неполноценности, неверия в свои силы, отчаяния, потери интереса к учебе. При неполноценности ребенок как бы снова возвращается в семью, она для него убежище, если родители с пониманием стараются помочь ребенку преодолеть трудности в учебе. В случае если родители лишь ругают и наказывают его за плохие оценки, чувство неполноценности у ребенка закрепляется порой на всю жизнь. В зависимости от царящей в школе атмосферы и принятых методов воспитания у ребенка развивается *вкус к работе* или же, напротив, *чувство неполноценности* как в плане использования средств и возможностей, так и в плане собственного статуса среди товарищей.

**На пятой стадии, в подростковом возрасте**, формируется центральная форма эгоидентичности. Бурный физиологический рост, половое созревание, озабоченность тем, как он выглядит перед другими, необходимость найти свое профессиональное призвание, способности, умения – вот вопросы, которые встают перед подростком, и это уже есть требования общества к подростку о самоопределении. Ведущей деятельностью, более всего влияющей на развитие личности подростка, является его общение со сверстниками. На этой стадии заново встают все критические прошедшие моменты. Если на ранних стадиях у ребенка сформировалась автономия, инициатива, доверие к миру, уверенность в своей полноценно-

---

<sup>13</sup> Базальный (от лат. *basis* — основа) — основной.

сти, значимости, то подросток успешно создает **целостную форму эгоидентичности**, находит свое «Я», признание себя со стороны окружающих. В противном случае происходит *диффузия идентичности*, подросток не может найти свое «Я», не осознает своих целей и желаний, происходит возврат, регрессия к инфантильным, детским, иждивенческим реакциям, появляется смутное, но устойчивое чувство тревоги, чувство одиночества, опустошенности, появляется постоянное ожидание чего-то такого, что может изменить жизнь, но сам человек активно ничего не предпринимает, появляется страх перед личным общением и неспособность эмоционально воздействовать на лиц противоположного пола, враждебность, презрение к окружающему обществу, чувство непризнания себя со стороны окружающих людей. Таким образом, **пятый кризис** переживают подростки обоего пола в поисках *идентификаций* (усвоения образцов поведения значимых для подростка других людей). Неспособность подростка к идентификации или связанные с ней трудности могут привести к ее распылению или же к путанице ролей, которые подросток играет или будет играть в аффективной, социальной и профессиональной сферах. **Эриксон считает подростковый период центральным в формировании психологического и социального благополучия человека.**

**В юношеском возрасте** (16 лет – 22 года) происходит профессиональное самоопределение, формирование собственного мировоззрения и закрепление устойчивых отношений (дружеских, любовных) с другими людьми. Но при негативном варианте развития у юноши может наблюдаться *размытая идентичность* (не имеет профессиональных интересов, нет жизненных планов, сам не знает, что хочет), неустойчивость мнений, либо *преждевременная идентичность* (другие люди, чаще всего родители, приняли за юношу все решения по выбору его профессии, даже порой выбора семейного партнера, а сам юноша не имеет собственных мнений, своего целостного «ЭГО»), поверхностность отношений с людьми, сексуальная неразборчивость, одиночество.

Зрелость разделяют на ряд стадий и кризисов. Стадия ранней зрелости, или молодость, (с 20–23 лет до 30–33 лет) соответствует вступлению человека в интенсивную личную жизнь и профессиональную деятельность. Это *период становления*, самоутверждения себя в любви, сексе, карьере, семье, обществе.

**На шестой стадии, молодость**, для человека актуальным становится поиск спутника жизни, тесное сотрудничество с людьми, укрепление связей со своей социальной группой, появляется чувство близости, единства, сотрудничества, интимности с определенными людьми. Однако, если диффузия идентичности переходит и на этот возраст, человек замыкается, закрепляется изоляция, одиночество.

**Седьмая, центральная, стадия** — этап развития зрелой личности. Развитие идентичности идет всю жизнь под воздействием со стороны других людей, особенно собственных детей, они подтверждают, что ты им нужен. Положительные симптомы этой стадии: личность вкладывает себя в любимый труд и заботу о детях, удовлетворена собой и жизнью. Если не на кого излить свое «Я» (нет любимой работы, семьи, детей), то человек опустошается, намечается застой, косность, психологический и физиологический регресс.

