

Факультет гуманитарный
Кафедра менеджмента и коммуникаций

СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой
Мотульский Р. С.

25.09.2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета
Иноземцева И. Е.

25.09.2024 г.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

*Электронный учебно-методический комплекс
для обучающихся специальностям*

6-05-0215-02 Музыкальное искусство эстрады,

6-05-0215-10 Компьютерная музыка,

6-05-0314-03 Социально-культурный менеджмент и коммуникации

Составитель

Кузьминич Т. В., доцент кафедры социально-культурного менеджмента и коммуникаций Частного учреждения образования «Институт современных знаний имени А. М. Широкова», кандидат педагогических наук, доцент

Рассмотрено и утверждено
на заседании Совета гуманитарного факультета
протокол № 5 от 30.12.2024 г.

УДК 159.9(075.8)
ББК 88.2я73

Р е ц е н з е н т ы:

кафедра общеобразовательных дисциплин учреждения образования «Белорусская государственная академия искусств» (протокол № 9 от 28.08.2024 г.);

Воронецкая Л. Н., проректор по научно-методической работе учреждения образования «Минский городской институт развития образования», профессор кафедры психологии и инклюзивного образования, кандидат педагогических наук, доцент.

Рассмотрено и рекомендовано к утверждению
кафедрой менеджмента и коммуникаций
(протокол № 2 от 17.09.2024 г.)

О28 Кузьминич, Т. В. Общая психология : учеб.-метод. комплекс для обучающихся специальностям: 6-05-0215-02 Музыкальное искусство эстрады, 6-05-0215-10 Компьютерная музыка, 6-05-0314-03 Социально-культурный менеджмент и коммуникации [Электронный ресурс] / Сост. Т. В. Кузьминич. – Электрон. дан. (1,0 Мб). – Минск : Институт современных знаний имени А. М. Широкова, 2024. – 123 с.

Систем. требования (миним.) : Intel Pentium (или аналогичный процессор других производителей) 1 ГГц ; 512 Мб оперативной памяти ; 500 Мб свободного дискового пространства ; привод DVD ; операционная система Microsoft Windows 2000 SP 4 / XP SP 2 / Vista (32 бит) или более поздние версии ; Adobe Reader 7.0 (или аналогичный продукт для чтения файлов формата pdf).

Номер гос. регистрации в РУП «Центр цифрового развития» 1152440272
от 30.10.2024 г.

Учебно-методический комплекс представляет собой совокупность учебно-методических материалов, способствующих эффективному формированию компетенций в рамках изучения дисциплины «Общая психология».

Для студентов вузов.

ISBN 978-985-547-472-3

О Институт современных знаний
имени А. М. Широкова, 2024

Введение

Учебная дисциплина «Общая психология» является необходимой составляющей подготовки будущих специалистов в сфере искусства эстрады и специалистов по управлению и коммуникациям.

Цель учебной дисциплины – формирование у студентов объективного представления о психологии как системе научного знания, психологических основах деятельности и поведения.

Основными задачами учебной дисциплины являются:

усвоение базовых категорий и понятий психологической науки;

формирование представлений об основных этапах ее развития;

формирование представлений о сущности психики и сознания, основных психических процессах, индивидуально-типологических особенностях и состояниях личности;

формирование представлений о потребностно-мотивационной и эмоционально-волевой сферах личности, основных закономерностях ее развития.

Психология относится к ряду важнейших наук о человеке, закономерностях и особенностях его психической деятельности. Наличие психологических знаний позволяет каждому специалисту, включенному в ту или иную сферу профессиональной деятельности, правильно понимать окружающих его людей и в рамках социального взаимодействия учитывать особенности их психической активности, индивидуально-типологические черты, свойства и состояния. Особенно это важно во всех видах социокультурной деятельности, где велика составляющая художественного творчества и межличностных коммуникаций. Понимание закономерностей развития психики является основой для формирования теоретической, практической и психологической готовности работать в творческих коллективах и учреждениях образования, способствует повышению эффективности художественного обучения и воспитания.

Учебная дисциплина «Общая психология» состоит из четырех основных разделов: введение в психологию, познавательные психические процессы, эмо-

ционально-волевая и мотивационно-потребностная сферы личности; индивидуально-психологические особенности личности. Их изучение обеспечит формирование у студентов методологических основ психологии, системы понятийного аппарата психологии, представления о психике в целом, основных психических процессах и состояниях, общего представления об индивидуально-психологических особенностях развития личности. Изучение данной учебной дисциплины осуществляется во взаимосвязи с учебными дисциплинами: «Философия», «Педагогика», «Политология», «Культурология» и др.

Требования к универсальным компетенциям специалиста

Специалист должен:

УК-1. Владеть основами исследовательской деятельности, осуществлять поиск, анализ и синтез информации;

УК-5. Быть способным к саморазвитию и совершенствованию в профессиональной деятельности;

УК-6. Проявлять инициативу и адаптироваться к изменениям в профессиональной деятельности;

Специалист должен обладать базовыми профессиональными компетенциями.

