

Федеральное агентство по образованию  
Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Психологический факультет

Лисецкий К.С., Серебрякова М.Е., Шпунтова В.В.

## **ОСНОВЫ ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ**

*Утверждено редакционно-издательским советом  
университета в качестве учебного пособия*

Самара  
Издательство «Самарский университет»  
2009

**Рецензент**

д-р психол. наук, проф. кафедры психологии личности МГУ  
им. М.В. Ломоносова, член-корр. РАО **В.А. Петровский**

**Лисецкий, К.С.**

Л63 **Основы общей психологии: учебное пособие / К.С. Лисецкий, М.Е. Серебрякова, В.В. Шпунтова.** – Самара: Изд-во «Самарский университет», 2009. – 92 с.

Настоящее учебное пособие включает в себя краткое изложение материала по каждой изучаемой теме, планы лабораторно-практических занятий, практические и творческие задания, вопросы для самоконтроля, тесты и упражнения, списки литературы по основным разделам курса «Общая психология».

Предназначено для преподавателей психологии и студентов, обучающихся на факультетах психологии, педагогики и социологии университетов, институтов и колледжей. Оно может быть также использовано практическими психологами и всеми интересующимися психологией.

УДК 159.9  
ББК 88

© Лисецкий К.С., Серебрякова М.Е.,  
Шпунтова В.В., 2009  
© Самарский государственный  
университет, 2009  
© Оформление. Издательство  
«Самарский университет», 2009

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	4
РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В КУРС «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ» .....	5
Тема 1. Общие характеристики психологической науки .....	5
Тема 2. Сущность психического .....	10
РАЗДЕЛ 2. ОБЩИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССАХ .....	15
Тема 1. Познавательные процессы .....	15
Тема 2. Характеристика эмоционально-волевых процессов .....	27
РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	34
РАЗДЕЛ 4. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ .....	38
РАЗДЕЛ 5. ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ЧЕЛОВЕКА .....	41
РАЗДЕЛ 6. ОБЩИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЛИЧНОСТИ .....	49
Тема 1. Характеристика личности .....	49
Тема 2. Развитие личности .....	51
РАЗДЕЛ 7. ОБЩЕНИЕ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА .....	59
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМАМ .....	63
ТЕСТЫ .....	67
СПИСОК ОПОРНЫХ ТЕРМИНОВ .....	88

## ПРЕДИСЛОВИЕ

В современной высшей школе особое внимание уделяется изучению психологии. Вместе с тем, опыт преподавания курса общей психологии в различных университетах показывает, что глубокое усвоение студентами психологических знаний невозможно без самостоятельного изучения литературы и овладения умениями и навыками проведения психологических наблюдений и экспериментов. В силу недостаточной обеспеченности учебными пособиями студенты испытывают затруднения в самостоятельном изучении психологических явлений. Это побудило создать специальное пособие по общей психологии, которое помогло бы студентам в самостоятельной работе по овладению психологическими знаниями.

При разработке данного пособия авторы руководствовались тем, что лабораторно-практические занятия по курсу общей психологии должны способствовать самостоятельному усвоению теоретических основ современной психологической науки и формированию у студентов устойчивых интересов к психологическим знаниям и их применению на практике. Основная цель, которую ставили перед собой авторы, – ознакомить студентов с теми понятиями, которые формируют психологическую науку, побуждают естественный познавательный интерес к ней.

По каждой теме в учебном пособии представлены: ее краткое содержание (конспект лекций), планы лабораторно-практических занятий, практические упражнения и творческие задания, способствующие развитию конкретных навыков психологического изучения личности. Приведенные описания закономерностей психических процессов, свойств и состояний дают возможность глубоко осмыслить основные положения психологической науки. По каждой теме также приводится список рекомендуемой литературы и вопросы для самоконтроля.

При изучении курса общей психологии студенты должны усвоить простейшие приемы и методы психологического исследования, которые могут быть использованы в их дальнейшей самостоятельной профессионально-трудовой деятельности. С этой целью в пособии содержатся упражнения и тесты, соотнесенные с теоретическим материалом.

При составлении планов лабораторно-практических занятий авторы стремились к тому, чтобы дать возможность студентам более полно раскрыть методологические и теоретические положения лекционного курса, научиться самостоятельно работать с научной литературой, уметь синтезировать, анализировать и обобщать психологические факты.

## РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В КУРС «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

### Тема 1. Общие характеристики психологической науки

**Психология** – очень молодая наука; наука особого типа – о внутреннем (психическом) мире человека. Это наука:

- 1) о самом сложном, что известно человеку (психика);
- 2) находится в особом положении, потому что в ней сливаются объект и предмет познания;
- 3) задачи психологии сложнее, чем у любой другой науки, ибо только в ней мысль совершает поворот на себя;
- 4) имеет уникальные практические следствия: познавая себя, человек может себя изменять.

Житейское психологическое знание отличается от научного\* (см. таблицу).

*Таблица 1*

<b>Житейское знание</b>	<b>Научное знание</b>
Конкретное, приурочено к конкретной ситуации	Имеет понятийный категориальный аппарат
Не имеет научных понятий	Имеет теоретические парадигмы
Разобщено	Знания обобщены
Носит интуитивный характер	Знания рациональны, осознаны
Передается из поколения в поколение в образной форме (как наблюдение отдельных людей). Может рассматриваться лишь как точка зрения, не претендуя на неопровержимость	Опирается на ряд гипотез, которые позволяют при помощи психологических методов (в том числе эксперимента) опровергать или подтверждать гипотезы
Методы получения ограничены	Знания накапливаются
Знания скупы, разрозненны	Знания обширны, систематизированы

Таким образом, научная психология:

- А. опирается на житейскую психологию,
- Б. извлекает из житейского опыта свои задачи,
- В. проверяется житейским опытом.

\* См. подробнее: Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Омега-Л, 1996; Петухов В.В., Столин В.В. Психология. М., 1989; Роговин М.С. Введение в психологию. М., 1969; Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъектности. М.: Школа-Пресс, 1995.

Официальное оформление научная психология получила в 1879 г., когда немецкий психолог В. Вундт в г. Лейпциге открыл первую лабораторию экспериментальной психологии.

Психология **изучает** факты психической жизни, механизмы и закономерности психики человека и формирование психологических особенностей его личности. **Предметом** психологии выступают человек, поведение, личность, сознание, бессознательное, познавательные процессы и, конечно же, психика.

**Психика** (от др.-греч. ψυχή «дыхание, душа») – это сущность, где внеположность и многообразие природы собирается к своему единству, это виртуальное сжатие природы, это отражение объективного мира в его связях и отношениях.

Психика – это «субъективный образ объективного мира».

Психика – это особая сторона (форма) жизнедеятельности животных и человека и их взаимодействия с окружающей средой; способность активного отражения реальности или совокупность душевных процессов и явлений (восприятие информации, субъективные ощущения, эмоции, память и т. п.).

Психика – высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем\*.

Психика находится во взаимодействии с соматическими (телесными) процессами.

Психика оценивается по ряду параметров: целостность, активность, развитие, саморегуляция, коммуникативность, адаптация и т. д.

Психика человека включает в себя по меньшей мере три составляющих: внешний мир, природу, ее отражение; полноценную деятельность мозга; взаимодействие с людьми, активную передачу новым поколениям человеческой культуры, человеческих способностей.

**Психическое отражение** – 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.

Психическое отражение не является зеркальным, механически пассивным копированием мира (как зеркало или фотоаппарат), оно сопряжено с поиском, выбором, в психическом отражении поступающая информация подвергается специфической обработке.

---

\* Краткий психологический словарь / под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского (любое издание).

Психическое отражение характеризуется рядом особенностей:

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

### **Основные формы проявления психики**

- 1) психические процессы – кратковременные психические явления, имеющие достаточно четко выделенное начало и конец (познавательные, эмоционально-волевые, волевые);
- 2) психические состояния – могут быть достаточно продолжительными, хотя при изменении условий или при адаптации могут быстро изменяться (творческий подъем, апатия, угнетенность);
- 3) свойства личности – более стабильны. Проявляются одинаковым образом в разных условиях, могут меняться в условиях воспитания и самовоспитания (темперамент, характер, способности, направленности).

Итак, современная психология как наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики, представляет собой широко разветвленную область человеческих знаний. В ней выделяют много различных отраслей, каждая из которых представляет собой относительно самостоятельное направление научных исследований. Задачи, стоящие перед этими отраслями, являются конкретизацией основных проблем психологии.

Таким образом, психология – это не одна наука, а комплекс наук.

Основная задача психологии – изучение объективных закономерностей функционирования психической деятельности и ее развития. Эти закономерности раскрывают, как объективный мир отражается в мозгу человека, как в силу этого регулируются его действия, развивается психическая деятельность и формируются психические свойства личности.

Также можно выделить ряд других задач:

- 1) изучение качественных особенностей психических явлений и процессов (теоретическое и практическое значение);
- 2) анализ становления и развития психических явлений и процессов в связи с детерминированностью психики объективными условиями жизни и деятельности людей;
- 3) исследование физиологических механизмов, которые лежат в основе психических явлений, ибо без их знания невозможно правильно овладеть практическими средствами их формирования и развития;

4) содействие планомерному внедрению научных знаний психологии в практику (разработка методик, рационализация процесса труда в различных видах деятельности людей).

Современная психология как наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики, представляет собой широко разветвленную область человеческих знаний. В ней выделяют много различных **отраслей**, каждая из которых является относительно самостоятельным направлением научных исследований. Задачи, стоящие перед этими отраслями, являются конкретизацией основных проблем психологии.

Отрасли психологии отражают процесс внутренней дифференциации науки. Их можно классифицировать по различным основаниям: по сферам и видам деятельности – психология труда, политическая, экономическая, социальная, авиационная психология и др.; по объекту и специфике развития – психология животных, психология человека, детская и возрастная психология, патопсихология.

Также разделяют: а) базовые отрасли, которые направлены на понимание и объяснение психики и поведения людей независимо от того, какой конкретной деятельностью они занимаются; б) специальные отрасли, направленные на исследование поведения и психологии людей в условиях конкретной теоретической или практической деятельности.

Психология как самостоятельная наука находится в постоянном «контакте» с другими дисциплинами, и отношения между ними складываются двояким образом. В целом типы связей психологии с другими науками можно представить так:



Единство психологии, несмотря на разнообразие отраслей, определяется единым предметом и единым методом. Различные отрасли и парадигмы разрабатывают различные аспекты единого предмета психологии, используя различные методики в соответствии с единым методом.

**Методы психологии** – основные пути и приемы научного познания психических явлений и их закономерностей.



В психологии используются общенаучные специальные методы, с помощью которых выявляются существенные психологические факторы, закономерности психики, основные методы психологии.

К основным методам относят наблюдение и эксперимент.

**Наблюдение** – это преднамеренное, систематическое и целенаправленное восприятие внешнего поведения человека с целью его последующего анализа и объяснения. Виды: житейское, научное; полевое, лабораторное; включенное, не включенное, скрытое, открытое.

**Эксперимент** – метод психологического познания, отличающийся активным вмешательством в ситуацию со стороны исследователя, манипулированием одной или несколькими переменными и регистрацией изменений в поведении изучаемого объекта. Виды: лабораторный, констатирующий, естественный; обучающий, формирующий, воспитывающий.

К вспомогательным методам относятся: анализ продуктов деятельности (графология, анализ рисунков, контент-анализ); биографический метод; близнецовый метод; социометрия; моделирование; тесты (прогнозирующие, диагностирующие); опрос (беседа, интервью, анкета).

### **Вопросы для самоконтроля**

1. Почему психология развивалась в лоне философии?
2. Перечислите 5 отличий житейской психологии от научной.
3. Какие трудности возникают при определении предмета психологии?
4. Зачем человеку нужна психика?
5. Какую роль в жизни человека играет психическое отражение?
6. Какие психологические методы вы знаете?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2002.
2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Омега-Л, 2005.
4. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2 т. М.: Мир, 2004.
5. Дружинин В.Н. Психология: учебник для гуманитарных вузов. СПб.: Питер, 2003.
6. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.
7. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
8. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъектности. М.: Школа-Пресс, 1995.

## Тема 2. Сущность психического

Становление психики в филогенезе отражено в теории психического отражения А.Н. Леонтьева.

**Отражение** – всеобщее свойство материи, заключающееся в способности объектов воспроизводить с различной степенью адекватности признаки, структурные характеристики и отношения других объектов (определение А.Н. Леонтьева).

Можно выделить три вида отражения.

**Физическое отражение** – простейший вид отражения, способный отражать лишь начальные формы движения. На **поздней** его стадии возникает элементарная чувствительность (тропизм), представляющая собой начальную стадию приспособления простейших организмов к внешней среде на основе присущего им свойства раздражимости.

**Физиологическое отражение** – более сложный вид отражения, соответствующий органической жизни (органическому движению). На **низшей** его стадии сформировалась простейшая рефлекторная деятельность животных, которая характеризовалась тем, что: а) она совершается всегда как ответ на внешнее раздражение; б) при наступлении раздражения содержание ответного движения, его сила и направленность находятся в полном соответствии с особенностями раздражения. На **высшей** стадии физиологического отражения сформировались сложные условные рефлексы животных, позволяющие осуществлять предметное восприятие.

**Психическое отражение** – самый сложный и наиболее развитый вид отражения. На **низших** его стадиях психика животных достигает самых совершенных форм его развития, носящих название интеллектуального поведения. На **высшей** его стадии сформировались сознание и самосознание людей, специфика их проявления в общественной жизни.

А.Н. Леонтьев выделяет в эволюционном развитии психики 3 стадии:

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

Согласно А.Н. Леонтьеву, высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу, – **сознание**. Это непрерывно изменяющаяся совокупность чувственных и умственных образов, непосредственно предстающих перед субъектом в его «внутреннем аспекте» и предвосхищающих его практическую деятельность.

Сознание характеризуется: активностью, интенциональностью (направленностью на предмет), способностью к рефлексии, самонаблюдением, мотивационно-ценностным характером, различной степенью ясности.

Сознание лишено собственной психической специфики – благодаря ему перед индивидом предстают различные явления, составляющие содержание конкретных психических функций. Следовательно, сознание рассматривается как общее бескачественное условие существования психики (здесь сознание сводится к фикции, его нельзя локализовать во внешнем пространстве, нельзя расчленить во времени).

Итак, психика – это отражение объективной действительности. Именно поэтому изучение психических законов означает установление зависимости психических явлений от объективных условий жизни и деятельности человека. На уровне человека психика приобретает качественно новый характер в силу того, что его биологическая природа преобразуется социокультурными факторами, благодаря которым возникает внутренний план жизнедеятельности – сознание, а индивид становится личностью.

**Проблема соотношения биологического (природного) и социального в человеке.** Человек, являющийся и продуктом, и субъектом исторического процесса, не может сохранить биологическую структуру, рядоположенную и равноправную подструктуре социальной. Природные предпосылки развития индивида, его телесная ориентация, нервная и эндокринная системы, преимущества и дефекты физической организации влияют на формирование его индивидуально-психологических особенностей. Однако биологическое, входя в личность человека, становится социальным.

Таким образом, природные, органические стороны и черты существуют в структуре индивидуальности человеческой личности как социально обусловленные ее элементы. **Природное** (анатомические, физиологические и другие качества) и **социальное** образуют единство и не могут быть механически противопоставлены друг другу.

Становление и развитие психики в онтогенезе отражено в культурно-исторической теории Л.С. Выготского.

Два предположения культурно-исторической теории:

1) при переходе от животных к человеку произошло кардинальное изменение взаимоотношений субъекта с окружающей средой. Человек ознаменовал свое появление тем, что начал действовать на природу и видоизменять ее; он оказался способен к овладению природой, благодаря использованию орудий;

2) человек научился овладевать собственной психикой, появились определенные формы деятельности (высшие психические функции). По-

добно тому, как человек овладевает природой с помощью орудий, он овладевает собственным поведением тоже с помощью орудий, но только орудий особого рода – психологических (знаки).

На всех этапах онтогенетического развития психика человеческого индивида подчиняется закону, сформулированному Л.С. Выготским: «Всякая высшая психическая функция в развитии ребенка появляется на сцене дважды: сперва как деятельность коллективная, социальная... второй раз как деятельность индивидуальная, как внутренний способ мышления ребенка...».

Преобразование интерпсихологических отношений в интрапсихологические Л.С. Выготский называл процессом **интериоризации**. В онтогенезе можно выделить следующие **стадии** интериоризации:

- 1) взрослый действует словом на ребенка, побуждая что-то делать,
- 2) ребенок перенимает от взрослого способ обращения и начинает воздействовать словом на взрослого,
- 3) ребенок начинает воздействовать словом на себя.

Таким образом, а) происходит рождение средства-знака в процессе общения и б) превращение его из внешней формы во внутреннюю (т.е. его интериоризация).

### **Основные положения теории Л.С. Выготского**

1. Принципиальное отличие человека от животных состоит в том, что он овладел природой с помощью орудий. Это наложило отпечаток на его психику: он научился овладевать собственными психическими функциями. Для этого он также использует орудия, но орудия особые, психологические. В качестве таких орудий выступают знаки, или знаковые средства. Они имеют культурное происхождение. Наиболее типичной и универсальной системой знаков является речь.