**В зрелые годы** выделяются свои кризисные периоды: *кризис 33–35 лет*, когда достигнув определенного социального и семейного положения, человек с тревогой начинает думать: «Неужели это все, что может дать мне жизнь? Неужели нет ничего лучшего?» И некоторые начинают лихорадочно менять что-то в своей жизни: работу, супруга, место жительства, хобби и т.д. Затем наступает *недолгий период стабилизации* – от 35 до 40–43 лет, когда человек закрепляет все то, чего он достиг, человек уверен в своем профессиональном мастерстве, в своем авторитете, имеет приемлемый уровень успеха в карьере и материального достатка, нормализуется здоровье, положение в семье, сексе.

Вслед за периодом стабильности наступает *критическое десятилетие – 45–55 лет*, когда человек начинает чувствовать приближение среднего возраста, когда появляются первые признаки ухудшения здоровья, потери красоты и физической формы, отчуждения в семье и в отношениях с повзрослевшими детьми, приходит опасение, что уже ничего лучшего не получишь в жизни, в карьере, в любви, в результате возникает чувство усталости от надоевшей действительности, депрессивные настроения, от которых человек прячется либо в мечтах о новых любовных победах, либо в реальных попытках доказать свою молодость через любовные интриги, или взлет карьеры. *Завершающий период зрелости длится с 55 до 65 лет* — период физиологического и психологического равновесия, снижения сексуального напряжения, постепенного отхода человека от активной трудовой и социальной жизни.

*О возрасте с 65 до 75 лет говорят как о первой старости.* На этой **восьмой стадии** человек переосмысливает всю свою жизнь, осознает свое «Я» в духовных раздумьях о прожитых годах, и либо принимает свою жизнь как неповторимую судьбу, которую не надо переделывать, либо осознает, что жизнь прошла неверно, зря, что поставленные ранее цели были ошибочные и уже ничего невозможно исправить. Достижение человеком *цельности* основывается на подведении им итогов своей прошлой жизни и осознании ее как единого целого, в котором уже ничего нельзя изменить. Если человек не может свести свои прошлые поступки в единое целое, он завершает свою жизнь в страхе перед смертью и в отчаянии от невозможности начать жизнь заново.

Результаты первых четырех стадий психосексуального развития почти полностью обусловлены влиянием окружающей среды (влияние родителей, культуры, типа общества), а разрешение последующих кризисов больше зависят от «ЭГО» человека, и меньше зависят от внешних факторов. Развитию личности нет пределов – оно происходит на протяжении всего жизненного цикла: человек решает все новые проблемы, приобретает новые качества «ЭГО» и меняется.

Стадии развития личности и положительные-отрицательные выходы из каждой стадии приведены на рис. 3.2.

+	окончательная форма эгоидентичности «принятия себя, жизни», мудрость	↑	Стадия 8: старость, после 50 лет
–	разочарование в жизни		Стадия 7: зрелость, до 50 лет
+	творчество, любимая работа, воспитание детей, забота о детях, удовлетворенность жизнью		Стадия 6: молодость, от 20 до 25 лет
–	опустошенность, застой, регрессия		Стадия 5: юношеский возраст, от 11 до 20 лет
+	чувство близости, интимности, единство с людьми, любовь		Стадия 4: школьный возраст, от 6 до 11 лет
–	изоляция, одиночество		Стадия 3: дошкольный возраст игры, от 3 до 6 лет
+	цельная форма эгоидентичности, находит свое «Я», верность себе, признание себя людьми		Стадия 2: ранний возраст, от 1 до 3 лет
–	диффузия идентичности, тревога, одиночество, инфантилизм, не нашел свое «Я», непризнание людьми, путаница ролей, враждебность		Стадия 1: младенчество
+	уверенность в себе, компетентность		
–	неполноценность, неверие в свои силы		
+	инициативность, целеустремленность, активность, предприимчивость, самостоятельность		
–	пассивность, подражание образцам, вина		
+	автономия, самостоятельность, опрятность, воля		
–	сомнение, стыд, зависимость от других		
+	базальное доверие к миру, оптимизм, стремление к жизни		
–	базальное недоверие к миру, пессимизм, стремление к смерти		