БПК-1. Применять на практике основные теории обучения и воспитания, современные педагогические системы, понимать их роль и место в образовательном процессе;

БПК-2. Определять и применять в профессиональной деятельности современные методы, формы, средства и технологии обучения и воспитания;

БПК-3. Учитывать в педагогической деятельности особенности возрастного физиологического и психологического развития человека на основе системных знаний о жизненных этапах его развития в биологическом, социальном и психологическом аспектах;

БПК-4. Осуществлять педагогическую деятельность в сфере художественного образования, создавать и применять современные образовательные технологии и педагогические инновации в целях личностного, духовно-нравственного, художественно-эстетического и профессионального развития обучающихся;

БПК-5. Применять методы и современные методики обучения эстраднему вокалу, преподавать специальные дисциплины на высоком научно-теоретическом уровне;

БПК-6. Применять знания в области теории и методики педагогической деятельности, понимать инновационные процессы в образовании.

В результате изучения учебной дисциплины студенты должны знать:

теоретические положения общей психологии;

основные категории, структуру, методы и направления современной психологической науки;

психологические процессы, состояния, свойства личности;

психологические особенности развития личности;

уметь:

самостоятельно использовать психологические знания в профессиональной деятельности;

эффективно реализовывать ценностно-рефлексивную деятельность в условиях художественно-творческого процесса, процессах обучения, воспитания и развития личности;

применять теоретические знания по общей психологии для решения практических задач профессиональной деятельности;

иметь навыки:

самоанализа,

психологического понимания и интерпретации поведения людей;

психологической культуры, приемов и методов самоактуализации личности.

В соответствии с учебным планом по учебной дисциплине предусмотрено 100 часов, из них: 50 часов аудиторных занятий, в том числе 40 часов лекционных, 10 часов семинарских, 50 часов самостоятельной работы для студентов очной (дневной) формы получения высшего образования (10 часов лекционных, 2 часа семинарских занятий, 88 часов самостоятельной работы – для студентов заочной формы получения высшего образования).

Особенности структурирования и подачи учебного материала

ЭУМК включает разделы: теоретический, практический, раздел контроля знаний и вспомогательный.

Теоретический раздел включает конспект лекций для теоретического изучения учебной дисциплины.

Практический раздел содержит планы семинарских занятий, список литературы.

Раздел контроля знаний содержит вопросы для самопроверки и текущей аттестации успеваемости, перечень вопросов к экзамену, темы рефератов.

Во **вспомогательном разделе** размещена учебная программа для общего высшего образования, список рекомендуемой литературы.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. Конспект лекций

Раздел 1. Введение в психологию

Тема 1.1. Общая характеристика психологии как системы научного знания

Определение. Структура психологии как комплексной научной дисциплины.

Основные этапы развития психологии. Общая характеристика основных научных направлений в психологии

Психология – система научного знания о возникновении, формировании, развитии и проявлениях психики. Она является одной из основных наук о человеке. Термин «психология» с греческого в переводе на русский язык означает «наука о душе». В настоящее время вместо понятия «душа» используется понятие «психика» (свойство мозга отражать объективную реальность). Современная психология представляет собой систему научных дисциплин, в которой можно выделить два основных блока: общая психология (фундаментальная психология) и прикладные научные дисциплины.

Общая психология изучает сущность и общие закономерности возникновения, функционирования и развития психики, базовые категории и понятийный аппарат психологической науки, общие вопросы психологии личности и познания, индивидуальных особенностей человека (способностях, темпераменте, характере), внутренней (эмоциональной и волевой) регуляции его деятельности, потребностно-мотивационной сфере человека. Она является методологической и теоретической основой прикладных психологических дисциплин. Эти дисциплины отличаются от общей психологии практической направленностью и имеют как теоретическое, так и практическое значение. Их перечень достаточно велик, его можно представить по ряду критериев (оснований), в частности, вид деятельности человека, психическое развитие человека, отношения личности и

общества. В соответствии с видами деятельности человека выделяют такие прикладные дисциплины как психология труда, медицинская психология, педагогическая психология, юридическая психология, инженерная психология, спортивная психология, психология художественного творчества, политическая психология, военная психология, психология религии и др. По критерию психическое развитие человека - психология развития, возрастная психология, психология личности, детская психология, сравнительная психология, психология аномального развития (специальная психология). Интенсивное изучение психологических аспектов отношений личности и общества, накопление соответствующих знаний привело к выделению в качестве самостоятельных научных дисциплин социальной психологии, дифференциальной психологии, этнопсихологии и др.

Наряду с научными психологическими знаниями, основным источником которых является психологическая наука и практика, формируются элементы психологических знаний в обыденно-повседневной жизни человека. Они основаны на житейском опыте, наблюдениях и размышлениях человека, появляются и применяются в процессе его практической деятельности, общении с другими людьми. Эти знания имеют интуитивный и локализованный характер.