2. Первоначально – в фило- и онтогенезе – психологические орудия выступают во внешней, материальной форме и используются в общении как средства воздействия на другого человека. Со временем человек начинает обращать их на себя, свою собственную психику. Интериндивидуальные отношения превращаются в интраиндивидуальные акты самоуправления. При этом психологические орудия из внешней формы переходят во внутреннюю, т. е. становятся умственными средствами.

В целом, высшие психические функции человека отличаются от низших, или естественных, психических функций животных по своим свойствам, строению, происхождению: они произвольны, опосредованны, социальны.

### **Вопросы для самоконтроля**

1. Перечислите виды отражения.
2. На какой стадии согласно периодизации А.Н. Леонтьева находится человек и почему?
3. Перечислите основные характеристики сознания.
4. Как в человеке соотносится биологическое и социальное? Приведите примеры.
5. Что такое высшие психические функции?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Выготский Л.С. Лекции по психологии. М.: Союз, 2006.
2. Выготский Л.С. Психология. М.: Эксмо-Пресс, 2000.
3. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Омега-Л, 2005.
5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия, 2004.
6. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, 2001.
7. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
8. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов н/Д.: Феникс, 2002.

## **Лабораторно-практическое занятие № 1** **Введение в психологию**

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: психология, психическое отражение, предмет психологии, психика, психические процессы, состояния, свойства.

### **Вопросы для обсуждения**

1. Наука психология и ее место в системе наук.
2. Психика как предмет психологии.
3. Основные отрасли психологии.
4. Основные проблемы социальной, возрастной, педагогической психологии.
5. Сущность психического отражения.

**Практическое задание:** ролевая игра «Интеграция психологических знаний в различных отраслях народного хозяйства».

Участники каждой группы оценивают значение психологических знаний в одной из областей: а) военной, б) медицине, в) юриспруденции, г) педагогике, д) спорте, е) в производстве.

**Формы контроля:**

1. устный опрос;
2. контрольная работа («Психологическое дерево»).

**Лабораторно-практическое занятие № 2  
Методы исследования психологии**

**Цель:** 1) знакомство с основными и вспомогательными методами психологического исследования; 2) формирование практических навыков наблюдения.

**Вопросы для обсуждения**

1. Проблема метода исследования в психологии.
2. Экспериментальные методы в психологии.
3. Описательные методы в психологии.
4. Психодиагностические тесты.
5. Типы и виды опроса.
6. Моделирование в психологии.

**Практическое задание:** проведение учебного наблюдения с целью выявления профессиональной пригодности испытуемого для трех профессий: резидент, учитель, космонавт. Студенты самостоятельно выделяют категории и единицы наблюдения. Далее в течение недели проводится скрытое наблюдение.

**Формы контроля:**

1. опрос;
2. отчет о проведенном наблюдении.

## РАЗДЕЛ 2. ОБЩИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССАХ

### Тема 1. Познавательные процессы

Познавательные процессы входят как составные единицы в любую человеческую деятельность, обеспечивая ее эффективность. Они осуществляются в виде отдельных познавательных действий, каждое из которых представляет собой целостный технический акт, состоящий нераздельно из всех видов психических процессов. Одно из них обычно является ведущим, определяющим характер данного познавательного действия.

Познавательные процессы обеспечивают отражение объективного содержания стимулов из внутренней и внешней среды. Они не просто отражают окружающий мир, но и моделируют его, создавая ситуации, которые реально не существуют. Это планирование, цель, построение программы деятельности.

Базовые познавательные процессы – ощущение и восприятие. Оба эти процесса первичны – возникают при непосредственном воздействии раздражителей на органы чувств, являются продуктом деятельности нервной системы. Вся человеческая деятельность базируется на ощущении и восприятии, через них поступает непосредственная информация об окружающем мире.

**Ощущение** – психический процесс отражения отдельных качеств предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств. Оно выступает первоосновой для процесса познания, восприятия.

Генетически ощущения возникли на основе раздражимости, понимаемой как особое свойство живой материи избирательно реагировать на биологически значимые воздействия среды. Ощущения – это чувствительность к раздражителям, не имеющим прямого экологического значения (здесь имеется в виду связь между биотическими и абиотическими факторами среды).

#### **Функции** ощущения:

- ориентация во времени,
- ориентация в пространстве,
- построение схемы тела,
- выполнение простейших действий.



Рис. 1. Процесс ощущения

### Классификация ощущений

- по контакту с раздражителем (дистантные, контактные);
- по расположению рецептора (интерорецептивные, проприоцептивные, экстерорецептивные);
- по модальности.

В области ощущений можно выделить определенные закономерности, например, существование чувствительности.

**Пороги ощущений** – величины раздражений, при которых ощущения возникают, могут сохраняться, а однородные ощущения отличаются друг от друга. Таких порогов три: 1) нижний (абсолютный) – минимальная сила раздражителя, при которой возникает едва заметное ощущение; 2) верхний – наибольшая сила раздражителя, при которой еще сохраняется ощущение определенного вида; 3) пороги различения – наименьшая величина, на которую нужно увеличить или уменьшить интенсивность действующего раздражения для того, чтобы впервые возникло ощущение его изменения.

Пороги ощущений тесно связаны с чувствительностью анализаторов: чем ниже абсолютный порог, тем выше чувствительность.

**Восприятие** – форма целостного психического отражения предметов или явлений объективного мира при их непосредственном воздействии в данный момент на рецепторные поверхности органов чувств.

В ходе восприятия происходит группировка отдельных ощущений в целостные образы вещей и событий. Однако образ восприятия не сводится к простой сумме ощущений, хотя и включает их в себя.

### Классификация восприятия осуществляется на основе:

1) преобладания того или иного анализатора в перцептивной деятельности (зрительного, слухового, осязательного, обонятельного, кинестетического, вкусового);

2) объекта восприятия (восприятие пространства, времени, движения). Восприятие окружающего мира комплексно, осуществляется с помощью внимания, памяти, мышления;



3) участия в процессе восприятия других психологических образований (эмоциональное, рациональное).

### **Свойства восприятия**

1) предметность – отнесенность образов восприятия к определению явлений или предметов объективной действительности (связь субъекта с субъективным миром);

2) целостность – образы восприятия – целостные, законченные структуры;

3) осмысленность (связь восприятия с мышлением) – то, что мы воспринимаем, мы осознаем, понимаем, *что* это такое;

4) константность – относительное постоянство воспринимаемой формы, величины, цвета предмета, независимо от значительных изменений условий восприятия;

5) категориальность – отношение воспринимаемого предмета к какой-либо категории.

**Внимание** – это психическое состояние, характеризующее интенсивность познавательной деятельности и выражающееся в направленности и сосредоточенности сознания человека на определенных объектах.

Внимание а) не выступает как самостоятельный процесс; б) не имеет своего отдельного специфического продукта.

### **Виды внимания:**

– внешнее – направленность сознания на предметы и явления внешней среды, на собственные действия, поступки;

– внутреннее – направленность сознания на явления и состояния внутренней среды организма;

– произвольное – сосредоточенность сознания зависит от цели деятельности, задачи, требует психического напряжения, субъект овладевает объектом;

– непроизвольное – возникает без предварительно поставленной цели, независимо от воли, усилий субъекта, объект овладевает субъектом, не требует психического напряжения;

– постпроизвольное – возникает на основе произвольного, поддерживается осознаваемой ценностью объекта, не требует психического напряжения.

### **Свойства внимания (особенности его проявления):**

1) концентрация – сосредоточенность субъекта на объекте, сила поглощенности его этим объектом (интенсивность);

2) объем – количество однородных предметов ( $7 \pm 2$ ), которое охватывает внимание одновременно;

3) **распределенность** – возможность одновременного выполнения нескольких видов действий, способность контролировать несколько независимых процессов, не теряя ни одного из них из поля зрения;

4) **переключаемость** – способность осуществить намеренный перенос внимания с одного объекта на другой;

5) **устойчивость** – определяется длительностью, в течение которой сохраняется концентрация внимания (зависит от особенностей материала, степени его трудности, понятности, отношения к нему субъекта).

**Память** – запоминание, сохранение, воспроизведение того, что человек воспринимал, думал, переживал или делал когда-то, т. е. отражение прошлого опыта, обстоятельств жизни и деятельности личности.

Память служит основой непрерывности психической деятельности, связывая прошлое, настоящее, будущее.

### **Основные процессы памяти**

**Запоминание** – процесс запечатления в сознании поступающей информации в виде образов, мыслей, переживаний, действий. Бывает произвольным и произвольным. **Сохранение** – удержание в памяти в течение более или менее длительного времени и переработка того, что было запечатлено, что запомнилось. Сохраняется значимый материал, повторяемый, часто используемый в деятельности, хорошо понятый, запоминаемый с установкой «запомнить надолго». Это динамический процесс, совершающийся на основе организованного усвоения (включает переработку материала). **Забывание** – процесс, противоположный запоминанию. Протекает в основном произвольно. Благодаря забыванию запоминаемый материал обобщается, стираются мелкие детали. Частично забытое трудно воспроизвести, но можно легко узнать. **Воспроизведение** – избирательное оживление хранящейся в памяти информации в связи с потребностями человека, конкретными обстоятельствами и задачами деятельности. Разновидность воспроизведения – узнавание – проявляется при вторичном восприятии объекта. Может быть произвольным (ассоциации), произвольным (цель осознается, прилагаются волевые усилия). Разновидность воспроизведения – припоминание.

### **Виды памяти**

– по цели: произвольная, произвольная;

– по времени сохранения информации: сенсорная, кратковременная, долговременная, оперативная (промежуточная).

**Воображение** – процесс воспроизведения и преобразования хранящихся в памяти образов, предметов и явлений действительности, создания на этой основе в новых сочетаниях и связях новых образов новых предме-

тов, явлений, действий, условий деятельности. Это умение строить новые образы (осознание того, что еще пока не существует актуально).

Важнейшее значение воображения состоит в представлении результатов труда до его начала (ориентировочная, направляющая функция), причем не только конечных, но и промежуточных продуктов труда.

### **Виды воображения**

- по степени субъективности: произвольное (воссоздающее, творческое), произвольное;
- по степени активности: активное (воссоздающее, творческое), пассивное (преднамеренное – грезы, непреднамеренное – сон, галлюцинации);
- по отношению к будущему (мечты – позволяют человеку наметить будущее, организовать поведение, чтобы осуществить мечту; фантазии – заместитель действия; это будущее никогда не наступит).

**Творческое** воображение – самостоятельное создание новых образов, которые реализуются в оригинальных продуктах деятельности. Это продуцирование оригинального образа без опоры на готовое описание или условное изображение. Этот вид воображения играет важную роль во всех видах творческой деятельности людей.

**Мышление** – процесс опосредованного и обобщенного отражения, установления существующих связей и отношений между предметами и явлениями действительности.

Благодаря мышлению человек познает не только то, что непосредственно воспринимает или может воспринимать, но и то, что сокрыто от прямого восприятия. Мышление обеспечивает дальнейшее более глубокое познание.

**Функции** мышления: а) регулирующая; б) познавательная; в) коммуникативная (функции общения).

### **Виды мышления**

- по типу познания: теоретическое, эмпирическое;
- по генезу: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое.
- по степени развернутости: интуитивное, дискурсивное.

### **Мышление как процесс решения задач**

Решение задачи есть процесс достижения поставленной цели, поиск необходимых для этого средств в данных условиях. Задача бывает: а) знакомая (уже решалась кем-то когда-то) – тогда это не мышление, это – память: работает опыт, нет процесса мышления; б) незнакомая – мыслитель-

ная задача должна решиться самим человеком, это – истинный процесс мышления (А.В. Брушлинский).

### Этапы решения мыслительной задачи



**Речь** – сложившаяся исторически в процессе материальной преобразующей деятельности людей форма общения, опосредованная языком и средствами мышления.

#### Функции речи

1) в общении (коммуникативная – взаимодействие, передача информации; экспрессивная – выражение эмоций);

2) в мышлении (сигнализация, обобщение – превращение в слова).

Эти функции взаимодействуют одна с другой и формируются одна через другую.

#### Виды речи

1. Внешняя (экспрессивная, прежде всего – средство общения):

– устная (диалогическая, монологическая);

– письменная;

– аффективная (передача, формирование эмоционального состояния).

2. Внутренняя (импрессивная):

– внутреннее проговаривание (имеет такую же структуру, как и внешняя речь, обеспечивает процесс решения мыслительных задач);

– собственно внутренняя речь (имеет специфическую структуру, это средство мышления);

– внутреннее программирование (построение речевого высказывания).

#### Вопросы для самоконтроля

1. Какую роль играют ощущения в познании?

2. В чем принципиальное отличие ощущения от восприятия?

3. В чем состоит активность восприятия?

4. Что такое внимание?

5. Каков объем кратковременной памяти?
6. Есть ли пределы для творчества?
7. В чем специфика мышления как формы отражения объективного мира?
8. Какова структура решения мыслительной задачи?
9. В чем сходство и различие основных видов речи?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Андерсон Дж. Когнитивная психология. СПб.: Питер, 2002.
2. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. СПб.: Питер, 2004.
3. Боно Э., де. Латеральное мышление. СПб.: Питер, 1997.
4. Брунер Д.С. Психология познания. За пределами непосредственной информации. М.: Прогресс, 1977.
5. Веккер Л.М. Психика и реальность: единая теория психических процессов. М.: Смысл, 2000.
6. Гейвин Х. Когнитивная психология. СПб.: Питер, 2003.
7. Дружинин В.Н. Психология: учебник для гуманитарных вузов. СПб.: Питер, 2003.
8. Зинченко Т.П. Когнитивная и прикладная психология. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЕК», 2000.
9. Линдсей П., Норман Д. Переработка информации у человека: Введение в психологию. М.: Мир, 1974.
10. Логвиненко А.Д. Психология восприятия: учебно-методическое пособие для студентов факультетов психологии государственных университетов. М.: Изд-во МГУ, 1987.
11. Лурия А.Р. Лекции по общей психологии. СПб.: Питер, 2006.
12. Лурия А.Р. Маленькая книжка о большой памяти. Ум мнемониста. М.: Изд-во МГУ, 1968.
13. Найсер У. Познание и реальность. М.: Прогресс, 1981.
14. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
16. Солсо Р. Когнитивная психология. СПб.: Питер, 2002.
17. Холодная М.А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. СПб.: Питер, 2004.
18. Хрестоматия по вниманию // под ред. А.Н Леонтьева, А.А. Пузыря, В.Я. Романова. М.: Изд-во МГУ, 1976.

### Лабораторно-практическое занятие № 3 Ощущение и восприятие

**Цель:** освоение основных понятий по теме: ощущение, виды ощущений, пороги ощущений (абсолютные, дифференциальные, временные), анализатор, рецептор, адаптация, сенсбилизация, синестезия, восприятие (времени, пространства, движения, человека человеком), иллюзии восприятия.

#### Вопросы для обсуждения

1. Понятие об ощущении. Физиологическая основа ощущений. Пороги чувствительности. Психофизиологические закономерности.
2. Виды ощущений.
3. Слуховые ощущения (природа слуховых ощущений, теории слуха, локализация звука, восприятие речи и музыки).
4. Зрительные ощущения (природа зрительных ощущений, цветовая чувствительность, теории цветоощущения).
5. Восприятие. Природа восприятия. Характеристики восприятия.
6. Восприятие времени. Восприятие трехмерного пространства. Восприятие движения. Восприятие человека человеком.

**Практическое задание:** проведение самонаблюдения «Фактическое и желательное распределение времени».

Результаты самонаблюдения заносятся в таблицу.

#### Хронокарта

часы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
1-3							
3-5							
...							
22-24							

При обработке результатов особое внимание уделяется тому, на что не хватает времени, и поиску временных ресурсов.

#### Формы контроля:

1. опрос;
2. отчет о самонаблюдении.

## Лабораторно-практическое занятие № 4

### Внимание. Память. Воображение

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: внимание, виды внимания (произвольное, непроизвольное), принцип доминанты, память, виды, уровни, типы памяти, воображение, творческое воображение.

#### Вопросы для обсуждения

1. Внимание: сущность внимания; теории внимания, физиологические основы внимания, функции и виды внимания, свойства внимания, развитие внимания.
2. Память: общее представление о памяти; органические основы памяти; виды и уровни памяти; теории памяти; формирование и развитие памяти.
3. Воображение: природа воображения; виды воображения; функции воображения, его развитие; воображение и творчество; воображение и личность.

#### Практические задания

*Упражнение на развитие внимания «Муха».*

Для этого упражнения требуется доска с расчерченным на ней девятиклеточным игровым полем 3x3 и небольшая присоска (или кусочек пластилина). Присоска выполняет роль «дрессированной мухи». Доска ставится вертикально и ведущий объясняет участникам, что перемещение «мухи» с одной клетки на другую происходит посредством подачи ей команд, которые она послушно выполняет. По одной из четырех возможных команд («вверх», «вниз», «вправо» и «влево») «муха» перемещается соответственно команде на соседнюю клетку. Исходное положение «мухи» – центральная клетка игрового поля. Команды подаются участниками по очереди. Участники должны, неотступно следя за перемещениями «мухи», не допустить ее выхода за пределы игрового поля.