Рис. 3.2. Психосоциальная концепция развития личности Э. Эриксона

### 3.4. Социокультурная теория личности К. Хорни

Ученица З. Фрейда – психолог Карен Хорни (1885–1952) подчеркивала, что социокультурные условия оказывают значительное влияние на развитие и функционирование человека. Хорни доказывала, что решающим фактором в развитии ребенка являются социальные отношения между ребенком и родителями. Для детства характерны две потребности: потребность в удовлетворении (в пище, сне, активности) и потребность в безопасности. Главной в развитии ребенка является **потребность в безопасности** — желание быть любимым, желанным и защищенным от опасности или враждебного мира. В удовлетворении этой потребности ребенок полностью зависит от родителей. Если родители проявляют истинную любовь и тепло в отношении к ребенку, тем самым удовлетворяется его потребность в безопасности и вероятнее всего сформируется здоровая личность. Если же многие моменты в поведении родителей травмируют потребность ребенка в безопасности (неустойчивое, сумасбродное поведение, насмешки, невыполнение обещаний, чрезмерная

опека, оказание явного предпочтения братьям и сестрам ребенка), то весьма вероятно патологическое развитие личности. Основным результатом такого дурного обращения родителей с ребенком является развитие у него **базальной враждебности**. Эти подавленные чувства враждебности проявляются невольно во всех взаимоотношениях ребенка с другими людьми как в настоящем, так и в будущем. Таким образом, у ребенка проявляется **базальная тревога, ощущение одиночества и беспомощности перед лицом потенциально опасного мира**. С точки зрения Хорни, выраженная базальная тревога у ребенка ведет к формированию невроза у взрослого. Причиной невротического поведения будут нарушенные отношения между ребенком и родителями.

Чтобы справиться с чувствами недостаточной безопасности, беспомощности и враждебности, присущими базальной тревоге, ребенок часто вынужден прибегать к разным защитным стратегиям. Хорни **выделила три основные защитные стратегии межличностного поведения**: ориентация «от людей», «против людей», «к людям». У невротической личности обычно преобладает одна из них. Соответственно выделяются типы личности: 1) *уступчивый тип* ориентируется на людей, проявляет зависимость, нерешительность, беспомощность, думает: «Если я уступлю, меня не тронут»; 2) *обособленный тип* ориентируется «от людей», думает: «Если я отстранюсь, со мной все будет в порядке», говорит: «Мне все равно», ничем и никем не увлекаюсь; 3) *враждебный тип* ориентируется «против людей», для него характерно доминирование, враждебность, эксплуатация, он думает: «У меня есть власть, меня никто не тронет», следует бороться против всех и любую ситуацию оценить с позиции: «Что я буду иметь с этого?» Враждебный тип способен действовать тактично и дружески, но его поведение всегда нацелено на обретение контроля и власти над другими людьми, на удовлетворение личных желаний и амбиций.

Невротик невольно вырабатывает патологические приемы поведения, например:

1) «Чтобы быть счастливым, необходимо, чтобы мне сопутствовал успех в любом деле, за которое я возьмусь» (поскольку успех в любом деле невозможен, невротик не берется за дела, которые требуют усилий, ссылаясь на обстоятельства, болезни, объективные препятствия, критикует чужие достижения и любит говорить: «Стоит мне захотеть и я достигну...!»);

2) «Чтобы быть счастливым, необходимо, чтобы меня принимали, любили и восхищались мной все люди и во времена» (невротик добивается любви, используя такие невротические механизмы, как взывание к жалости, призыв к справедливости, подкуп, (например в такой форме «Я люблю тебя больше всего на свете, поэтому ты должен отказаться от всего ради моей любви!»), и даже угрозы и оскорбления);

3) «Если я не на вершине, то я в яме» (следование этому убеждению делает человека несчастным, даже если у него есть реальные успехи, поскольку он не может пережить успеха другого человека);

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.