Научные знания, генерируемые в рамках «Общей психологии» и ряде прикладных психологических наук, являются основой содержания при формировании соответствующих учебных дисциплин при подготовке как психологов, так и специалистов для других сфер практической и научной видов деятельности. Освоение учебной дисциплины «Общая психология» предусмотрено при получении общего высшего образования по специальностям 6-05-0314-03 Социально-культурный менеджмент и коммуникации, 6-05-0215-02 Музыкальное искусство эстрады, 6-05-0215-10 Компьютерная музыка. Это необходимо для формирования у студентов объективного представления о психологии как системе научного знания, психологических основах деятельности и поведения. К основным задачам учебной дисциплины «Общая психология» относятся: 1. усвоение базовых категорий и понятий психологической науки; 2. формирование представлений об основных этапах ее развития; 3. формирование представлений о

сущности психики и сознания, основных психических процессах, индивидуально-типологических особенностях и состояниях.

Наличие психологических знаний позволяет каждому специалисту, включенному в выше названные сферы профессиональной деятельности, правильнее понимать окружающих его людей, в рамках социального взаимодействия учитывать особенности их психической активности, индивидуально-типологические черты, свойства и состояния. Это значимо для всех направлений социокультурной деятельности, где велика составляющая художественного творчества и межличностных коммуникаций. Понимание закономерностей развития психики является основой для формирования теоретической, практической и психологической готовности работать в творческих коллективах и учреждениях образования, способствует повышению эффективности художественного обучения и воспитания.

Основные этапы развития психологического знания. Психология относится к наукам о человеке, истоки которых в древнейших философских работах Гераклита (530–470 гг. до н. э.), Гиппократ (460–377 до н.э.), Платона (427–347 до н.э.), Аристотеля (384–322 до н.э.), Теофраста (372–287 до н.э.), Эпикура (342/341— 271/270 до н.э.) и др. Излагались взгляды на суть человеческого бытия, отношения человека к миру, личность с ее ценностями, характером, темпераментом, способностями и др. Формировались элементы научных психологических знаний, которые с течением времени изменялись, накапливались, обособлялись, подкреплялись экспериментально и сформировались в отдельное научное направление, самостоятельную научную дисциплину, систему научного знания – психологию, интенсивное развитие которой и дифференциация продолжается до настоящего времени.

Принято выделять четыре основных этапа в развитии психологии.

Первый этап (от 5 в до н.э. до начала XVII в.). Психологию рассматривали как учение о душе. Все неясные, непонятные явления, связанные с человеком, иногда всем живым на земле толковались с помощью понятия «душа». Греческий философ Платон (427–347 до н.э.) считал тело и душу самостоятельными, антагонистическими началами, душа бессмертна, тело смертно. Душа изначально

находится в сфере «чистого бытия», вынуждена проводить время в том или ином теле. В основе души разумное, яростное и страстное начала (обращенное на познание, преодоление трудностей, удовлетворение и наслаждение).

Греческий философ Аристотель (384–322 до н.э.) – автор трактата «О душе» считал, что душа обладает целостностью, это организующий принцип, источник и способ регуляции организма. Она имматериальна (невещественна, нетелесна), но соединена с телом, оживляет тело, является источником движения и сущностью жизни на земле. Это основа всех жизненных проявлений, ощущений, размышлений. Рассматривал 3 типа души – растительную, животную и разумную человеческую. Животные организм в отличие от растительных имеют органы чувств, которые позволяют воспринимать окружающий мир.

В этот период были сформированы первые представления о темпераменте (Гиппократ (460-377 до н.э.) и характере человека (Теофраст (372-287 до н.э.)) и др.

На протяжении III-V вв. в работах раннехристианских философов, теологов Плотина (205-270 гг.), Аврелия Августина (354-430) было обращено внимание на внутренний мир человека, возможности самопознания.

Материалистические взгляды в философии и ряда понятий психологии представлены в работах английского философа В. Оккама (1300—1350). В. Оккам рассматривал реальность общих понятий или универсалий, существующих в виде концептов или умственных образов и существование терминов или знаков, имеющих отношение к единичным предметам (перцептов).

Итальянский философ-схоласт П. Помпонацци (146–1525) считал, что душа материальна и смертна, разум неотделим от материи, от тела. Мышление невозможно без телесных процессов, ощущений, чувственных образов и представлений.

Немецкий философ Р. Гоклениус (1547–1628) впервые включил понятие «психология» в философский словарь и использовал его в названии научной работы («Psychologia: hoc est....», 1590 г.) в значении «совершенство человека, его

разум и особенно его происхождение»¹), так и к самому исследованию («комментарии и дискуссии некоторых теологов и философов нашего времени»).

Английский философ, историк, публицист Фрэнсис Бэкон (1561–1626) различал в человеке две души – разумную (боговдохновенную) и чувственную (подобная душе животных). В учении о душе выделил науку о рациональной божественной душе и душе нерациональной, телесной, обосновал значение общества и орудий в процессах познания.