После всех этих разъяснений начинается сама игра. Она проводится на воображаемом поле, которое каждый из участников представляет перед собой. Если кто-то теряет нить игры или «видит», что «муха» покинула поле, он дает команду «Стоп» и, вернув «муху» на центральную клетку, начинает игру сначала. «Муха» требует от играющих постоянной сосредоточенности.

Также студентам предлагается рассказать о том, как сделать максимально эффективной подготовку к экзаменам с учетом теоретических знаний об особенностях памяти.

Для оценки яркости/четкости представлений (по методу саморанжирования) проводится проверка выполненных заданий.

## **Задания**

Подумайте о ком-нибудь из ваших родственников или друзей, которых вы часто видите. Оцените по предложенной шкале представления, которые будут возникать в соответствии с вопросами.

## **Вопросы**

1. Представьте точные контуры лица, головы, тела этого человека.
2. Представьте характерные положения головы и позы его тела.
3. Представьте его осанку, манеру держаться, походку, длину шага, представьте все это в едином образе.
4. Представьте цвета его одежды, хорошо вам знакомой.

Представьте и оцените по шкале следующие сцены восхода солнца.

5. Солнце встает в подернутое дымкой небо.
6. Солнце встает в синее небо.
7. Встает солнце, на небе радуга.

Представьте и оцените по шкале следующие сцены, связанные с магазином, куда вы часто ходите.

8. Представьте полную картину магазина с противоположной стороны улицы.
9. Представьте витрину этого магазина с товаром.
10. Представьте, что вы входите в магазин, идете к прилавку; представьте продавца, его руки, он отпускает товар, дает сдачу.

Представьте деревенский уголок с деревьями, горами, озером.

11. Представьте данный ландшафт в целом.
12. Представьте деревья, их цвет и размер.
13. Представьте цвет и размер озера.
14. Представьте, что подул ветер, деревья зашумели, на озере появилась рябь.

Шкала оценок:

- 5 – представления абсолютно яркие, четкие, чистые, как образ восприятия;
- 4 – представление яркое, четкое, чистое;
- 3 – представление средней яркости/четкости;
- 2 – представление неясное, тусклое, смутное;
- 1 – представления нет вообще: вы только знаете, что вы думаете о предмете.



Оценки испытуемых заносятся в протокол

Номер задания в опроснике	Балл
1	
...	
14	
Средний балл:	

При анализе результатов выявляются индивидуальные различия между участниками. Обсуждается, с какими качествами памяти, внимания связана яркость представлений.

**Форма контроля** – опрос.

### **Лабораторно-практическое занятие № 5** **Мышление. Речь**

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: мышление, операции (анализ, синтез, абстракция, сравнение, обобщение), логика, понятие, суждение, умозаключение, интеллект, речь, эгоцентрическая речь.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Мышление: природа мышления; виды мышления; теории мышления; интеллект; развитие мышления.
2. Речь: функции речи; виды речи; развитие речи.
3. Речь и мышление.

#### **Практические задания**

Упражнение для повышения продуктивности мыслительной деятельности:

- в быстром темпе сосчитать от ста до единицы;
- быстро назвать 20 редко встречающихся женских и столько же мужских имен;
- назвать 20 слов, начинающихся с одной буквы;
- составить 20 предложений с одним и тем же словом;
- придумать 20 способов использования стула (ручки, стола);
- вспомнить, какая музыка усиливает творческие способности;
- определить, какой цвет благоприятствует творчеству, какое время суток наиболее продуктивно.

Знакомство с психодиагностическими методиками исследования интеллекта (тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра).

Написать рефлексивное эссе «Как я мыслю, когда я мыслю».

**Формы контроля:**

- 1) опрос;
- 2) рефлексивное эссе;
- 3) контрольная работа по познавательным процессам (см. бланк).

Отметьте в бланке, к каким познавательным процессам относятся перечисленные психологические явления:

Виды, свойства, качества, операции	Ощущение	Восприятие	Внимание	Память	Мышление	Воображение
Абстрагирование						
Аглютинация						
Анализ						
Апперцепция						
Гиперболизация						
Избирательность						
Интенсивность						
Константность						
Концентрация						
Непроизвольность						
Обобщение						
Переключение						
Предметность						
Произвольность						
Пространственная локализация						
Распределение						
Сенсбилизация						
Синестезия						
Синтез						
Сравнение						
Структурность						
Типизация						
Устойчивость						
Целостность						

## Тема 2. Характеристика эмоционально-волевых процессов

Эмоции и чувства – это переживание человеком своего отношения к тому, что он воспринимает или представляет, о чем мыслит или говорит, что он делает, к чему стремится. Субъективно эти отношения переживаются как приятные или неприятные.

Источниками эмоций и чувств служат объективно существующие предметы и явления, выполняемая деятельность, изменения, происходящие в нашем организме. В разное время значимость одних и тех же предметов для человека бывает неодинакова. Своеобразие эмоций и чувств определяется потребностями, стремлениями, намерениями человека, особенностями его воли, характера. С изменением мотивов меняется и его отношение к предмету потребности. В этом проявляется личностное отношение человека к действительности.

**Эмоции** – это класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами и отражающих в форме непосредственно-чувственных переживаний значимость действующих на субъекта явлений и ситуаций. **Чувства** – это отношение человека к миру, к тому, что он делает, что с ним происходит в его непосредственном переживании.

### Функции эмоций

1. Функция оценки – в процессе переживания происходит оценка и выражается значимость предметов, явлений, ситуаций для достижения целей и удовлетворения потребностей человека.

2. Регулирующая – эмоции направляют поведение, поддерживают его, заставляют преодолевать препятствия.

3. Экспрессивная (выразительная) – эмоции и чувства сопровождаются выразительными движениями, изменениями голоса, вегетативными изменениями.

### Формы и виды эмоций

Эмоциональный мир человека многообразен и разнокачественен. К эмоциональным процессам, или переживаниям, относят собственно эмоции, аффекты, настроения, страсти, стрессы, чувства.

**Аффект** – сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резким изменением в сознательной деятельности и выраженными двигательными проявлениями. Проявления: а) заторможенность сознательной деятельности; б) сознательный контроль за поведением у человека нарушается; в) феномен «суженного сознания» (сознание – арестованное, поглощается поразившими аффект обстоятельствами и навязанными действиями); г) потеря памяти (амнезия).

Повторение ситуаций, вызывающих резко отрицательное эмоциональное состояние, ведет к аккумуляции аффекта, который может разрядиться в бурном, неуправляемом аффективном взрыве.

**Собственно эмоции** – более длительные и менее интенсивные состояния. Проявления: а) ситуативный характер (оценочное отношение к определенной ситуации, к своей деятельности, действиям); б) идеаторный характер – способны предвосхищать ситуации и события, которые реально не наступили, а возникают в связи с представлениями о пережитых или воображаемых ситуациях; в) их способность к обобщению и коммуникации (связь с общением); г) предметность (эмоции возникают по поводу чего-либо реально существующего или воображаемого предмета).

**Настроение** – устойчивое эмоциональное состояние, относительно слабо выраженное. Придает эмоциональную окраску всему поведению человека, выражается во всех его проявлениях. Проявления: а) не предметны, а личностны (не просто рад чему-то, а ему радостно – С.Л. Рубинштейн); б) разлитое общее состояние.

**Страсть** – сильное, глубокое, абсолютно доминирующее эмоциональное переживание. Выражается в сосредоточенности, собранности мыслей и сил, их направленности на единую цель. Проявления: а) захватывает человека (человек находится во власти какой-либо силы); б) может быть великой и пагубной; в) основной признак – действенность, единство волевых и эмоциональных компонентов.

**Стресс** – особая форма эмоционального переживания, возникающего в экстремальной жизненной ситуации, требующей от человека мобилизации нервно-психических сил. Проявления: а) возникает в ситуации угрозы, опасности; б) приводит к изменениям в протекании психических процессов, эмоциональным сдвигам, нарушениям двигательного и речевого поведения, трансформации мотивационной структуры; в) необходим для адаптации организма к изменяющимся условиям существования.

**Чувство** – одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности. Проявления: а) устойчиво; б) постоянно; в) надпредметно; г) имеет постоянную мотивационную значимость; д) возникает как обобщение эмоций.

Чувства обычно классифицируют по содержанию (моральные, интеллектуальные, эстетические) и по силе стремления к объекту (страсти, увлечения).

### **Теории эмоций**

Впервые эмоционально-выразительные движения стали предметом изучения **Ч. Дарвина**. На основе сравнительных исследований эмоциональных движений млекопитающих Дарвин создал **биологическую концепцию** эмоций, согласно которой выразительные эмоциональные движения рассматривались как рудимент целесообразных инстинктивных дейст-

вий, 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, как приспособительный фактор в жизни животного мира. Эмоция выступает как своеобразный инструмент, оптимизирующий жизненный процесс и тем самым способствующий сохранению как отдельной особи, так и всего вида.

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.

Хотя наличие потребности – обязательное условие возникновения эмоции, оно вряд ли является единственным и достаточным. Это положение стало отправной точкой для построения **П.В. Симоновым информационной теории эмоций**. Согласно П.В. Симонову, 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: 1) эмоция не возникает, если потребность отсутствует или удовлетворена, а при наличии потребности – если система вполне информирована; 2) при дефиците наличной информации появляется отрицательная эмоция, достигающая максимума в случае полного отсутствия информации; 3) 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).

**Д. Джеймс** и независимо от него **Н.Н. 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. Другими словами, эмоциогенный сигнал, действуя на мозг, включает определенное поведение, а обратная соматосенсорная и висцеросенсорная афферентация вызы-

вает эмоцию. Суть своей теории Д. Джеймс выразил парадоксом: «Мы чувствуем печаль, потому что плачем, мы боимся, потому что дрожим».

В данном аспекте представляет интерес концепция М.Б. Арнольда, согласно которой интуитивная оценка ситуации (например, угрозы) вызывает тенденцию действовать, что, будучи выраженным в различных телесных изменениях, переживается как эмоция и может привести к действию. Если Д. Джеймс говорил: «Мы боимся, потому что мы дрожим», то из концепции М.Б. Арнольда следует, что мы боимся потому, что решили, будто нам угрожают.

Теория Д. Джеймса – Н.Н. 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. Ощущение выступает здесь как первичное явление по отношению к эмоции, которая рассматривается как ее прямое производное.

Д. Биндра после критического анализа существующих теорий эмоций пришел к выводу, что нельзя провести жесткое разграничение между эмоцией и мотивацией, между соответствующими типично-видовыми действиями. Нет доказательств, что эмоции вызываются только стимулами внешней среды, а мотивации – только изменениями внутренней среды организма. Нет оснований признавать существование какого-либо единого специфического церебрального процесса в качестве «эмоционального процесса», постулируемого рядом теорий. Эмоция не существует ни как единый процесс, ни как отдельный класс поведенческих реакций, и она 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.

Д. Биндра выдвигает собственную концепцию «центрального мотивационного состояния» – комплекса нервных процессов, возникающего 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.

**Воля** – сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий.

**Волевое действие** – это действие, необходимыми признаками которого является осознанность и намеренность, а главным признаком – недостаток побуждения и восполнение его.

**Основные функции воли:** направляющая, побудительная, самости-мулирующая: прямая (фразы, слова), косвенная (образы, представления).

Волевая регуляция не нужна там, где имеется актуально переживаемая потребность, обеспечивающая побуждение к действию, где действие имеет для человека определенный положительный смысл. Необходимость волевой регуляции возникает при недостатке побуждения к действию, которое, тем не менее, должно быть осуществлено.

### Общие характеристики волевого действия



### Схема этапов волевого действия



### Волевые качества личности

**Инициативность** – умение взяться за дело по собственному почину, не дожидаясь стимуляции извне, является ценным свойством воли. Существенную роль в инициативности играет известная интенсивность и яркость побуждений; немаловажное значение имеют и интеллектуальные данные.

**Самостоятельность**, независимость как существенная особенность воли. Ее прямой противоположностью является подверженность чужим влияниям, легкая внушаемость. Подлинная самостоятельность воли предполагает ее сознательную мотивированность и обоснованность. Неподверженность чужим влияниям и внушениям является не своеволием, а подлинным проявлением самостоятельной собственной воли, поскольку сам человек усматривает объективные основания для того, чтобы поступить так, а не иначе.

**Решительность** выражается в быстроте и, главное, уверенности, с которой принимается решение, а также твердости, с которой оно сохраняется. Нерешительность может проявиться как в длительных колебаниях до принятия решения, так и в неустойчивости самого решения. Сама решительность может быть различной природы, в зависимости от роли, которую в ней играют импульсивность и обдуманность.

**Настойчивость** при приведении в исполнение принятого решения, в борьбе со всяческими препятствиями за достижение цели. Настойчивость проявляется в неослабности энергии в течение длительного периода, невзирая на трудности и препятствия. Настойчивость наряду с решительностью является особенно существенным свойством воли.

Волевые действия, как и вся психическая деятельность, связаны с функционированием мозга. Важную роль при осуществлении волевых действий выполняют лобные доли мозга, в которых, как показали исследования, происходит сличение достигнутого каждый раз результата с предварительно составленной программой цели. Поражение лобных долей приводит к **абулии** – болезненному безволию.

### **Вопросы для самоконтроля**

1. Чем эмоции отличаются от чувств и аффектов?
2. Перечислите основные проявления аффекта.
3. В чем заключается различие между страстью и аффектом; стрессом и настроением?
4. Почему человеческие чувства двойственны?
5. Какие возможны классификации чувств?
6. Что такое воля? Для чего она нужна человеку?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Березин С.В., Турусова О.В. Общая психология. Самара: Изд-во «Самарский университет», 1994.
2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: М: Просвещение, 1986.
3. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2 т. М.: Мир, 2004.
4. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Прогресс, 1976.
5. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. М.: Правда, 1987.
6. Додонов Б.И. В мире эмоций. Киев: Изд-во полит. лит. Украины, 1987.
7. Дружинин В.Н. Психология: учебник для гуманитарных вузов. СПб.: Питер, 2003.
8. Изард Е. Эмоции человека. СПб.: Питер, 2000.
9. Ильин В.П. Психология воли. СПб.: Питер, 2000.
10. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, 2001.



11. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
13. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъектности. М.: Школа-Пресс, 1995.
14. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-н/Д.: Феникс, 2002.

### **Лабораторно-практическое занятие № 6** **Эмоции и воля**

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: эмоции, чувства, аффект, настроение, страсть, стресс, теории эмоций, экспрессивность, воля, волевые качества личности.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Понятие воли.
2. Теории воли.
3. Эмоциональная сфера человека.
4. Психологические теории эмоций.

#### **Практические задания**

Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии. Студентам предлагается выбрать одну из эмоций и изобразить человека, испытывающего эту эмоцию. Задача остальных участников – угадать, какая эмоция изображается.

Написать рефлексивное эссе на тему «Как я управляю собой».

#### **Формы контроля:**

- 1) опрос;
- 2) рефлексивное эссе.

### РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Деятельность** – это целеустремленная активность, реализующая потребности субъекта. Это специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования.

Особая роль в изучении категории деятельности принадлежит А.Н. Леонтьеву\*. Именно он заложил основы деятельностного подхода в психологии.

Он различал (а) **внешнюю** деятельность (чувственно-предметная, материальная, первична) и (б) **внутреннюю** (оперирование образами, представлениями о предметах, вторична).

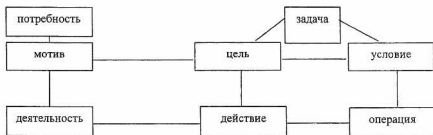
Процесс перехода внешней предметной деятельности во внутреннюю обозначается термином «**интериоризация**», обратный переход или перенос соответствующих действий в умственный план обозначается термином «**экстериоризация**».

#### Психологическое строение деятельности

1. Предметное содержание деятельности (внутренний план осуществления ее деятельности, ее образ, то, на основе чего она строится).

2. Структурные элементы: это реализация деятельности, сама деятельность во плоти.

3. Психологическое содержание деятельности. Также выделяют так называемый третий пласт – взаимные переходы, превращения отдельных структурных элементов. Это – динамика деятельности, ее трансформация.



**Потребность** – состояние человека, выражающее его зависимость от материальных и духовных предметов и условий существования, находящихся вне индивида. Это – состояние объективной нужды организма в чем-то, что лежит вне его и составляет необходимое условие его нормального существования.

\* Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия, 2004.

Человек рождается с тремя видами потребностей: биологические; потребность в контактах с себе подобными; познавательные потребности (потребность во внешних впечатлениях).

**Мотив** – это предмет потребности; то, ради чего совершается действие.

– человеческая деятельность полимотивирована;

– в любой деятельности существует главный мотив – ведущий и второстепенный – мотив-стимул (они дополнительно стимулируют деятельность);

– любые мотивы до определенного возраста не осознаются. С возрастом возникают жизненные цели, которые направляют деятельность человека в течение длительных периодов его жизни (это мотивы-цели, они осознаются). Другие, неосознаваемые мотивы предстают в сознании в виде эмоций и личностных смыслов (**эмоция** – отражение отношения результата деятельности к ее мотиву; **личностные смыслы** – переживание повышенной субъективной значимости предмета, действия или события, оказавшихся в поле ведущего мотива).