В работах французского философа Рене Декарта (1596–1650 гг.) был использован термин «сознание» в значении способность человека думать, чувствовать, желать. В дальнейшем, на протяжении XVII – XIX вв. (**второй этап** развития психологии) сознание стало основным предметом рассмотрения в большинстве работ психологического характера. Формирование психологических знаний в большей степени связывалось с естественными науками. Основным методом познания считалось самонаблюдение, анализ своей внутренней жизни. Были заложены методологические предпосылки научного понимания психики и сознания. Английский философ Дж. Локк (1632–1704) основой познания считал опыт, состоящий из единичных восприятий (ощущений и рефлексий), первичность ощущений перед разумом. Английский врач, философ и психолог Д. Гартли (1705–1757) считал, что ощущения лежат в основе человеческого разума, путем роста из простых ощущений, возникают различные состояния сознания, явления памяти, эмоции, условные рассуждения, произвольные и непроизвольные действия. Французский философ и писатель К. Гельвеций (1715–1771) придерживался взглядов социальной опосредованности сознания человека, решающей роли среды в формировании личности, считал, что мир материален, находится в постоянном движении, ощущения и мышление являются свойствами материи,

В работах немецкого философа и математика Х. Вольфа (1679–1754) психология (эмпирическая и рациональная наука о душе) рассматривалась в составе метафизики наряду с философией, или онтологией, рациональной космологией,

¹ https://ru.wikipedia.org/wiki/Гоклениус,_Рудольф

естественной теологией. После выхода книг «Эмпирическая психология» и «Рациональная психология» (1732 и 1734 гг.) в Европе активно стал использоваться термин «психология».

На **третьем этапе** развития психологии в качестве предмета ее исследования стало рассматриваться поведение человека. По мнению американского психолога основателя бихевиоризма Д. Уотсона (1878–1958), психология должна отказаться от изучения сознания и изучать только объективно наблюдаемые акты поведения. С конца XIX в. в рамках психологических исследований стали применяться экспериментальные методы. В 1879 г. в Лейпциге немецкий врач, физиолог, психолог и лингвист В. Вундт (1832-1920)– основал в первую психологическую лабораторию. Позднее подобные лаборатории стали открываться в других странах мира, в том числе и Российской империи (1901 г.)² Психология приобрела экспериментальный характер, разработаны методы условных рефлексов в физиологии, развивалась практика лечения психических заболеваний людей, появились новые направления психологии, включая бихевиоризм, психоанализ, генетическая психология и др.

На четвертом (современном) этапе психологию рассматривают как науку о психике, закономерностях ее возникновения, проявлениях и развитии. Она активно развивается как система научного знания, прикладная область знаний, сфера практической деятельности. Разрабатываются различные направления психологической науки и практики, включая те, которые зародились на предыдущем этапе ее развития. Ученые придерживаются различных подходов к осмыслению психики человека: психоаналитического (непсихоаналитического); бихевиористского (необихевиористского); гуманистического, когнитивистского, гештальтпсихологического и др. В отечественной психологической науке и практике были разработаны культурно-историческая концепция развития психики, деятельностный подход к рассмотрению психики, публиковались работы

² Крейцберга, К.А. Работа первых лабораторий экспериментальной психологии в ключе педагогического сообщества в начале 20 века // Genesis: исторические исследования. – 2022. – № 6. j URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=36136. – Дата доступа: 02.08.2024.

и реализовывались практики в области психоанализа, когнитивной психологии, гештальтпсихологии и др.

Общая характеристика основных направлений психологии Бихевиоризм – от англ. *behaviour* – поведение). Основоположники: американский психолог Дж. Уотсен (1878–1958) и американский психолог и педагог Э. Торндайк (1874–1949). Психология должна изучать не сознание, которое невозможно непосредственно наблюдать, а реакции организма на стимулы внешней среды – поведение субъекта. Необходимо определить законы, связывающие стимулы и ответные реакции, в соответствии со стимулом (ситуацией) предсказать поведение (реакцию) человека, по особенностям реакции определить или описать стимул. Человеку присущи врожденные и приобретенные поведенческие реакции. Врожденные (дыхание, глотание и т. п.) лежат в основе жизнеспособности организма, над ними надстраиваются более сложные реакции, в том числе «сценарии» поведения. Приобретение новых реакций («сценариев») происходит с помощью проб и ошибок. Положительно подтвержденный вариант закрепляется и в дальнейшем воспроизводится в подобных ситуациях.