**Цель** – представляемый или мыслимый результат деятельности, сознательный образ желаемого результата.

**Задача** – цель, представленная в определенных условиях, требует выполнения действия, направленного на создание или получение предмета, отвечающего требованиям мотива и удовлетворяющего потребность.

**Действие** – составная часть деятельности, отвечает осознаваемой цели. Это процесс, направленный на реализацию поставленной цели.

Действие – основная единица анализа психической жизни человека.

Оно:

– включает в качестве необходимого компонента акт сознания в виде постановки и удержания цели;

– одновременно и акт поведения (принцип единства сознания и деятельности);

– через понятие «действие» теория деятельности утверждает принцип активности, противопоставляя его принципу реактивности; действие – это активный, целенаправленный процесс;

– предметно: реализуют социальные-производственные и культурные цели принцип предметности человеческой деятельности и принцип ее социальной обусловленности.

**Операции** – способы осуществления выполнения действия; это – преобразованные действия, действия, ставшие способами осуществления других, более сложных действий.

Операции характеризуют техническую сторону выполнения действий. Они

– мало осознаются или совсем не осознаются;

– бывают двух родов: 1) возникают путем адаптации, непосредственного подражания; 2) возникают из действия путем его автоматизации;

– всякое сложное действие состоит из слоя действий и слоя операций; граница, отделяющая слой действий от слоя операций, подвижна, поэтому в ряде случаев может происходить укрупнение/дробление единиц деятельности.

**Виды деятельности** (по типу овладения культурно-историческим опытом):

1) игра (отражает общественные отношения, каждый участник формируется как личность);

2) учение (исторически обусловленный процесс, отвечающий потребностям общества в формировании сознания личности своей эпохи);

3) труд (воздействие на природу с целью создать предмет, необходимый для удовлетворения материальной и духовной потребности);

4) общение как вид деятельности.

#### **Вопросы для самоконтроля**

1. С какими потребностями человек рождается?

2. Как соотносятся между собой мотив и цель деятельности?

3. Что такое задача?

4. Какие характеристики операций вы знаете?

5. Перечислите виды деятельности.

#### **Список рекомендуемой литературы**

1. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.

2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Омега-Л, 2005.

3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия, 2004.

4. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М.: Смысл, 2001.

5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.

## Лабораторно-практическое занятие № 7

### Деятельность

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: деятельность, действие, операция, потребность, мотив, цель, навык, автоматизм, труд, игра, учение.

#### Вопросы для обсуждения

1. Феноменология и структура человеческой деятельности.
2. Виды деятельности. Изменение деятельности. Изменение в деятельности. Развитие деятельности.
3. Деятельность и психические процессы.
4. Знания, умения, навыки, привычки.

**Практическое задание:** работа в малых группах с целью нахождения примеров, иллюстраций таким явлениям, как сдвиг мотива на цель, сдвиг цели на действие, укрупнение/дробление операций и действий, автоматизация действий и т. п.

**Форма контроля** – опрос.

## РАЗДЕЛ 4. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ

**Психические состояния** представляют собой целостные характеристики психической деятельности за определенный период времени. Сменяясь, они сопровождают жизнь человека в его отношениях с людьми, обществом и т. д. В любом психическом состоянии можно выделить три общих измерения: мотивационно-побудительное, эмоционально-оценочное и активационно-энергетическое (определяющим выступает первое измерение).

### **Характеристики психических состояний**

1. Целостность психических состояний проявляется в том, что они характеризуют в определенный промежуток времени всю психическую деятельность в целом, выражают конкретное взаимоотношение всех компонентов психики.

2. Подвижность психических состояний заключается в их изменчивости, в наличии стадий протекания (начало, определенная динамика и конец).

3. Устойчивость – динамика психических состояний менее выражена, чем у психических процессов (познавательных, волевых, эмоциональных).

4. Взаимосвязь с психическими процессами и свойствами личности. Психические состояния влияют на психические процессы, являясь фоном их протекания. В то же время они выступают как «строительный материал» для формирования качеств личности, прежде всего характерологических.

5. Многообразие и полярность. Последнее понятие означает, что каждому психическому состоянию человека соответствует противоположное состояние (уверенность – неуверенность, активность – пассивность, фрустрация – толерантность и т. д.).

Психические состояния человека можно **классифицировать** по таким основаниям:

– в зависимости от роли личности и ситуации в возникновении психических состояний – личностные и ситуативные;

– в зависимости от доминирующих (ведущих) компонентов (если таковые явно выступают) – интеллектуальные, волевые, эмоциональные и т. д.;

– в зависимости от степени глубины – состояния глубокие либо поверхностные;

– в зависимости от времени протекания – кратковременные, затяжные, длительные и т. д.;

– в зависимости от влияния на личность – положительные и отрицательные, стенические, повышающие жизнедеятельность, и астенические;

– в зависимости от степени осознанности – состояния более или менее осознанные;

- в зависимости от причин, их вызывающих;
- в зависимости от степени адекватности вызвавшей их объективной обстановки.

### **Виды психических состояний**

**Стресс** представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку. Стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения. По словам 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.

**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 создает, таким образом, наряду с исходной мотивацией новую, защитную мотивацию, направленную на преодоление возникшего препятствия. Прежняя и новая мотивация реализуются в эмоциональных реакциях. Фрустрация влечет за собой эмоциональные нарушения лишь тогда, когда возникает препятствие для сильной мотивации.

### **Вопросы для самоконтроля**

1. В чем состоит сущность психических состояний в сравнении с другими психическими явлениями?
2. Опишите основные характеристики психических состояний.
3. Каким образом психические состояния соотносятся с психическими процессами и свойствами личности?
4. В чем заключается сущность переживания стресса как особого психического состояния?
5. Что такое фрустрация?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.
2. Психические состояния: хрестоматия / сост. Л.В. Куликов. СПб.: Питер, 2000.
3. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-н/Д.: Феникс, 2002.

## Лабораторно-практическое занятие № 8

### Психические состояния

**Цель:** усвоение основных понятий по данной теме: психические состояния, тревожность, напряженность, фрустрация, дискомфорт, стресс.

#### Вопросы для обсуждения

1. Представление о психических состояниях.
2. Общие характеристики состояний.
3. Виды и классификации.
4. Экстремальные состояния. Тревожность. Напряженность. Фрустрация. Дискомфорт. Стресс.

**Практическое занятие:** дискуссия на тему «Способы предотвращения негативных последствий хронического стресса».

**Форма контроля** – опрос.



## РАЗДЕЛ 5. ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ЧЕЛОВЕКА

Индивидуальное развитие человека осуществляется в активном взаимодействии с миром – природой и обществом. Благодаря открытости системы «человек – мир» возможны объективная познаваемость субъектных психических явлений, управление процессом человеческого развития.

### Общая структура человека



**Онтогенетическое развитие** – становление целостного человека как индивида, субъекта, личности, индивидуальности.

**Индивид** – человек как единичное природное существо, отдельный представитель человеческого вида.

**Субъект** – активно, целеустремленно действующий индивид.

**Личность** – особого рода целостность, формирующаяся во внешнем пространстве социальных отношений. Это – системное качество, приобретаемое индивидом в процессе предметной деятельности, познания, общения, характеризующее его со стороны включенности в общественные отношения.

**Индивидуальность** – своеобразие психического склада личности, ее неповторимость. Это – человек как уникальная, самобытная личность, реализующая себя в творческой деятельности.



Онтогенетическое появление индивида, субъекта, личности, индивидуальности.

**Темперамент** – динамическая характеристика психических процессов и поведения человека, проявляющаяся в их скорости, изменчивости, интенсивности и других характеристиках. Темперамент – это биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо. Он отражает динамические аспекты поведения, преимущественно врожденного характера.

Нет лучших или худших темпераментов – каждый из них имеет свои положительные стороны, поэтому главные усилия должны быть направлены не на его исправление, а на разумное использование в конкретной деятельности его достоинств и нивелирования отрицательных граней.

### Типы темпераментов

1. Гиппократ (Гален): связь темперамента с особенностями гормональной системы человека: а) сангвиник (кровь), б) флегматик (слизь), в) холерик (желчь), г) меланхолик (черная желчь).

2. Э. Кречмер: связь темперамента со строением тела. Четыре конституциональных типа: а) астеник (высокий рост, хрупкое телосложение), б) пикник (средний рост, тучность), в) атлетик (средний рост, крепкое телосложение, развитая мускулатура), г) диспластик (неправильное телосложение).

В последнее время к основным составляющим темперамента относят две характеристики поведения: а) энергетический уровень (через активность, реактивность); б) временные параметры (подвижность, темп, ритмичность реакции).

3. И.П. Павлов изучил физиологические основы темперамента, обратив внимание на его зависимость от типа нервной системы. Он показал, что два основных нервных процесса – возбуждение и торможение – отражают деятельность головного мозга. От рождения они у всех разные по силе, взаимной уравновешенности, подвижности. В зависимости от соотношения этих свойств нервной системы И.П. Павлов выделил четыре основных типа высшей нервной деятельности: а) «безудержный» (сильный, подвижный, неуравновешенный тип нервной системы, соответствует темпераменту холерика); б) «живой» (сильный, подвижный, уравновешенный

тип нервной системы, соответствует темпераменту сангвиника); в) «спокойный» (сильный, уравновешенный, инертный тип нервной системы, соответствует темпераменту флегматика); г) «слабый» (слабый, неуравновешенный, малоподвижный тип нервной системы, обуславливает темперамент меланхолика).

### **Свойства темперамента**

1) активность (показывает, насколько энергично человек воздействует на окружающий мир);

2) импульсивность (характеризует склонность человека действовать спонтанно) – это такая сторона темперамента, которая определяет стремление, силу потребности как побуждения к деятельности, быстрый переход побуждений в действие;

3) тревожность (выражается в повышенной склонности человека беспокоиться в любых жизненных ситуациях);

4) чувствительность (показывает, какова сила воздействия на человека, чтобы он выразил отношение к раздражителю);

5) пластичность (характеризует приспособляемость человека к внешним воздействиям);

6) эмоциональность (показывает скорость, содержание эмоциональных процессов и состояний человека) – находит свое выражение в пониженном или повышенном настроении, частой смене настроений;

7) впечатлительность (характеризует степень воздействия раздражителей на психику человека, время сохранения в памяти, силу ответной реакции на это воздействие) – у разных людей впечатлительность может быть более или менее выражена.

Поскольку каждая деятельность предъявляет к психике человека и ее динамическим особенностям определенные требования, нет темпераментов, идеально пригодных для всех видов деятельности.

Основной и наиболее универсальный путь приспособления темперамента к требованиям деятельности – формирование ее индивидуального стиля. Под **индивидуальным стилем деятельности** понимают такую индивидуальную систему приемов и способов действия, которая характерна для данного человека и целесообразна для достижения успешного результата.

При этом темперамент определяет лишь динамические, но не содержательные характеристики поведения. На основе одного и того же темперамента личность человека может быть и «великой», и социально-ничтожной.

**Характер** – совокупность устойчивых индивидуальных свойств человека, складывающихся и появляющихся в деятельности, общении, обу-

словливающая типичные для него способы поведения. Это совокупность свойств личности, определяющая типичные способы ее реагирования на жизненные обстоятельства.

### **Структура характера**

Характер представляет собой единство черт, или свойств, субъективности. В него входят черты, относящиеся к способу поведения, к формам, в которые может облекаться одно и то же по содержанию поведение.

**Черта характера** – те или иные особенности личности человека, которые систематически проявляются в разных видах его деятельности и по которым можно судить о его возможных поступках в определенных условиях.

Черты характера делятся на несколько групп (Б.М. Теплов):

- 1) основной психический склад личности (общие черты характера: принципиальность, целеустремленность);
- 2) отношение человека к другим людям (общительность, замкнутость);
- 3) отношение человека к себе (гордость, тщеславие, эгоизм);
- 4) отношение человека к труду: деятельное (активность, настойчивость), бездеятельное (пассивность, созерцательность).

Человек как личность несводим к характеру. Понятие «личность» шире понятия «характер», понятие «индивидуальность человека как личности» не исчерпывается только его характером. Биологической основой характера является темперамент, однако у него есть и макросоциальная основа.

Характер – индивидуальное сочетание наиболее устойчивых, существенных особенностей личности, проявляющихся в поведении человека, в определенном **отношении**:

- 1) **к себе** (степень требовательности, критичности, самооценки);
- 2) **к другим людям** (индивидуализм или коллективизм, эгоизм или альтруизм, жестокость или доброта, безразличие или чуткость, грубость или вежливость, лживость или правдивость и т. п.);
- 3) **к порученному делу** (лень или трудолюбие, аккуратность или неряшливость, инициативность или пассивность, усидчивость или нетерпеливость, ответственность или безответственность, организованность и т. п.);
- 4) в характере отражаются **волевые качества**: готовность преодолевать препятствия, душевную и физическую боль, степень настойчивости, самостоятельности, решительности, дисциплинированности.

### **Типы характеров**

Аристотель: сильные, слабые (связь с волей).

Бэн: интеллектуальные, эмоциональные, волевые черты.

Рибо: чувственные, волевые.

К.Г. Юнг: экстравертированные, интровертированные.

А.И. Галич: дурные, добрые, великие.

Еще выделяют: хорошие – плохие, тяжелые – легкие.

Е.А. Личко: гипертимный, циклоидный, лабильный, астеноневротический, сенситивный, психастенический, шизоидный, эпилептоидный, истероидный, неустойчивый, конформный, смешанный.

**Акцентуация характера** (Е.А. Личко) – крайние варианты нормы, при которых отдельные части характера чрезмерно усилены, вследствие чего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим.

**Краткая характеристика** особенностей поведения в зависимости от типов акцентуации:

– **гипертимический** (гиперактивный) – чрезмерно приподнятое настроение, всегда весел, разговорчив, очень энергичен, самостоятелен, стремится к лидерству, рискам, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания, теряет грань дозволенного, отсутствует самокритичность;

– **дистимичный** – постоянно пониженное настроение, грусть, замкнутость, немногословность, пессимистичность, тяготеет шумным обществом, с сослуживцами близко не сходится. В конфликты вступает редко, чаще является в них пассивной стороной;

– **циклоидный** – общительность циклически меняется (высокая в период повышенного настроения и низкая в период подавленности);

– **эмотивный** (эмоциональный) – чрезмерная чувствительность, ранимость, глубоко переживает малейшие неприятности, излишне чувствителен к замечаниям, неудачам, поэтому у него чаще печальное настроение;

– **демонстративный** – выражено стремление быть в центре внимания и добиваться своих целей любой ценой: слезы, обморок, скандалы, болезни, хвастовство, наряды, необычное увлечение, ложь. Легко забывает о своих неблагоприятных поступках;

– **возбудимый** – повышенная раздражительность, несдержанность, агрессивность, угрюмость, «занудливость», но возможны лстивость, услужливость (как маскировка). Склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленности в беседе. Активно и часто конфликтует;

**застревающий** – «застревает» на своих чувствах, мыслях, не может забыть обид, «сводит счеты», служебная и бытовая несговорчивость, склонность к затяжным склокам, в конфликтах чаще бывает активной стороной;

– **педантичный** – выраженная занудливость в виде «переживания» подробностей, на службе способен замучить посетителей формальными требованиями, изнуряет домашних чрезмерной аккуратностью;

– **тревожный** (психастенический) – пониженный фон настроения, опасения за себя, близких, робость, неуверенность в себе, крайняя нерешительность, долго переживает неудачу, сомневается в своих действиях;

– **экзальтированный** (лабильный) – очень изменчивое настроение, эмоции ярко выражены, повышенная отвлекаемость на внешние события, словоохотливость, влюбчивость;

– **интровертированный** (шизоидный, аутистический) – малая общительность, замкнут, в стороне от всех, общение по необходимости, погружен в себя, о себе ничего не рассказывает, свои переживания не раскрывает, хотя свойственна повышенная ранимость. Сдержанно, холодно относится к другим людям, даже к близким;

– **экстравертированный** (конформный) – высокая общительность, словоохотливость до болтливости, своего мнения не имеет, очень несамостоятелен, стремится быть как все, неорганизован, предпочитает подчиняться.

**Способности** – это то, что не сводится к наличным знаниям, умениям, навыкам, но обеспечивает их быстрое приобретение и эффективное использование на практике; это индивидуально-психологические особенности личности, от которых зависит приобретение ею знаний, умений и навыков, а также успешность выполнения различных видов деятельности.

**Задатки** – врожденные анатомо-физиологические особенности мозга, нервной системы, органов чувств и движения, функциональные особенности организма человека, составляющие природную основу развития его способностей.

Задатки:

– являются биологической основой способностей;

– неспецифичны (носят более общий характер);

– многозначны, могут реализовываться в различных типах способностей;

– выступают как предпосылки развития способностей.

Включаясь в развитие человеческой субъективности, задатки преобразуются и изменяются, они обуславливают развитие способностей человека, но не определяют одаренности человека и возможностей его становления как человеческого существа. Природные различия между людьми являются различиями не в готовых способностях, а в задатках. Задатки служат предпосылкой развития способностей, между ними лежит весь путь становления личности.



### Классификация способностей

Способности бывают общие и специальные: а) **специальные** способности – это возможности к развитию отдельных качеств психических процессов и качеств личности для какого-то конкретного вида деятельности; б) **общие** способности – это благоприятные возможности развития особенностей психики человека, которые одинаково важны для многих видов деятельности.

**Одаренность** – совокупность общих и специальных способностей, свойственных конкретному человеку.

**Талант** – высокая степень одаренности, реализованная человеком в определенной области.

**Гениальность** – высший уровень развития способностей.

**Мастерство** – совершенство в конкретном виде деятельности. Требует большого и напряженного труда.

### Вопросы для самоконтроля

1. В чем состоит сущность темперамента как подструктуры личности?
2. Каковы основные свойства темперамента?
3. В чем отличия характера от темперамента?
4. Перечислите и опишите акцентуации характера.
5. Что такое способности?
6. Каким образом происходит развитие способностей?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М.: Омега-Л, 2005.
3. Дружинин В.Н. Психология: учебник для гуманитарных вузов. СПб.: Питер, 2003.
4. Ильин Е.П. Психология. СПб.: Питер, 2006.
5. Левитов Н.Д. Психология характера. М.: Мир, 1969.
6. Леонгард К. Акцентуированные личности. Ростов-н/Д.: Феникс, 1997.
7. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера подростков. Л.: Медицина, 1977.
8. Лейтес Н.С. Умственные способности и возраст. М.: Педагогика, 1971.
9. Мерлин В.С. Очерк теории темперамента. М.: Правда, 1964.
10. Петровский В.А. Введение в психологию. М.: Академия, 1995.
11. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
13. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъектности. М.: Школа-Пресс, 1995.
14. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека. М.: Логос, 1996.

### **Лабораторно-практическое занятие № 9 Индивидуально-типологические свойства человека**

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: темперамент, типы темперамента (холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик), характер, типологии характеров, задатки и способности (общие, специальные), направленность личности.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Понятие о темпераменте.
2. Свойства темперамента.
3. Характер. Типология характеров.
4. Способности, задатки и индивидуальные различия людей.
5. Направленность личности.

**Практическое занятие:** знакомство с психодиагностическими методиками исследования характера (тест на определение акцентуаций – опросник Г. Шмишека). Определение направленности личности (ориентационная анкета Б. Басса).

#### **Формы контроля:**

- 1) опрос;
- 2) терминологический диктант.



## РАЗДЕЛ 6. ОБЩИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЛИЧНОСТИ

### Тема 1. Характеристика личности

Говоря о конкретном человеке, что он *индивид*, мы утверждаем, что он потенциально человек. Появляясь на свет как индивид, человек постепенно обретает особое социальное качество, становится личностью.

*Личность* – это качество индивида. Личность – это социально-психологическая сущность человека, которая формируется в результате усвоения человеком общественных форм сознания и поведения. Человек становится личностью в процессе жизнедеятельности под влиянием общения, воспитания и обучения. Сущность каждого человека как личности составляет совокупность связей и отношений, в которые он включен как субъект. Ребенок, включенный во взаимоотношения со взрослыми, выступает первоначально как объект их активности, но, овладевая составом той деятельности, которую они ему предлагают как ведущую для его развития, обучаясь, становится в свою очередь субъектом этих взаимоотношений.

Таким образом, 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. Таким образом, личность не только объект и продукт общественных отношений, но и активный субъект деятельности, общения, сознания, самосознания.

*Личность* – это результат развития *индивида*, полное воплощение человеческих качеств. *Личность* – это не только *субъект* и продукт общественных отношений, но и активный субъект, который строит свой мир и развивает свои личные качества. **Быть личностью** – значит иметь активную жизненную позицию, постоянно формировать самого себя, владеть приемами и средствами, которые помогают управлять собственным поведением. Личность является саморазвивающейся системой. Личностью называют человека, который достиг определенного уровня психического развития. Этот уровень характеризуется тем, что в процессе самопознания человек воспринимает и переживает себя как единое целое, отличное от других людей.

**Личность** – это автономный человек, который выступает независимо от общества, способный противопоставить себя обществу. Личная независимость сопряжена с умением властвовать над собой.

Человеческая *личность* может быть понята только в системе устойчивых межличностных связей (т. е. при взаимодействии с другим человеком); она наделена присущим ей сочетанием психологических черт и осо-

бенностей, образующих ее индивидуальность, составляющих своеобразие человека, его отличие от других людей. Индивидуальность проявляется в чертах темперамента, характера, привычках, преобладающих интересах, в качествах познавательных процессов, в способностях, индивидуальном стиле деятельности\*.

Можно выделить **три стороны** личности:

1) индивидуально-психологическая – отражает специфику функционирования психических процессов, свойств, состояний и образований;

2) мировоззренческая сторона – отражает общественно значимые качества личности, ее особенности, позволяющие занимать достойное место в обществе;

3) социально-психологическая сторона личности – отражает основные качества и характеристики личности, позволяющие ей играть определенные роли в обществе, занимать определенное положение среди других людей.

В психологии существуют два главных **направления исследования** личности: 1) выделение в личности тех или иных черт, 2) определение типов личности. Черты личности объединяют группы тесно связанных психологических признаков.

Таблица 2

**Иерархическая структура личности (по К.К. Платонову)**

Краткое название подструктуры	К данной подструктуре относятся	Соотношение биологического и социального
Подструктура направленности	Убеждения, мировоззрение, личностные смыслы; интересы	Социальный уровень (биологического почти нет)
Подструктура опыта	Умения, знания, навыки, привычки	Социально-биологический уровень (значительно больше социального, чем биологического)
Подструктура форм отражения	Особенности познавательных процессов (мышления, памяти, восприятия, ощущения, внимания); особенности эмоциональных процессов (эмоции, чувства)	Биосоциальный уровень (биологического больше, чем социального)

\* См.: Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.

## Тема 2. Развитие личности

Формирование и развитие личности происходит в процессе социализации. **Социализация** – это процесс формирования личности в определенных социальных условиях; это процесс усвоения социального опыта, в ходе которого человек избирательно вводит в свою систему поведения те нормы и шаблоны поведения, которые приняты в обществе или группе. Нормы поведения и морали, убеждения человека определяются теми нормами, которые приняты в данном обществе.

### Стадии социализации

1. **Первичная социализация**, или стадия **адаптации** (от рождения до подросткового периода) – ребенок усваивает социальный опыт некритически, адаптируется, приспосабливается, подражает.

2. Стадия **индивидуализации** (в подростковом возрасте – характеризуется как промежуточная социализация, так как все еще неустойчиво в мировоззрении и характере подростка; в юношеском возрасте – устойчиво концептуальная социализация) – вырабатываются устойчивые свойства личности, появляется желание выделить себя среди других, критическое отношение к общественным нормам поведения.

3. Стадия **интеграции** – появляется желание найти свое место в обществе, «вписаться» в него. Интеграция проходит: 1) благополучно – если свойства человека принимаются группой, обществом; 2) если не принимаются, возможны следующие исходы: а) сохранение своей непохожести и появление агрессивных взаимодействий (взаимоотношений) с людьми и обществом; б) изменение себя, желание «стать как все»; в) конформизм, внешнее соглашательство, адаптация.

4. **Трудовая** стадия (охватывает период зрелости, период трудовой деятельности) – человек не только усваивает социальный опыт, но и воспроизводит его за счет активного воздействия на среду через свою деятельность.

5. **Послетрудовая** стадия (пожилой возраст) – вносится существенный вклад в воспроизводство социального опыта, в процесс передачи его новым поколениям.

Таким образом, формирование и развитие личности не останавливается на определенном возрастном этапе, а продолжается в течение всей жизни.

### Факторы, влияющие на формирование и развитие личности

– биологическая наследственность – это тот материал, который преобразуется различными способами в человеческую особь, индивида, личность;

– физическое окружение – оказывает влияние на культурные особенности социальной группы, его влияние на формирование отдельной личности незначительно по сравнению с влиянием, которое оказывает на личность культура группы, группового или индивидуального опыта (например, в одинаковых физических и географических условиях формируются разные типы личностей, или часто бывает, что групповые признаки личностей развиваются в разных условиях окружающей среды);

– культура – ребенок получает информацию от старших по возрасту, обучается общению через язык, получает опыт применения наказания и вознаграждения, осваивает другие культурные образцы; из социального опыта, единого для всех членов данного общества, возникает характерная конфигурация, которая является типичной для многих членов данного общества;

– групповой опыт – общество развивает один или несколько базисных личностных типов, которые соответствуют культуре этого общества (личностные образцы усваиваются с детства);

– уникальный индивидуальный опыт – система реакций и процессов, которые складываются из действий, состояний и структуры личности. Механизмом присвоения отдельным индивидом всесторонней человеческой сущности является **идентификация** – процесс эмоционального и иного самоотождествления человека с другим человеком, группой. Механизмом отставания отдельным человеком своей природной и человеческой сущности является **обособление** – внешнее и внутреннее действие. Обособиться – это значит отделиться, выделиться из общего целого и занять какое-то особое положение. Идентификация и обособление рассматриваются как диалектически связанные механизмы, по своей глубинной сущности находящиеся в единстве и противоположности.

Представления о сущности и механизмах развития личности человека в различных психологических школах существенно различаются.

Так, с точки зрения **бихевиоризма** личность человека представляет собой не что иное, как совокупность поведенческих реакций, присущих данному человеку. Поведенческая реакция возникает на определенный стимул, ситуацию. Формула «*стимул – реакция*» ( $S - R$ ), введенная в научный оборот Дж. Уотсоном, являлась ведущей в бихевиоризме. Закон эффекта Э. Торндайка уточняет: связь между  $S$  и  $R$  усиливается, если есть подкрепление (может быть положительным – похвала, получение желаемого результата, материальное вознаграждение и т. п., либо отрицательным – боль, наказание, неудача, критическое замечание и т. п.).

Итак, с позиции бихевиоризма личность – все то, чем обладает индивид, и его возможности в отношении реакции (навыки, сознательно регулируемые инстинкты, социализованные эмоции + способность к пластичности, чтобы образовывать новые навыки + способность удержания, со-

хранения навыков) для приспособления к среде, т. е. личность – организованная и относительно устойчивая система навыков. Навыки составляют основу относительно устойчивого поведения, навыки приспособлены к жизненным ситуациям, изменение ситуации ведет к формированию новых навыков.

По мнению А. Бандуры, на человека влияют не только внешние условия: он также постоянно должен предвидеть последствия своего поведения путем оценки собственных действий.

**Когнитивные теории личности** исходят из рассмотрения человека как «понимающего, анализирующего»: он находится в мире информации, которую надо понять, оценить, использовать. Поступок человека включает три компонента: 1) само действие, 2) мысль, 3) чувства, испытываемые при выполнении определенного действия. Внешне похожие поступки могут быть различны по сути, так как мысли и чувства были иными. Сам поступок является источником информации, позволяющей формулировать или изменять мнение о себе или о других.

По мнению Ф. Зимбардо, большая часть поступков может быть объяснена с помощью анализа ситуационных и межличностных факторов: ситуации создают потенциальные силы, способствующие актуализации или препятствующие реализации намерений, планов, отношений человека. Субъективная интерпретация ситуаций есть более истинный фактор принятия решения, чем «объективное» значение этих ситуаций (разные люди по-разному интерпретируют ситуации, в которых они действуют). Вместе с тем, актуализируемые в конкретных ситуациях схемы интерпретации изменчивы, что является причиной неточного предсказания людьми своего собственного будущего поведения.

Согласно **психоаналитической концепции** (З. Фрейд), личность человека состоит из трех компонентов, уровней: а) Оно, б) Я, в) Сверх-Я, а также биологических врожденных инстинктивных влечений: агрессивных и сексуальных.

«Оно» насыщено сексуальной энергией – «либидо», оно бессознательно и иррационально, подчиняется принципу удовольствия и принципу гомеостаза (тенденция к сохранению примерного внутреннего равновесия).

«Я» находится в состоянии постоянного конфликта с «Оно» и подавляет сексуальные влечения. 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 исполняет 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. «Сверх-Я» не пускает инстинкты в «Я», и тогда энергия этих инстинктов сублимируется, трансформируется, воплощается в тех 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), а также в особенностях забывания.

Для спасения от конфликта между «Сверх-Я» и «Оно» применяются средства *психологической защиты*: вытеснение – произвольное устранение из сознания недозволенных мыслей, чувств, желаний в бессознательное; проекция – бессознательная попытка избавиться от навязчивого желания, идеи, приписав ее другому лицу; рационализация – бессознательная попытка обосновать абсурдную идею.

В рамках *аналитической психологии* К.Г. Юнг доказал существование *коллективного бессознательного*, которое возникло в результате эволюции биологического вида (на основе анализа обширного материала клинических и экспериментальных исследований, древних мифов, сказок, обычаев, ритуалов примитивных народов, религиозных учений, древних наук). Коллективное бессознательное представляет собой накапливающийся опыт в форме архетипов. *Архетипы* – это формы восприятия и осмысления действительности, они повторяют, разрабатывают сходный опыт переживаний в разных поколениях.

Развитие личности проявляется в сближении сознания и бессознательного (в терминологии К.Г. Юнга – *индивидуация*). Индивидуация протекает как осознание ранее неосознанных потребностей, стремлений, чувств, дальнейшее их расщепление на сознательную и бессознательную части. Такая дифференциация частей психики позволяет человеку преодолеть полярности, более тонко воспринимать мир и выражать себя. Индивидуация основывается на ассимиляции индивидуального и коллективного опыта, в результате которого формируются баланс и целостность личности.

На пути индивидуации личность переживает столкновение с архетипическими фигурами: отношение к другим, влияние других на человека (Персона), выбор и принятие решений (Эго), отношение к себе, отвержение или принятие себя (Тень), половая идентичность как деление на мужское и женское начала (Анима/Анимус), отношение к сверхъестественному, находящемуся за пределами понимания человека (Самость). Индивидуация рассматривается как проявление уникального потенциала, заложенного в личности.

В *индивидуальной психологии* А. Адлера основными принципами жизнедеятельности личности признаются целостность психической жизни, *стремление к превосходству* как основная мотивационная сила в жизни личности, а также социальная принадлежность человека.

Согласно А. Адлеру, люди компенсируют чувство собственной неполноценности, вырабатывая уникальный *стиль жизни*, в рамках которого они стремятся к достижению фиктивных целей, ориентированных на превосходство или совершенство. Стиль жизни личности складывается в первые 4-5 лет жизни и наиболее отчетливо проявляется в установках и поведении, направленном на решение трех основных жизненных задач: а) профессиональной, б) сотрудничества и в) любви. Неблагоприятные ситуации детства (неполноценность органов, чрезмерная опека и отвержение со стороны родителей) способствуют перерастанию чувства недостаточности в комплекс неполноценности – преувеличение собственной слабости и несостоятельности.

Второй движущей силой развития личности является *социальный интерес* – стремление к сотрудничеству с другими людьми для достижения общих целей. Социальный интерес имеет врожденные задатки, но окончательно формируется в ходе воспитания. Степень выраженности социального интереса является показателем психического здоровья.

С позиций **психогенетической теории** Э. Эриксона, основное направление развития личности – *социальная адаптация*. Развитие Эго неизбежно связано с социокультурным контекстом и охватывает все жизненное пространство от рождения до смерти. В процессе жизни человек проходит 8 универсальных стадий развития. При этом каждая стадия жизненного цикла наступает в определенное для нее время («критический период»), а личность формируется только путем прохождения в своем развитии последовательно всех стадий.

Первая стадия (1-й год жизни) – орально-сенсорная – формирование базального доверия или недоверия к миру. Вторая стадия (1-3 года) – мышечно-анальная – формирование автономии или стыда и сомнений. Третья стадия (3-6 лет) – локомоторно-генитальная – формирование инициативности или вины. Четвертая стадия (6-12 лет) – латентная – развитие трудолюбия или чувства неполноценности. Пятая стадия (12-19 лет) – подростковая – закладывает основы Эго-идентичности или ролевого смещения, неопределенности. Шестая стадия (20-25 лет) – ранняя зрелость – формирование чувства интимности либо изоляции. Седьмая стадия (26-64 года) – средняя зрелость – связана с появлением чувства продуктивности или застоя. Восьмая стадия (65 лет – смерть) – поздняя зрелость – формирование Эго-интеграции или отчаяния.

Для наступления каждого кризиса существует приоритетное время, обусловленное генетической последовательностью развития. Если первый кризис вовремя не разрешается (как и любой последующий), дилемма доверие-недоверие будет возникать снова и снова на каждой последующей стадии развития.

Результаты первых 4 стадий развития полностью детерминированы влиянием социума, а разрешение конфликтов на более поздних возрастных этапах становится все более зависимым от внутренних факторов.

В рамках гуманистической психологии А. Маслоу исследовал ответственного человека, свободно делающего свой жизненный выбор. Человек – это «желающее существо». Все его потребности врожденные. У него не осталось мощных инстинктов, он имеет лишь их рудименты, остатки, которые легко гибнут под воздействием образования, культурных ограничений, страха, неодобрения.