Психоанализ (от нем. Psychoanalyse) (глубинная психология). Основоположником теории и метода лечения психических отклонений на основе этой теории является австрийский невролог, психиатр и психоаналитик Зигмунд Фрейд (1856–1939). Основные психические явления рассматривались через внутренние (иррациональные) бессознательные влечения. Эти глубинные побуждения во многом определяют поведение человека, его поступки. Попытки осознания этих влечений и управления ими приводят к психологическому сопротивлению, конфликту между сознательным и бессознательным в психике человека, могут способствовать возникновению страхов, неврозов и других психоэмоциональных нарушений, формированию психологических защитных механизмов. Основным методом терапевтической помощи рассматривали вербализацию мыслей, фантазий, снов; анализ ассоциаций, сновидений, описок и оговорок и т.д.

Теория психоанализа получила развитие в работах учеников и последователей З. Фрейда (К. Юнг, Э. Фромм, Э. Эриксон, Дж. Арлоу, Ч. Бренне, А. Фрейд,

М. Кляйн и др.), представлена в виде ряда теорий и методик психоаналитической терапии.

Аналитическая психология – теория, предложенная швейцарским психологом, психиатром, педагогом Карлом Густавом Юнгом (1875—1961). Это одно из глубинных направлений психологии, ориентированное на исследование бессознательных психических процессов. Ставились задачи изучения глубинных причин и мотиваций, определяющих поведение человека. Бессознательная сфера человека рассматривалась как основа развития индивидуальности. Существует два типа бессознательного: личное и коллективное. Личное – это приобретенный человеком жизненный опыт, коллективное – единый «общий знаменатель» для разных людей, который отражает общественные знания, накопленные человечеством в ходе историко-культурного развития, религиозных ритуалов и верований (мифы, образы и др.). Психика человека рассматривалась в индивидуальной неповторимости и опосредованности культурными формами и тесной связи с коллективной психикой. К. Юнг считал, что «каждый индивид появляется на свет с «целостным личностным эскизом ... представленным в потенции с самого рождения» [...], «окружающая среда вовсе не дарует личности возможность ею стать, но лишь выявляет то, что уже было в ней заложено»»³

Индивидуальная психология. Одно из направлений глубинной психологии (от лат. *Individuum* – неделимый). Начало его разработки – 1910-е гг., связано с именем австрийского психолога и психотерапевта Альфреда Адлера (1870–1937). В основе положений теории и соответствующей психотерапевтической системы объяснения различных вариантов и путей развития личности, в числе которых фиктивный финализм, стремление к превосходству, чувство неполноценности и компенсации, общественный интерес, стиль жизни, творческое «Я». К основным постулатам индивидуальной психологии относятся целостность психической жизни личности, стремление к превосходству как основная мотива-

³ Юнг, Карл Густав // <https://ru.wikipedia.org/wiki>. – Дата доступа: 01.03.2024

ционная сила в жизни личности, социальная принадлежность человека. В структуре и динамике поведения личности ведущее значение имеет сознание человека, социальные мотивы, основой характера является врожденное «социальное чувство», нуждающееся в развитии. Человек может создавать своё настоящее и определять своё будущее. Важно осознание своих ценностей, идеалов, устремлений, умение преодолевать чувство собственной неполноценности, приносить положительный вклад в жизнь общества, сотрудничая с другими людьми. Это помогает преодолевать трудности и достигать совершенства:

Гуманистический психоанализ. Основатель немецко-американский психолог, психоаналитик, философ и социолог Эрих Зелигманн Фромм (1900–1980). В основе теории идея об общественной обусловленности психики, понимании человека в контексте социальных условий его существования. Общество стремится подавить стремление личности к свободе и нивелировать личность. Личность нуждается в психологической свободе, свободной жизни в условиях общества. Человек чаще всего идет на уступки обществу, становится конформным или авторитарным и принимает это как проявление свободы. Основные способы существования человека - обладание и бытие. Общество и обстоятельства жизни влияют на человека и формируют его характер, особенности взаимодействия с миром. Если общество подавляет свободу личности и «иметь» преобладает над «быть», то возникают патологические характеры. В таком обществе люди автоматически усваивая общественные предпочтения и стереотипы, тип мышления и поведения, который навязывает общество, принятая в нем модель идеологии и культуры (они перестают быть самими собой). Или же они противопоставляют себя принятым в обществе ценностям и моделям поведения. Это ведет к отчуждению как характеристике человеческого бытия. Формой человеческих отношений, позволяющей обрести подлинное я, считается любовь.

Гештальтпсихология. Теория разработана в Германии, в первой трети XX в. Основатели – австрийские, немецкие, американские психологи Макс Вертгеймер (1880–1943), Вольфганг Кёлер (1887–1967), и Курт Коффка (1886–1941). Название теории от (нем. Gestalt) – форма, образ, структура. Изучение психики

в гештальтпсихологии рассматривается с точки зрения восприятия человеком особых неделимых образов – «гештальтов», исследуются закономерности формирования, структурирования и трансформации психического образа. Пространственно-наглядная форма воспринимаемых человеком предметов неделима, ее существенные свойства можно понять, рассматривая ее как единое целое, а не путём суммирования свойств их частей. Единое целое (законченное) несет в себе смысловую нагрузку. Например, при взгляде на букву с недостающими частями сознание восполняет пробел, и воспринимает ее в том значении, которое она имеет. в «восстанавливает» ее мелодия, которая узнается вне зависимости от исполнения, в том числе в другой тональности). Целостность восприятия достигается благодаря реализации близости и схожести стимулов (рядом расположенные, подобные по размеру, очертаниям, цвету, форме воспринимается вместе), принципа целостности (при восприятии реализуется тенденция упрощения и целостности), принципа замкнутости (при восприятии фигура приобретает полную форму), принципы смежности (близости стимулов во времени и пространстве) и общей зоны (повседневное восприятие вместе с научением и опытом управляет интерпретациями ощущений).