*Иерархия потребностей*, по А. Маслоу, представляет собой следующую последовательность: 1) потребности физиологические (в удовлетворении запросов тела); 2) потребность в безопасности, надежности и защите; 3) потребность в причастности (принадлежности к семье, общине, кругу друзей, любимых); 4) потребности в уважении, одобрении, достоинстве, самоуважении; 5) потребность в свободе, необходимой для полного развития всех задатков и талантов, для реализации самости, самоактуализации. Человеку необходимо сначала удовлетворить низшие потребности, чтобы оказаться способным к удовлетворению потребностей следующего уровня.

*Мотивы* человека подразделяются на две категории: а) дефицитарные (способствуют удовлетворению дефицитарных состояний – голода, холода и т. п.) и б) мотивы роста (связаны со стремлением личности актуализировать свой потенциал). Мотивационный статус здорового человека состоит в стремлении к *самоактуализации* – свершению своей миссии, постижению призвания, судьбы. Самоактуализация предполагает выход глубинной природы человека на поверхность, ее максимальное самовыражение, т. е. реализацию скрытых способностей и потенциальных возможностей, «идеальное функционирование».

В отечественной психологии развитие личности рассматривается неразрывно с развитием системы деятельностей, в которые включен человек. Развитие личности в *субъектно-деятельностном* подходе предполагает формирование такого качества, как *субъектность* – способность выходить за рамки заданности, преодолевать внешние и внутренние ограничения, становиться подлинным субъектом собственной жизни. В.А. Петровский рассматривает процесс развития личности как становление особой целостности, когда человек формирует и раскрывает свою природу и познает окружающий мир, присваивает и созидает предметы культуры, обретает круг значимых других, проявляет себя перед самим собой и оставляет свой след в жизни окружающих.



### **Вопросы для самоконтроля**

1. Каковы основные факторы, влияющие на процесс развития личности в онтогенезе?
2. Какова сущность и основные механизмы развития личности с точки зрения бихевиористической теории?
3. Какова сущность и основные механизмы развития личности с точки зрения когнитивных теорий?
4. Какова сущность и основные механизмы развития личности с точки зрения психодинамических концепций?
5. Какова сущность и основные механизмы развития личности с точки зрения гуманистической психологии?
6. Какова сущность и основные механизмы развития личности с точки зрения субъектно-деятельностного подхода?

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2000.
2. Асмолов А.Г. Психология личности. М.: Изд-во МГУ, 1990.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: курс лекций. М.: ЧеРо, 1996.
4. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2 т. Т. 1. Ч. 2. Гл. 4. М.: Мир, 1996.
5. Дружинин В.Н. Психология: учебник для экономических вузов. СПб.: Питер, 2000.
6. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984.
7. Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. М.: Смысл, 1993.
8. Маслоу А.Г. Дальние пределы человеческой психики. СПб.: Изд. группа «Евразия», 1997.
9. Мясищев В.Н. Психология отношений. М.; Воронеж: НПО МОДЭК, 1995.
10. Олпорт Г. Личность в психологии. М.: Ювента, 1998.
11. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования. М.: Аспект Пресс, 2000.
12. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии. М.: ИНФРА-М, 1998.
13. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъективности. Ростов-н/Д.: Феникс, 1996.
14. Психология личности в трудах отечественных психологов: хрестоматия / сост. Л.В. Куликов. СПб.: Питер, 2000.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
16. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности: учебное пособие для вузов. М.: Школа-Пресс, 1995.

17. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.
18. Фрейд З. Основной инстинкт. М.: Олимп; ООО «Изд-во АСТ-ЛТД», 1997.
19. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. Очерк истории психоанализа. СПб.: Алетейя, 1998.
20. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер Пресс, 1997.
21. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Изд. группа «Прогресс», 1996.
22. Юнг К.Г. Сознание и бессознательное: сборник. СПб.: Университетская книга, 1997.

### **Лабораторно-практическое занятие № 10. Личность**

**Цель:** усвоение основных понятий по теме: индивид, личность, индивидуальность, теории личности.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Понятие личности.
2. Краткий исторический обзор исследований личности.
3. Современные теории личности.
4. Структура личности.
5. Личность: формирование или развитие; формирование и развитие.
6. Личность: устойчивость, изменчивость.

**Практическое занятие:** знакомство с психодиагностическими методиками исследования личности (тест Кеттелла, биографический метод исследования личности).

#### **Формы контроля:**

- 1) опрос;
- 2) контрольная работа по теме.

## РАЗДЕЛ 7. ОБЩЕНИЕ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

**Общение** – сложный и многогранный процесс, который может выступать в одно и то же время и как процесс взаимодействия индивидов, и как информационный процесс, и как отношение людей друг к другу, и как процесс их взаимовлияния друг на друга, и как процесс сопереживания и взаимного понимания друг друга.

**Содержание общения** (его стороны):

- коммуникативная – передача информации;
- материальная – обмен продуктами, предметами деятельности;
- когнитивная – обмен знаниями;
- деятельностная – обмен знаниями, умениями, навыками, действиями;
- кондиционная – обмен психологическими или физиологическими состояниями;
- мотивационная – обмен побуждениями, целями, интересами.

**Цель общения** (то, ради чего возникает активность):

- биологическая (удовлетворение организмических потребностей);
- социальная (увеличение и укрепление межличностных контактов, личностный рост);
- деловая (улучшение деятельности);
- личностная (внутренний мир);
- инструментальная (общение не самоцель, преследует другие цели, кроме общения);
- целевая (потребность в общении).

Существуют следующие **классификации общения**:

1. По содержанию:

- материальное – обмен продуктами и предметами деятельности;
- когнитивное – обмен знаниями;
- деятельное – обмен умениями, навыками, опытом деятельности;
- духовное – обмен интересами, ценностями, целями и пр.

2. По целям:

- познавательное – передать или получить информацию, дополняющую знания;
- убеждающее – убедить партнера в правильности той или иной стратегии взаимодействия, сделать своим единомышленником;
- экспрессивное – сформировать у партнера определенный настрой, передать чувства, переживания;

– суггестивное – оказать внушающее воздействие на партнера для изменения мотивации, ценностных ориентаций и установок, поведения и отношения;

– ритуальное – закрепить и поддержать традиции, нормы и правила, принятые в данной группе.

3. По количеству участников:

– межличностное;

– групповое – между организованными группами;

– массовое – между неорганизованными группами.

4. По форме:

– вербальное;

– невербальное.

5. По условиям:

– прямое (непосредственное) – при личном контакте участников общения;

– косвенное (опосредованное) – при наличии посредника информации: другого человека, технического устройства, предмета и пр.

**Функции общения** (устанавливаются в соответствии с содержанием):

– инструментальная – управление, передача информации;

– интеграционная – объединение людей;

– самовыражения – форма взаимопонимания психологического контекста;

– трансляционная – функция передачи конкретных способов деятельности;

– экспрессивная – взаимопонимание эмоционального состояния;

– социального контроля – регуляция поведения, деятельности;

– социализации – навыки взаимодействия в обществе в соответствии с нормами.

### Структура общения



Коммуникативная сторона общения, или коммуникация в узком смысле слова, состоит в обмене информацией между общающимися индивидами.

Интерактивная сторона заключается в организации взаимодействия между общающимися индивидами, т. е. в обмене не только знаниями, идеями, но и действиями.

Перцептивная сторона общения означает процесс восприятия и познания друг друга партнерами по общению и установления на этой основе взаимопонимания; это процесс восприятия, познания и понимания людьми друг друга с последующим установлением на этой основе определенных межличностных отношений.

**Коммуникативная компетентность** – способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми. Для эффективной коммуникации характерно: достижение взаимопонимания партнеров, лучшее понимание ситуации и предмета общения (достижение большей определенности в понимании ситуации способствует разрешению проблем, обеспечивает достижение целей с оптимальным расходом ресурсов). Коммуникативная компетентность рассматривается как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в определенном круге ситуаций межличностного взаимодействия.

#### **Вопросы для самоконтроля**

1. Какова сущность общения между людьми?
2. Каковы основные цели человеческого общения?
3. Каковы функции общения?
4. Охарактеризуйте три стороны общения: коммуникацию, перцепцию, интеракцию.
5. Что такое коммуникативная компетентность?

#### **Список рекомендуемой литературы**

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Прогресс, 1997.
2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.
3. Дружинин В.Н. Психология: учебник для гуманитарных вузов. СПб., 2003.
4. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. М.: Политиздат, 1982.
5. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Академия, 2002.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
7. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъектности. М.: Школа-Пресс, 1995.

## Лабораторно-практическое занятие № 11

### Общение. Группа

**Цель:** усвоение основных понятий по данной: общение, группа, малая группа, коллектив, групповое давление, групповые нормы, лидерство, статус.

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Общение: понятие и виды общения; функции общения; развитие общения.
2. Малая группа и коллектив: феноменология малой группы; межличностные отношения в группе и коллективе.
3. Личность в группе.

**Практическое занятие:** знакомство с психодиагностическими методиками исследования малой группы (методика «Атмосфера в группе»). При интерпретации результатов особое внимание уделяется соотношению статуса человека с его восприятием атмосферы в группе.

#### **Формы контроля:**

- 1) опрос;
- 2) терминологический диктант.

# СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

## Основные учебники

(1) *Гиппенрейтер Ю.Б.* Введение в общую психологию. М.: ЧеРо, 1996, 2005, 2007.

*Имеется материал о*

- различиях между житейской и научной психологией;
- предмете психологии;
- культурно-исторической теории Л.С. Выготского (онтогенетическое развитие психики);
- теории психического отражения А.Н. Леонтьева – К.Э. Фабри (в более полном варианте с ней можно ознакомиться в книге А.Н. Леонтьева «Деятельность. Сознание. Личность». М., 2004);
- теории построения движений Бернштейна;
- теории деятельности (ее можно найти в книге Леонтьева А.Н. «Деятельность. Сознание. Личность». М., 2004). Однако лучше сначала прочитать у Ю.Б. Гиппенрейтер – язык понятнее;
- личности, темпераменте, характере.

(2) *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности. М., 1995.

*Имеется материал о*

- предмете психологии (по основным направлениям);
- методах психологии;
- кратко и по существу описаны познавательные процессы;
- эмоции и воля – изложены просто и понятно;
- теории деятельности;
- хороший блок про сознание (сознание, самосознания, рефлексия);
- работе мозга (связь психического с физиологическим);
- чувствах, эмоциях, способностях;
- акцепторе действия (более подробно об этом см.: *Немов Р.С.* Психология: учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии. М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1994. Конечно же, Р.С. Немов слишком прост, но кое-какой материал есть и у него);
- личности, темпераменте, характере (в том числе конституционные типологии человека);
- личности, индивиде, индивидуальности, субъекте (более подробно см.: *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. СПб., 2001).

(3) *Петровский А.В.* «Общая психология», или «Введение в психологию», или «Психология» (совместно с М.Г. Ярошевским). Эта книга очень часто переиздавалась – лучше найти последний вариант, т. к. он более полный (переработанный автором).

*Имеется материал о*

- предмете, методах психологии (сжато);
- развитии психологии как науки (в том числе в русле философии).

Об этом можно еще прочитать у Гиппенрейтер);

- развитии психологии в России (этого нет нигде кроме как в «Истории психологии»);
- общих понятиях о воле, внимании;
- общении, взаимодействии в группе;
- чувствах, эмоциях (сжато. Более детально см.: *Изард Е.* Эмоции человека. СПб.: Питер, 2003 (она переиздавалась));
- личности, основные теории личности (!);
- направленности (!), самосознании личности;
- познавательных процессах (не всех, а только основных с точки зрения Петровского);
- характере;
- способностях.

(4) *Годфруа Ж.* Что такое психология: В 2 т. М., 1996. Т 1. (она переиздавалась в 2003-2004 гг.).

*Имеется материал о*

- поведении (рефлексах, таксисах, инстинктивном поведении и пр.);
- развитии психологии (много интересного практического материала);
- отраслях психологии;
- методах;
- сознании (интересно об ИСС, видах сознания);
- познавательных процессах (не всех);
- мотивации (теории мотивации);
- эмоциях (подробно о стрессе);
- научении.

(5) *Дружинин В.И.* Психология. Учебник для гуманитарных вузов. СПб.: Питер, 2000.

*Имеется материал о*

- предмете, развитии науки;
- методах;
- взаимосвязи психики с мозгом;



- структуре психики (!!);
- теории деятельности;
- эмоциях, чувствах (есть теории (!));
- мотивации;
- познавательных процессах (очень хорошо, особенно про мышление и речь);
- основных теориях личности (подробнее только в кн.: *Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности*, СПб.: Питер, 1997, переиздавалась),
- психическом развитии личности (!);
- индивидуальных различиях (!).

**(6) Асмолов А.Г. Психология личности. М.: Смысл, 2002.**

**(7-8) Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб., 1997** (потом переиздавалась) и **Веккер Л.М. Психика и реальность: единая теория психических процессов. М., 2000.** Это основные учебники по курсу психологии.

### Словари

1. *Петровский А.В., Ярошевский М.Г.* Краткий психологический словарь (любое издание) (в нем акцент на социальные аспекты).
2. *Зинченко В.П., Мещеряков М.Г.* Большой психологический словарь (любое издание) (в нем акцент на физиологические процессы).

### Практикумы

#### Основные

(1) *Березин С.В., Турусова О.В.* Общая психология. Самара: Изд-во Самарского гос. ун-та, 1995.

(2) Структурно-логические схемы по курсу «Общая психология»: методическое пособие для студентов психологического факультета. Самара: Изд-во «Самарский университет», 2001.

#### Дополнительные

1. *Айсмонтас Б.Б.* Психология и педагогика: альбом схем. М.: ИМ-Бизнес, 1996.

2. *Айсмонтас Б.Б.* Общая психология: тесты. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.

3. *Гамезо М.В., Домашенко И.А.* Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1986.
4. *Квинн В.* Прикладная психология. СПб.: Питер, 2000.
5. Основы психологии: практикум / ред.-сост. Л.Д. Столяренко. Ростов-н/Д.: Феникс, 2002.
6. Практикум по общей психологии / под ред. А.И. Щербакова. М.: Просвещение, 1990.
7. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. СПб.: Питер, 2006.
8. Психология от А до Я: словарь персоналий. М.: ИПЦ, 1997.
9. *Смирнов А.Г.* Практикум по общей психологии: учебное пособие. М.: Изд-во Института психотерапии, 2001.
10. *Сонин В.А.* Психологический практикум: задачи, этюды, решения. М.: Московский психолого-социальный институт; Флинта, 2001.

# ТЕСТЫ<sup>1</sup>

## Раздел 1. Введение в курс «Общая психология»

### Выберите правильный ответ

1. Что изучает психология?

- а) человеческое поведение;
- б) мышление животных;
- в) бессознательные побуждения;
- г) человеческое восприятие.

2. Психология как наука о сознании возникла в:

- а) XV в.;
- б) XVII в.;
- в) XVI в.;
- г) XVIII в.

3. Признание психологии как самостоятельной науки было связано:

- а) с созданием специальных научно-исследовательских учреждений;
- б) с развитием метода интроспекции;
- в) с развитием метода наблюдения;
- г) с выходом трактата Аристотеля «О душе».

4. Термин «психология» в научный оборот ввел:

- а) Рене Декарт;
- б) Аристотель;
- в) Христиан Вольф;
- г) Вильгельм Вундт.

5. Первая психологическая лаборатория была создана:

- а) Вундтом;
- б) в 1732 г.;
- в) для изучения функций сознания;
- г) верны все ответы.

---

<sup>1</sup> Некоторые тесты заимствованы из книг: *Айсмонтас Б.Б.* Общая психология: тесты. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003; *Годфруа Ж.* Что такое психология: в 2 т. М.: Мир, 1996. Т. 1; *Квинн В.* Прикладная психология. СПб.: Питер, 2000; *Сонин В.А.* Психологический практикум: задачи, этюды, решения. М.: Московский психолого-социальный институт; Флинта, 2001.

6. Всеобщее свойство материи, заключающееся в способности объектов воспроизводить с различной степенью адекватности признаки, структурные характеристики и отношения других объектов, это:

- а) отражение;
- б) раздражимость;
- в) чувствительность;
- г) сознание.

7. Биологическая форма отражения – это:

- а) поведение;
- б) инстинкт;
- в) раздражимость;
- г) активность.

8. А.Н. Леонтьев выделяет в эволюционном развитии психики 3 стадии. Укажите, какая стадия не относится к типологии отечественного психолога:

- а) стадия элементарной сенсорной психики;
- б) стадия перцептивной психики;
- в) стадия сознания;
- г) стадия интеллекта.

9. В онтогенезе можно выделить следующие стадии интериоризации (по Л.С. Выготскому). Укажите, какая стадия лишняя:

- а) взрослый действует словом на ребенка, побуждая что-то делать;
- б) ребенок действует словом на взрослого;
- в) ребенок перенимает от взрослого способ обращения и начинает воздействовать словом на взрослого;
- г) ребенок начинает воздействовать словом на себя.

10. Сознание – это:

- а) высший уровень психического отражения человеком действительности, ее представленность в виде обобщенных образов и понятий;
- б) высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу;
- в) процесс восприятия окружающего мира, при котором происходит удвоение реальности: человек конструирует внутреннюю (интерпсихическую) картину мира, отражая реальный мир;
- г) все ответы верны.

## Упражнение 1

В верхнем столбце перечислены исследователи, принадлежащие к различным школам психологии, в нижнем – школы. Составьте правильные пары

1. — З. Фрейд;
2. — К.Г. Юнг;
3. — Э. Титченер;
4. — В. Франкл;
5. — У. Джеймс;
6. — К. Левин;
7. — У. Найссер;
8. — Д. Уотсон;
9. — О. Кюльпе;
10. — А. Маслоу.

- а) структурализм;
- б) Вюрсбургская школа;
- в) психоанализ;
- г) функционализм;
- д) гуманистическая психология;
- е) гештальтпсихология;
- ж) аналитическая психология;
- з) экзистенциальная психология;
- и) бихевиоризм;
- к) когнитивная психология.

### Верно или неверно

1. Активность отражения проявляется прежде всего в поиске и опробовании будущих действий в плане идеальных образов.

2. Тропизмы – это изменения направления в движении частей растения под воздействием биологически значимых раздражителей.

3. Чувствительность – способность живого организма активно реагировать на раздражения.

4. Возникновение психики связывают с формированием на определенном этапе развития способности к активному перемещению в пространстве.

5. Ребенок в период от 1 года до 6 лет овладевает основами предметно-манипулятивной деятельности по использованию простейших предметов, благодаря чему формируются способности к универсальным движениям рук, к решению простых двигательных задач и способность занимать

собственную позицию внутри отношений со взрослыми и сверстниками (возникновение у ребенка установки «Я сам»).

6. В индивидуальном развитии отдельные составляющие труда последовательно присваиваются ребенком в процессе общения со взрослыми.

7. Сознание не может рассматриваться как отношение к действительности. В таком качестве оно замещает реально действующего субъекта чистым самосознанием.

8. Сознание не следует понимать как отношение к действительности.

9. Сознание не может быть натуральным свойством индивида, его нельзя сводить к мозгу.

10. Сознание имеет индивидуальное существование или индивидуальное представительство.

11. Метод наблюдения в естественных условиях – один из самых трудных.

12. Использование тестов – испытанный метод, который в наши дни больше не подвергается сомнениям.

13. Изменения зависимой переменной определяются экспериментатором.

14. Контрольная группа – это та группа, в которую вводят независимую переменную.

15. Экспериментировать – значит изучать влияние независимой переменной на одну или несколько зависимых переменных.

## Упражнение 2

Найдите соответствие между определением метода (нижний столбец) и его названием (верхний столбец).

1. \_\_ наблюдение;
2. \_\_ опрос;
3. \_\_ беседа;
4. \_\_ тестирование;
5. \_\_ контент-анализ;
6. \_\_ эксперимент;
7. \_\_ анкетирование;
8. \_\_ интроспекция;
9. \_\_ интервью;
10. \_\_ моделирование.

а) целенаправленный опрос или, как определяют этот метод В. Гуд и П. Хетт, «псевдобеседа»;

б) метод получения информации на основе вербальной коммуникации;

в) метод получения первичной социологической и социально-психологической информации, опосредованный набором вопросов, логически связанных с центральной задачей исследования;

г) проведение исследований в специально созданных, управляемых условиях с целью проверки экспериментальной гипотезы о причинно-следственной связи;

д) преднамеренное, систематическое и целенаправленное, организованное и определенным образом фиксированное восприятие внешнего поведения человека с целью его последующего анализа и объяснения;

е) метод изучения мнений, отношений, аттитюдов в ситуации непосредственного взаимодействия с опрашиваемыми;

ж) метод, позволяющий выявлять и оценивать специфические характеристики литературных, научных, публицистических текстов и на их основе определять психологические характеристики их авторов;

з) метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи, имеющие определенную шкалу значений;

и) метод, использующийся тогда, когда невозможно провести экспериментальное исследование объекта;

к) метод, определяющийся как всматривание во внутренние процессы сознания, явления душевной жизни, психические переживания.

## **Раздел 2. Общие представления о психических процессах**

### **Верно или неверно**

1. Роза пахнет, если даже ее никто не нюхает.
2. Восприятие зависит от сенсорной организации индивида, воспитания, общественного уклада.
3. Наше восприятие окружающего частично зависит от нашей культуры и опыта.
4. При истолковании элементов восприятия наш мозг выбирает самый сложный вариант.
5. Речь – это воплощение и проявление подсознательных влечений человека, его инстинктов.
6. Сознание и речь живут параллельной, независимой друг от друга жизнью, соединяясь лишь в момент высказывания мысли.
7. Язык – внешняя, материальная оболочка мысли, своеобразный сосуд, в который как бы льется готовая мысль.
8. Речь – это процесс общения посредством языка, процесс взаимного воздействия общающихся людей.
9. По мнению Г. Селье, любой стресс не обязательно вреден.
10. Сила эмоций зависит от уровня бодрствования, а направление, которое они принимают, – от восприятия обстановки.

## Выберите правильный ответ

1. Стимулы или объекты имеют больше шансов привлечь внимание тогда, когда они:
  - а) новы;
  - б) сложны;
  - в) очень интенсивны;
  - г) все ответы верны.
2. Когда наш мозг становится неспособен делать выбор сигналов при их избыточном притоке, говорят, что мозг находится в состоянии:
  - а) сенсорной адаптации;
  - б) привыкания;
  - в) избирательного внимания;
  - г) все ответы неверны.
3. Наш мозг:
  - а) способен декодировать различные сигналы одновременно;
  - б) постоянно фильтрует сигналы;
  - в) легче интегрирует зрительные сигналы;
  - г) одновременно может принимать зрительные и слуховые сигналы.
4. Память
  - а) всегда играет положительную роль в процессах мышления;
  - б) может вызвать некоторую функциональную ригидность;
  - в) всегда облегчает решение задачи;
  - г) все ответы верны.
5. Считается, что воспоминания оставляют «отпечаток» в мозге. Как они называются?
  - а) образы воспоминаний;
  - б) «следы» памяти;
  - в) картотека;
  - г) потенциал памяти.
6. Сколько единиц информации может одновременно обрабатывать ваша кратковременная память?
  - а) не более 3;
  - б) 5;
  - в) не более 7;
  - г) 10.



7. В каком из следующих случаев действует долговременная память:
- а) когда, переверачивая страницу книги, вы замечаете ее номер;
  - б) когда ощущаете, что у вас чешется кончик носа;
  - в) когда моргаете от попавшей в глаза пыли;
  - г) когда отвечаете на контрольные вопросы.

8. Допустим, вам надо запомнить 50 слов. Слова какого типа запоминаются легче всего?

- а) слова на незнакомом иностранном языке;
- б) слова, являющиеся частью бессмысленного текста;
- в) слова, являющиеся частью бессмысленного текста, написанного на иностранном языке;
- г) слова, являющиеся частью осмысленного текста.

9. Слова «мотивация» и «эмоция» происходят от одного латинского глагола *моверге*, который означает:

- а) чувствовать;
- б) двигаться;
- в) хотеть;
- г) реагировать;
- д) знать.

10. Помимо эмоций в структуру чувств входит:

- а) настроение;
- б) отношение;
- в) понимание;
- г) рациональное;
- д) сопереживание.

11. Относительно продолжительное, устойчивое эмоциональное состояние умеренной и слабой интенсивности:

- а) настроение;
- б) стресс;
- в) аффект;
- г) фрустрация;
- д) депрессия.

12. Сильное, стойкое, всеохватывающее чувство, доминирующее над другими эмоциональными проявлениями:

- а) настроение;
- б) страсть;
- в) аффект;
- г) фрустрация;
- д) отвращение.

13. Эмоциональное потрясение, производящее эффект внутреннего очищения:

- а) аффект;
- б) фрустрация;
- в) отчаяние;
- г) катарсис;
- д) экстаз.

14. Источником волевой активности человека является:

- а) общество;
- б) сознание;
- в) мораль;
- г) личность;
- д) бессознательное.

15. Результатом волевой активности человека является:

- а) понимание;
- б) действие;
- в) эмоции;
- г) восприятие;
- д) борьба мотивов.

16. Какой из методов распознавания эмоций является самым лучшим?

- а) по словесному описанию;
- б) по мимике и жестикуляции;
- в) с помощью полиграфа (детектора лжи);
- г) все ответы верны.

### **Заполните пробелы**

1. Различают три уровня памяти: сенсорную (или ...), и ... память.
2. ... кратковременной памяти не позволяет сохранять одновременно более ... элементов.
3. По мнению Б. Зейгарник, мы дольше помним о ... работе.
4. Материал запоминается тем лучше, чем больше он ... с каким-то другим материалом в различных ... и под разными углами зрения.
5. Три главных процесса памяти – это ..., ... и ....
6. Память участвует во всех мыслительных процессах – либо через посредство ... образов, лежащих в основе воспоминаний, грез наяву или снов, либо при выработке умственных ... , требующих ... информации.
7. Эмоции проявляются одновременно во внутренних ... , в ... и в физиологической ... .

8. Отрицательные эмоции возникают тогда, когда у субъекта слишком ... информации о возможности удовлетворения ... .

### Упражнение 3

В верхнем столбце перечислены способы привлечения внимания, в нижнем – определенные действия. Составьте правильные пары.

1. \_\_\_\_\_ Повторение,
2. \_\_\_\_\_ Новизна,
3. \_\_\_\_\_ Изменение интенсивности,
4. \_\_\_\_\_ Искусственное подогревание общественного интереса,
5. \_\_\_\_\_ Контрастные цвета, формы или размеры.

А. Женщина нарисовала на своей машине белую полосу.

Б. Учитель повышает голос и кричит: «Тихо!».

В. У прилавка, где можно поторговаться, постоянно растет толпа.

Г. Мать постоянно пилит своего ребенка: «Не забудь убрать свою комнату»

Д. Человек поливает каждого встречного из водяного пистолета.

## Раздел 3. Деятельность

### Заполните пробелы

1. Активное взаимодействие живого существа с окружающим миром, в ходе которого оно целенаправленно воздействует на объект и за счет этого удовлетворяет свои потребности – ... .

2. ... представлен субъекту в виде специфических переживаний, характеризующихся либо положительными эмоциями от ожидания достижения данного предмета, либо отрицательными, связанными с неполнотой настоящего положения.

3. Структурная единица деятельности человека, соотносимая с задачей и с предметными условиями ее реализации, – ... .

4. Операции, при помощи которых человек достигает своих целей, являются результатом овладения ... выработанными способами ... .

5. Процесс взаимодействия с каким-либо предметом, в котором достигается заранее определенная цель, – это ... .

6. Материальный или идеальный предмет, достижение которого выступает смыслом деятельности, – это ... .

7. Движение – результат работы ... аппарата по реализации двигательного акта, посредством которого происходит взаимодействие живого существа с внешней средой.

8. В контексте принципа единства сознания и деятельности ... и ... рассматриваются не как две формы проявления чего-то единого, различающиеся по средствам эмпирического анализа, а как две ..., образующие ... .

9. Первично биологической формой потребности является ... .

### **Выберите правильный ответ**

1. Отражение совокупности объективных условий, необходимых для успешного выполнения действия, обеспечивает часть действия:

- а) ориентировочную;
- б) исполнительную;
- в) контрольную;
- г) корректирующую.

2. Одной из самых основных и самых общих задач ориентировочной деятельности является:

- а) анализ проблемной ситуации;
- б) установление актуальных значений элементов ситуации и отношений между элементами;
- в) построение плана действия;
- г) реализация плана действий.

3. Процесс объективации накопленного личного опыта называется:

- а) экстернизацией;
- б) интериоризацией;
- в) трудовой деятельностью;
- г) общением.

## **Раздел 4. Психические свойства**

### **Исключите лишнее**

1. Характеристиками психических состояний являются:

- а) целостность;
- б) дискретность;
- в) подвижность;
- г) устойчивость;
- д) полярность.

2. Психическими состояниями являются:

- а) стресс;
- б) фрустрация;
- в) паника;
- г) монотония;
- д) воображение.

3. Исследованием психических состояний занимались:

- а) В.А. Ганзен;
- б) Л.В. Куликов;
- в) Н.Д. Левитов;
- г) А.О. Прохоров;
- д) В.А. Петровский.

4. Основными измерениями психических состояний являются:

- а) мотивационно-побудительное;
- б) наглядно-образное;
- в) активационно-энергетическое;
- г) эмоционально-оценочное.

#### Упражнение 4

Каждый из описанных ниже персонажей борется со стрессом. Укажите, какой стратегией он пользуется – решает проблему, изменяет свое отношение к ней или, смирившись с проблемой, старается уменьшить влияние на свой организм стресса, вызванного ею.

А. Мисс А. попала в автомобильную катастрофу и получила травму шеи. Она утверждает, что в результате этого несчастного случая стала лучше понимать людей, у которых постоянно что-то болит. \_\_\_\_\_

Б. В ресторане мистер Н. и его новая знакомая были вынуждены более получаса ждать, пока их обслужат. Он начал отпускать шутки по поводу медлительности официантов, но, в конце концов, решил, что в результате этой задержки у них оказалось больше времени на беседу. \_\_\_\_\_

В. Начальник крайне низко оценил работу мистера В. Мистер В. думал о том, чтобы уволиться, перейти в другой отдел или обжаловать решение начальника. Он выбрал последний вариант. \_\_\_\_\_

Г. Стол миссис Х. в офисе стоит рядом со столом женщины, у которой громкий, визгливый голос. Чтобы снять напряжение, миссис Х. каждый день во время обеденного перерыва совершает спокойную прогулку по парку. \_\_\_\_\_

## **Вставьте пропущенные слова**

1. Психические состояния представляют собой целостные характеристики ... за определенный период времени.
2. Психические состояния влияют на ... и ..., являясь фоном их протекания. В то же время они выступают в качестве «строительного материала» для формирования ... .

## **Раздел 5. Индивидуально-типологические свойства человека**

### **Верно или неверно**

1. Некоторые черты личности – результат фиксации человека на стадии либидо, не получившей полного развития.
2. Типологические классификации пытаются описать личность, связывая физиологические особенности человека с присущими ему личностными чертами.
3. Воля – основа характера.

### **Выберите правильный ответ**

1. Динамику протекания психической деятельности человека определяет:
  - а) направленность личности;
  - б) способности;
  - в) темперамент;
  - г) эмоции;
  - д) задатки.
2. Типичный для личности стиль социального поведения, сложившийся и укрепившийся в процессе жизни, называется:
  - а) характер;
  - б) мировоззрение;
  - в) привычки;
  - г) установки;
  - д) мораль.
3. Какие из приведенных ниже свойств человека обусловлены биологическими факторами?
  - а) способность;
  - б) авторитет;
  - в) характер;

- г) задатки;
- д) направленность.

4. Какие из приведенных ниже свойств человека обусловлены главным образом социальными факторами?

- а) инстинкты;
- б) тип нервной системы;
- в) убеждения;
- г) агрессивность;
- д) механическая память.

5. Для слабого типа нервной системы наиболее характерно:

- а) вспыльчивость;
- б) ригидность;
- в) активность;
- г) сензитивность;
- д) энергичность.

6. В темпераменте личность проявляется со стороны ее:

- а) содержания;
- б) динамических свойств;
- в) личностно-смысловых аспектов;
- г) неизменных свойств.

7. Физиологическая ветвь учения о темпераменте начинается:

- а) с Демокрита;
- б) с Платона;
- в) с Гиппократа;
- г) с Галена.

8. Слово «темперамент» И.П. Павлов заменил на:

- а) генотип;
- б) фенотип;
- в) социотип;
- г) биотип.

9. Э. Кречмер к темпераменту относил:

- а) общительность и замкнутость, «жизненную установку»;
- б) любовь к господству и наслаждение властью;
- в) соотношение устойчивости эмоций и сопротивления воли;
- г) индивидуальные особенности детерминирующих тенденций.

10. Аккуратность, бережливость, щедрость – это:
- а) черты, характеризующие отношение личности к вещам;
  - б) черты, проявляющиеся по отношению к другим;
  - в) система отношений человека к самому себе;
  - г) черты, проявляющиеся в деятельности.

11. Физиологические основы темперамента изучал:

- а) У. Шелдон;
- б) Э. Кречмер;
- в) И.П. Павлов;
- г) Дж. Гилфорд.

12. Целостность по отношению к характеру является его:

- а) типом;
- б) чертой;
- в) качеством;
- г) акцентуацией.

13. Наиболее общей формально-динамической характеристикой индивидуального поведения является:

- а) темперамент;
- б) характер;
- в) способности;
- г) направленности.

14. Развитие способностей основывается на:

- а) характере;
- б) задатках;
- в) темпераменте;
- г) направленности;
- д) типе нервной системы.

### **Восстановите последовательность**

1. Характер детерминирован:

- а) социальной жизнью человека;
- б) темпераментом;
- в) влиянием значимых людей;
- г) воспитанием;
- д) жизненными обстоятельствами;
- е) самовоспитанием;
- ж) направленностью личности;
- з) наследственностью.



## Раздел 6. Общие представления о личности

### Заполните пробелы

1. Личность характеризуется, прежде всего, как система ... человека к окружающей ... .

2. Теории, которые пытаются иметь дело со всеми важными поведенческими феноменами, могут быть рассмотрены как ... теории поведения; те же что ограничивают свои интересы определенными типами поведенческих явлений, называются ... теориями.