Гуманистическая психология. Разработана в начале 1960 гг. в основном представителями американской психологии, психотерапии Абрахамом Маслоу (1908–1970), Гордоном Олпортом (1897–1967), Карлом Роджерсом (1902–1987) и др. в противовес основным идеям бихевиоризма и психоанализа, которые доминировали в психологии того времени. Личность рассматривали как уникальную целостную систему, открытую для самоактуализации. Рассматривались высшие ценности личности, творчество, любовь, свобода, ответственность, психическое здоровье, межличностное общение и др. В рамках гуманистической психологии развивается в качестве отдельного направления позитивная психология (изучает положительные качества, присущие человеку, положительные аспекты его психики).

Генетическая психология. Основоположник теории швейцарский психолог и философ Жан Пиаже (1896–1980). Исследование направлено на изучение развития

интеллекта ребенка, исследование механизмов его познавательной деятельности. Генетическая психология изучает переход от простой структуры умственной деятельности к более сложной, причины структурных преобразований, сходство и различие между психической жизнью ребенка и взрослого человека. По мнению Пиаже, изучать развитие логического и других видов познания эффективнее всего на детях. Разработал теорию развития мышления ребенка Пиаже является основателем Женевской школы генетической психологии. В основе исследований понимание неизменности стадий развития интеллекта, которые соответствуют возрасту ребенка (сенсомоторная стадия – от рождения до 2-х лет, затем промежуточный период и его переход в стадию конкретных операций (до 11–12 лет), стадия формирования «формального интеллекта» – примерно в 15 лет).

Ж. Пиаже предложил в качестве метода психологического исследования – метод клинической беседы: изучаются не симптомы (внешние признаки явления), а процессы, приводящие к их возникновению.

Когнитивная психология. Развивается со второй половины XX в. в исследованиях американских психологов Джорджа Миллера (1920–2012), Чарльза Осгуда (1916–1991), Джеймса Дженкинса (1923–2012), Джерома Брунера, советских и российских психологов Михаила Семеновича Роговина, Бориса Митрофановича Величковского (1947–2022), советского и белорусского психолога Александра Павловича Лобанова и др.

Акцентируется внимание на исследовании познавательных (когнитивных) процессов психики (восприятие, воображение, мышление, речь, память и др.), понимании алгоритмов работы мозговых функций, моделирование сенсорного восприятия информации, работы мозга при запоминании, чтении и др. процессах и видах деятельности. В некоторых работах мозг рассматривается как детерминированный биокomпьютер, а когнитивная психология как смежная наука с разработкой искусственного интеллекта. Осуществляются попытки разработки голографической модели функционирования психики. Сделаны выводы о том, что

память имеет не локализованный характер, распределена по всему объёму головного мозга и подобно физической голограмме: при отделении от неё части любого размера в этой части сохраняется вся картина целиком, хотя и менее чёткая.

Культурно-историческая теория в психологии. Основоположником теории является Лев Семенович Выготский (1896–1934), советский психолог первой трети XX века. Развитие личности происходит в единстве естественного созревания и овладения ею элементами культуры, способами поведения и мышления и других психических функций. Это происходит посредством внешнего воздействия на психику средствами культуры (знаки, символы, язык, система вычисления и др.). Они предметны и воздействуют из вне, интерпсихически. По мере их освоения деятельность психических функций становится интрапсихической. Психические функции приобретают осознанность, произвольность, автоматизированность, при необходимости возможна корректировка их работы внешне-предметной деятельностью (экстериоризация). Социальная среда рассматривалась как главный источник развития личности. Человек усваивает культурные знаки (язык, мифы, элементы религии, искусства, науки), оперирует ими, формирует свой внутренний мир и воздействует на других людей. При этом культурные знаки обеспечивают сохранение и трансляцию культуры, натуральные психические функции, присущие человеку от природы, преобразуются за счет «присвоения» искусственно созданных человеком орудий и знаков в высшие психические функции.

Общепсихологическая концепция деятельности. Обоснована в работах советских психологов, педагогов Алексея Николаевича Леонтьева (1903–1979), Сергея Леонидовича Рубинштейна (1889–1960), Александра Романовича Лурии (1902–1977), Даниила Борисовича Эльконина (1904–1984), Василия Васильевича Давыдова (1930–1998), Петра Яковлевича Гальперина (1902–1988) и др. является ведущей в советской и отечественной психологии.

Исследование психических процессов осуществлялось с учетом специфики взаимодействия человека со средой – его деятельность. Психика проявляется во внешней и внутренней деятельности. К внешней деятельности относится

предметно-практическая активность, а к внутренней – перцептивная, мыслительная, мнестическая, имажитивная, речевая деятельность. При этом структура деятельности человека (деятельность – действие – операция), соотнесена со структурой его мотивационной сферы (мотив – цель – условие). Человек осуществляет управление как организацией внешней деятельности, так и одновременно внутренней (психической) деятельностью. Основным побудителем деятельности выступает мотив. Главной структурной единицей деятельности является действие: процесс, направленный на достижение цели – образа желаемого результата. Способ (совокупность операций), каким будет достигнута цель, определяется конкретными условиями протекания деятельности. С учетом этого изучались высшие формы психических процессов: восприятие (перцептивная деятельность), мышление (мыслительная деятельность), память (мнемическая деятельность) и др. Принцип единства психики и деятельности был реализован также при рассмотрении активности животных в процессе приспособления к окружающей среде, выделен критерий возникновения психики, описаны стадии ее развития, была проведена серия связанных с этим экспериментальных исследований.

Тема 1.2. Методология и методы современной психологии

Функции и основные методологические принципы психологии как науки.

Ведущие категории психологии. Методы исследования в психологии.

Этические нормы проведения исследований в психологии

Психология как система научного знания, изучающая возникновение, развитие психики, закономерности ее проявлений, выполняет ряд функций. Важнейшими из них являются теоретико-познавательная (формирование новых научных знаний на основе изучения психических явлений и обобщения ранее полученных научных достижений); теоретико-прикладная (формирование системы практико-ориентированных научных знаний и алгоритмов применения их в практической деятельности); информационно-популяризаторская (формирование информации научно-популярного блока по психологии, содействие ее широкому распространению и формированию психологической культуры населения);

управленческая (регулятивная) функция (выработка эффективных способов взаимодействия людей в процессе совместной деятельности, регулирования межличностных отношений); воспитательная (психологические знания способствуют познанию и правильному представлению об особенностях протекания психических процессов, самосовершенствованию и самоактуализации личности); психотерапевтическая (выработка подходов и рекомендаций по снятию нервного напряжения, избавление от стрессов и др.).

Развитие психологической науки обусловлено рядом объективных и субъективных факторов, в числе которых:

логика развития психологических знаний (обусловленность изменениями (корректировкой) предмета исследования, дифференциацией отдельных направлений, влиянием смежных наук и развитием междисциплинарных исследований, выработкой / использованием каких-либо методологии, принципов и категориального аппарата);

социально-технологическая ситуация развития науки (социально-экономические и исторические условия развития общества, особенности общественных отношений, культурные, политические реалии, уровень развития технологий влияют как на содержание научных концепций, так и интенсивность их разработки и распространение, создание / развитие научных школ и направлений, лабораторий и учреждений, а также внедрение новых методов и методик, востребованность в практическом применении);

персональный состав ученого сообщества, наличие выдающихся ученых-психологов и их индивидуальные особенности (принадлежность к какой-либо научной школе, направлению, активность экспериментальной, практико-психологической и публикационной деятельности и др.). Логика развития психологических знаний в перечне факторов имеет определяющее значение, превалирует объективность и возможность изучения.

Психологическая наука в своем развитии руководствуется следующими основными методологическими принципами:

принцип детерминизма (все психические явления рассматриваются в соответствии с законами причинно-следственной связи);

принцип системности (психика рассматривается как сложная система, отдельные составляющие которой связаны между собой, образуют единое целое);

принцип развития (исследование психических явлений осуществляется с учетом их генезиса, его видов и стадий).

Для психологии, как и для других научных сфер, характерно наличие категориального аппарата - совокупности ведущих, сущностных, ключевых понятий. Их перечень формировался в течение длительного периода развития науки на большом историко-психологическом материале. Он корректировался различными научными направлениями и школами, уточнялось понимание отдельных категорий (А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский). Ведущие категории всегда присутствовали в разные периоды развития психологии, в разных научных школах и психологических концепциях. Не всегда имели одинаковое значение, но каждая из них обобщала большие блоки исследуемых в психологии явлений, используемых частных понятий, предопределяла их появление и упорядочивание. На протяжении длительного времени развития психологической науки использовались такие категории, как «образ», «мотив», «переживание», «личность», «деятельность», «общение».

Категория «образ» выкристаллизовалась одной из первых, рассматривалась как одна из областей сознания. В современной психологии понимается как отражение реальности в виде целостной структуры, которая становится содержанием психики человека; психическое представление текущего или прежнего сенсорного опыта. Эта категория является ведущей в современной гештальт-психологии (образ, имеющий целостный и системный характер) и психологии личности (образ – Я).