### Выберите правильный ответ

1. Кто из нижеуказанных психологов не является автором социально-психологической теории личности:

- а) А. Адлер;
- б) Б. Скиннер;
- в) К. Хорни;
- г) Г. Салливан;
- д) Э. Фромм.

2. Какими теоретическими проблемами при исследовании личности не занимался А. Маслоу:

- а) иерархия потребностей;
- б) самоактуализация;
- в) вершинные переживания;
- г) конструктивный альтернативизм;
- д) эупсихея.

3. Из приведенных ниже высказываний выбрать правильное:

- а) личность – врожденное свойство индивида;
- б) личностью является лишь тот, кто обладает яркой индивидуальностью;
- в) личность – это всякий свободный и независимый человек;
- г) личность – это человек как носитель биологических свойств;
- д) человек, взятый в его социальном качестве, есть личность.

4. Процесс накопления личностного опыта путем преобразования внешних элементов предметной деятельности и общения во внутренний план называется:

- а) воспитание;
- б) научение;
- в) интериоризация;
- г) развитие.

## Упражнение 5

Прочитайте сценку и определите, какой точки зрения придерживается каждое действующее лицо: бихевиористической, гештальтистской, психоаналитической, гуманистической, когнитивистской или эклектической. Обоснуйте свое решение.

*Комната двухлетнего мальчика. Восемь часов вечера. Мальчик стоит около кровати в окружении своих родственников: отца, матери, бабушки, дяди Густаво и тети Реа. Все они – психологи.*

*Мальчик* (плаксиво): Не буду пать один. Буду пать башими, в ба-ашо-ой каватке. Мне тийно и тья-ашно.

*Мать*: Бедный мой Бенджи, он ведь даже не подозревает, почему ему страшно. Наверное, он еще в роддоме испугался чего-то темного, и теперь ему всегда будет страшно оставаться одному в темноте. Когда-нибудь мне придется поработать с ним над его страхами и извлечь эту проблему из его бессознательного.

*Дядя Густаво*: Да не трать ты времени попусту! Просто положи рядом с кроватью пару печенюшек. Раз-другой поест в темноте печенья, глядишь, на третий – сам запросит, чтобы поскорее выключить свет.

*Тетя Реа*: О Густаво, вечно ты придаешь значение частностям. Скорее всего, крошка Бенджи пока еще очень слабо осознает, что такое темнота в отличие от не-темноты. А может быть, его глаза еще не вполне адаптировались к условиям неосвещенного помещения.

*Дедушка*: Дайте мне поговорить с мальчиком, я хочу выяснить, что он сам думает по этому поводу.

*Отец*: Я согласен, что печенья – это не выход... Вот что, малыш, а скажи-ка мне, пожалуйста, какие это такие страшные вещи творятся в темноте?

*Мальчик*: В тимате ис шкафа вызанют стья-ашные тюдовисси.

*Отец*: Хочешь, я закрою дверь на ключ, и они не смогут оттуда вылезти?

*Мальчик*: Да, качу, качу, тойка иссе папьяси дядю Устая пьинести мне питенья, тетю Ею – посмотьеть мои газки, маму – сказать, как Бензи был маленьким, а деду – пагаванть, пья сто я думаю.

А. Мать \_\_\_\_\_

Б. Отец \_\_\_\_\_

В. Дядя Густаво \_\_\_\_\_

Г. Тетя Реа \_\_\_\_\_

Д. Дедушка \_\_\_\_\_

Е. Мальчик \_\_\_\_\_

**Восстановить соответствие** авторства подходов к изучению личности отечественной психологии:

1. Подход Б.Г. Ананьева.
2. Подход К.А. Абульхановой-Славской.
3. Подход Д.И. Фельдштейна.
4. Подход А.В. Петровского.
5. Подход Д.Н. Узнадзе.
6. Подход К.К. Платонова.

а) Рассматривает личность как целостное и духовное образование, мотивы и поступки которой могут носить и неосознанный характер.

б) Согласно этому подходу личность – это конкретный человек, являющийся представителем определенного общества, определенной социальной группы, занимающийся конкретным видом деятельности, осознающий свое отношение к окружающему и наделенный определенными индивидуально-психологическими особенностями.

в) Согласно ему в онтогенезе личность развивается поуровнево, проходя различные этапы социальной зрелости. При этом ведущим фактором ее формирования является общественно полезная деятельность.

г) Рассматривает человека, личность в единстве четырех сторон: 1 – человека как биологического вида; 2 – в онтогенезе и жизненном пути человека как индивида; 3 – человека как личности; 4 – человека как части человечества.

д) Согласно этому подходу при объяснении любых психических явлений личность выступает как целостная система внутренних условий, через которые преломляются все внешние воздействия, в силу чего в личности можно выделять компоненты разной меры общности и устойчивости.

е) Рассматривает ядро личности как систему ее отношений к внешнему миру и самому себе, которая формируется под воздействием отражения сознанием человека окружающей действительности, являясь одной из форм этого отражения.

ж) Согласно ему личность имеет динамическую функциональную структуру, элементами которой являются: 1 – направленность, 2 – опыт, 3 – особенности психических процессов и 4 – ее биопсихологические свойства.

з) Представляет личность как субъект жизненного пути и субъект деятельности. В основе ее становления лежит развитие таких качеств, как активность, способность к организации времени, социальное мышление.

## Установите аналогии

1. Экстраверсия так относится к интроверсии, как альтруизм к ...
2. Понятие «человек» так относится к «неповторимость», как «личность» к ...

## Восстановите последовательность

1. Распределите в порядке хронологического появления следующие теории личности:
  - а) когнитивная теория личности К. Келли;
  - б) психоаналитическая теория З. Фрейда;
  - в) социально-когнитивная теория А. Бандуры;
  - г) феноменологическая теория К. Роджерса.

## Упражнение 6

Укажите, какой из перечисленных ниже защитных механизмов действует в каждом из примеров: 1) вытеснение, 2) уход, 3) фантазирование, 4) регрессия, 5) рационализация, 6) проекция, 7) перенос, 8) реактивное образование, 9) компенсация, 10) сублимация.

а. Грег не закончил работу по биологии. Чтобы не позориться перед классом, он притворился, что у него болит голова, и опустил ее на парту.

б. У Прунеллы сломалась машина. Поскольку у нее нет денег на ремонт, ей надо выходить из дома на час раньше и ехать на работу на велосипеде или идти пешком. Прунелла говорит, что таким образом она экономит деньги на бензине и масле и, кроме того, ей нравится физическая нагрузка.

в. Чед отвык от сосания пальца, когда ему было около 4 лет. В 7 лет ему сообщили, что его родители разводятся и он будет жить с мамой и «новым папой». Чед снова начал сосать палец.

г. Джулия, звезда женского футбола, во время игры порвала себе связки на ноге. Когда врач сказал ей, что она никогда не сможет снова играть в футбол, она принялась старательно изучать методику работы футбольного тренера.

д. Мартин пилил дрова и поранил руку пилой. По дороге в ближайший травматологический пункт он вспомнил, какие болезненные уколы ему делали, когда он в прошлый раз обращался в этот пункт за помощью. Оказалось, что он пропустил нужный поворот, и теперь, чтобы найти дорогу, ему пришлось спрашивать.

е. Эрик очень любит сорить деньгами. Он дает большие чаевые, покупает экстравагантные подарки и часто играет в азартные игры. Когда его бережливая жена купила материал на новые занавески для кухни, он обвинил ее в мотовстве. Он заявил, что их старые и рваные занавески еще вполне годятся, и обозвал жену транжирой. \_\_\_\_

ж. Маленькая Инесса очень расстроилась, что мама ее отшлепала. Она побежала в свой игрушечный уголок и разбила куклу. \_\_\_\_

з. Паулетт воспитывает восьмерых детей. Они живут в старой лачуге, где нет ни отопления, ни канализации. Паулетт любит мечтать о том, как она выиграет в лотерею и будет путешествовать и покупать красивую одежду. \_\_\_\_

и. У Джереми постоянно возникают проблемы в отношениях с мамой. Он никогда не слушается и все время спорит с ней. Когда он выбирал себе узор для татуировки, то остановился на большом сердце со словом «мама» посередине. \_\_\_\_

к. Когда Элизабет сердится, она садится за пианино. Она уже сочинила в такие минуты несколько прекрасных джазовых мелодий. \_\_\_\_

## **Раздел 7. Общение как социально-психологический аспект в жизни человека**

### **Верно или неверно**

1. Величина межличностной дистанции зависит от культурных традиций.

2. Во всех перенаселенных странах жители крупных городов испытывают серьезные проблемы, связанные с чувством одиночества, апатией.

3. Коммуникация основывается на всем поведении человека в целом.

4. Мы склонны чаще объяснять поведение другого человека внешними причинами, нежели внутренними.

5. Если коммуникатор внушает доверие, для изменения установок совсем не требуется, чтобы терминология, которой он пользуется, была доступна реципиенту.

6. Взаимное влечение двух людей определяется главным образом внутренними качествами каждого из них.

### **Выберите правильный ответ**

1. Письменную и устную речь различают:

- а) по средствам общения;
- б) по способам общения;
- в) по выполненным функциям;
- г) по условиям общения.

2. Понимание эмоционального состояния другого человека относится к умениям:

- а) межличностной коммуникации;
- б) восприятия и понимания друг друга;
- в) межличностного взаимодействия;
- г) группового взаимодействия.

3. Интересы и склонности человека выступают показателями плана общения:

- а) коммуникативного;
- б) индивидуально-личностного;
- в) общего социально-психологического;
- г) морально-политического.

4. Один из основных механизмов межличностного восприятия в общении, характеризующийся пониманием и интерпретацией другого человека путем отождествления себя с ним, трактуется как:

- а) социально-психологическая рефлексия;
- б) стереотипизация;
- в) рефлексия;
- г) идентификация.

5. Жесты, мимика и пантомимика – это средства общения:

- а) оптико-кинетические;
- б) паралингвистические;
- в) экстралингвистические;
- г) пространственно-временные.

6. Произношение, тембр, высота и громкость голоса относятся к средствам общения:

- а) оптико-кинетическим;
- б) паралингвистическим;
- в) экстралингвистическим;
- г) пространственно-временным.

7. Тенденция к сохранению однажды созданного представления о другом человеке составляет суть эффекта:

- а) ореола;
- б) последовательности;
- в) инерционности;
- г) стереотипизации.

8. Неправильное отношение в процессе общения друг к другу относится к барьерам общения:

- а) физическим;
- б) социально-психологическим;
- в) неправильной установки сознания;
- г) организационно-психологическим.

### Упражнение 7

Прочитайте зарисовки и расшифруйте, что хотел сказать своим поступком каждый из персонажей.

Джейн собрала свои длинные светлые волосы в тугий узел на затылке, надела одолженный у матери строгий костюм в тонкую полоску и бабушкины туфли, сложила папки с документами в отцовский портфель и отправилась на собеседование. \_\_\_\_\_

После семейной ссоры Энди нарисовал портрет жены в черных и серых тонах. Рисунок он повесил на зеркало перед ее туалетным столиком. \_\_\_\_\_

Начальник похвалил Гайю за хорошую работу и потрепал по плечу. Девушка поспешно отстранилась. \_\_\_\_\_

Тэсси оглядела переполненный людьми пляж и расстелила свое полотенце в метре от симпатичного молодого мужчины. \_\_\_\_\_

## СПИСОК ОПОРНЫХ ТЕРМИНОВ

1. Предмет.
2. Психология.
3. Предмет психологии.
4. Структура.
5. Явление.
6. Отражение.
7. Субъект.
8. Объект.
9. Ориентация.
10. Репутация.
11. Активность.
12. Сознание.
13. Бессознательное.
14. Поведение.
15. Интроспекция.
16. Наблюдение.
17. Эксперимент.
18. Задача.
19. Игра.
20. Подражание.
21. Диагностика.
22. Деятельность.
23. Мотив.
24. Потребность.
25. Цель.
26. Психологические процессы, состояния, свойства.
27. Действие.
28. Операция.
29. Средства.
30. Проблема.
31. Коррекция.
32. Афферентная система.
33. Эфферентная система.
34. Регуляция двигательных актов (Бернштейн).
35. Акцептор действия (Анохин).
36. Критерии психического.
37. Чувствительность.
38. Сенсорная депривация.
39. Гипотеза возникновения чувствительности (Леонтьев).
40. Рефлекторная теория.



41. Экологический принцип отражения.
42. Объективация.
43. Детерминизм.
44. Умение.
45. Биологический смысл.
46. Экспрессия.
47. Структура деятельности человека.
48. Стимул.
49. Адаптация.
50. Проблема исторического развития психики.
51. Индивид.
52. Личность.
53. Индивидуальность.
54. Понятие установки (Узнадзе).
55. Принцип единства деятельности и сознания.
56. Общение, структура общения.
57. Чувственная ткань.
58. Личностный смысл.
59. Значение.
60. Условие присвоения общественно-исторического опыта.
61. Формирование высших психических функций.
62. Интериоризация.
63. Экстериоризация.
64. Онтогенетическое развитие личности.
65. Актуальное состояние и потенциальное состояние потребностей.
66. Синестезия.
67. Интеллект.
68. Кризис возрастного развития.
69. Ведущий тип деятельности.
70. Законы Йеркса-Додсона.
71. Эмоции, чувства, настроения, переживания.
72. Процессы памяти.
73. Воля.
74. Чувственное отражение.
75. Ощущения, виды и принципы классификации.
76. Стеничность.
77. Первичный образ и перцептивный образ (Г. Геймгольц).
78. Предметное содержание образа восприятия.
79. Семантическая многоуровневость предметного содержания образа.
80. Видимый мир и видимое поле. (Дж. Гибсон).
81. Чувственная основа и перцептивный смысл образа восприятия.
82. Психофизика.
83. Объективные индикаторы сенсорно-перцептивных процессов.

84. Проксимальный и дистальный стимул.
85. Звуковая волна как проксимальный стимул.
86. Свет как проксимальный стимул для зрения.
87. Страх.
88. Толерантность.
89. Эйдетизм.
90. Частотный метод описания яркостной функции, спектр яркостной функции.
91. Актуализация.
92. Субъективные корреляты проксимальных стимулов.
93. Основные параметры зрительных и слуховых ощущений.
94. Основные параметры чувственной ткани зрительного образа.
95. Стресс.
96. Абстракция.
97. Психофизические зависимости.
98. Отношение Вебера. Закон Вебера-Фехнера.
99. Поле зрения.
100. Фрустрация.
101. Изосонические кривые.
102. Явление Бецольда-Брюкке.
103. Сенсорный оператор.
104. Понятие метамеризма.
105. Полосы Маха.
106. Линеризация / аппроксимация сенсорного оператора линейным операторам.
107. Законы смещения цветов.
108. Теория цветового зрения.
109. Структура Грааемана.
110. Диаграммы хроматичности (Максвел, МОК).
111. Абсолютная и разностная чувствительность. Пороги ощущений.
112. Интенция.
113. Статический характер сенсорных явлений.
114. Изосенсивные кривые.
115. Теории сенсорного порога.
116. Световая чувствительность. Опыт Греха.
117. Квантовая эффективность глаза.
118. Закон Райса-Роуза.
119. Кривые видимости.
120. Эффект Пуркинье.
121. Зрительная периметрия.
122. Эффект Стайлза-Крауфорда.
123. Световая и темновая адаптация.
124. Анализ.

125. Теория адаптации Лазарева-Гехта.
126. Теория слуха.
127. Механизмы восприятия двухмерного пространства.
128. Теория «локальных знаков» Лотце.
129. Пространство как математическая абстракция.
130. Антиципация.
131. Передаточная функция зрительной и слуховой системы.
132. Метод построения передаточной функции зрительной системы человека О. Штейза.
133. Влечение.
134. Острота зрения. Мелькания. Кривые де Ланге.
135. Импульсная реакция зрительной системы.
136. Закон Гальбота.
137. Закон Ферри-Портера.
138. Двухмерные функции контрастной чувствительности по Д. Келли.
139. Контекст.
140. Простейшие модели зрения и слуха.
141. Одноканальная модель обнаружения по Ф. Кэмпбеллу и К. Рэмбассу.
142. Временная и пространственная суммация.
143. Закон Рикко и Пайпера.
144. Закон Блоха.
145. Явление Брокка-Сульцера.
146. Намерение. .
147. Понятие анализатора. Анализаторы формы, наклона, величины, скорости и пространства.
148. Избирательная адаптация как метод изучения анализаторов.
149. Эксперименты К. Блейкмора, Ф. Кэмпбелла, Р. Секбюлера.
150. Образ мира.
151. Психофизическая теория восприятия пространства Дж. Гибсона.
152. Стереоскопическое восприятие.
153. Конфликт.
154. Диспаратность как стимул для стереопсиса.
155. Закон идентичности зрительных направлений Геринга.
156. Диплозия и фузия.
157. Теории стереопсиса.
158. Восприятие движения, удаленности, времени.
159. Поступок.
160. Феноменология кажущегося движения. Законы Корте и Канемана.
161. Персонафикация.
162. Нативизм и эмпиризм.
163. Явления кожного зрения.
164. Беседа.
165. Функции воображения.