Категория «мотив» – источник активности, причина, которая побуждает человека к движению и лежит в основе его поведения. Мотив, как правило, связывается с эмоциями. В современной психологии выступает как потребность, влечение, стремление.

Категория «личность» – психика человека рассматривается как психика биосоциального существа, социальная составляющая (общение с другими людьми) превалирует. В процессе общения развивается психика индивида, его представление о себе и о мире.

Категория «переживание» – эмоциональный отклик человека на явления внешнего мира, свои поступки и мысли. С точки зрения современной психологии переживания направляют и регулируют поведение человека, лежат в основе регуляции его активности, идентификации с окружающим миром и др.

Категория «деятельность» – рассматривается внешняя деятельность человека (поведение) и внутренняя (мыслительная) деятельность. На современном этапе категория деятельности является центральной в отечественной психологии и в научной школе бихевиоризма (необихевиоризма).

Психология, как научная дисциплина, развивается в тесной связи с рядом других научных дисциплин: общенаучного характера (философия, методология, математика, общая теория систем и др.), естественно-научными (биология, генетика, физиология развития, этология и др., гуманитарными: история, социология, педагогика, культурология, этнография, искусствоведение и другие дисциплины социального блока.

Особенность психологии заключается в ее межпредметном характере. Она строится и как естественная наука и как гуманитарная. У естествознания она заимствует экспериментальную основу, подходы к обработке материала, а у философии и других гуманитарных наук методологические принципы и подходы к интерпретации полученного материала.

В психологической науке проводятся разнообразные исследования, которые могут иметь как теоретический, так и эмпирический характер, базироваться на данных практики и результатах проведенных научных обобщений:

- обзорно-аналитические исследования - обзор научных работ и экспериментальных исследований, имеющих по какой-либо проблеме в психологии; .
- обзорно-критические исследования для опровержения / проверки существующих теорий, модели, гипотезы;

- эмпирические описательные исследования, которые только описывают совокупность полученных результатов в пределах соответствующих условий;

- прикладные и методические исследования, которые направлены на получение знаний для решения конкретной практической задачи или разработки нового подхода, методики и др.;

- монодисциплинарные и междисциплинарные исследования – исследования, проводимые в рамках отдельной науки (в данном случае – психологии), на стыке нескольких научных дисциплин.

В рамках этих и других видов исследований в психологии используются разнообразные научные методы - приемы и средства, с помощью которых в науке получают достоверные сведения, с использованием которых возможно создание научных теорий и разработка практических рекомендаций. Успех развития психологии во многом зависит от правильного применения психологических методов исследований и от того, насколько быстро и эффективно заимствуются методы других научных дисциплин. Качество исследований (валидность и надежность) во многом обеспечивается выбором методов исследования и последовательностью их применения. Под валидностью понимают – степень соответствия измеряемой переменной исследуемому свойству реального объекта; обоснованность и пригодность применения методов исследования в конкретных условиях; измерение, которое измеряет то, что оно должно измерять (узкая и наиболее распространенная трактовка). Надежность результатов исследования понимается как близость к истинным результатам (максимально возможная объективность).

Перечень методов, применяемых в психологии достаточно широк. Их можно объединить в отдельные блоки (классификационные ряды):

1) организационные методы (сравнительный, лонгитюдный и комплексный);

2) эмпирические методы (наблюдение и самонаблюдение, эксперимент (лабораторный, полевой, естественный и др.), психодиагностический метод, анализ процессов и продуктов деятельности, метод моделирования и биографический метод);

3) методы обработки данных (методы математикостатистического анализа данных и качественного описания);

4) интерпретационные методы (генетический (фило- и онтогенетический) и структурные методы (классификация, типологизация и др.);

5) в зависимости от используемого материала: вербальные, невербальные, манипуляционные, тесты «бумаги и карандаша» и т.д.;

Чаще всего в перечне применяемых в психологической науке методов выделяют две основные группы: основные и дополнительные методы исследования. К основным методам исследования относятся наблюдение, эксперимент, опрос (анкетирование). Дополнительные методы исследования (тестирование, устный опрос, анализ продуктов творческой деятельности, сравнительные методы (например, в возрастной и педагогической психологии применяются генетические методы (изучение родственников, исследование приемных детей и родителей, исследование близнецов) и др.

Наблюдение – непосредственное восприятие изучаемого объекта и прямой регистрации его определенных свойств. Виды наблюдения: внутреннее (самонаблюдение) / внешнее; несистематическое и систематическое; «сплошное» и выборочное; непосредственное либо опосредованное; включенное и невключенное; структурированное и неструктурированное. Основным достоинством применения этого метода является непосредственная и прямая фиксация проявления психики человека, основной недостаток метода – высокая степень субъективности получаемых данных, невозможность их проверки и повторения.

Эксперимент – это метод, в рамках которого создаются условия, отчетливо выявляющие тот или иной психологический факт. Это один из наиболее объективных методов в психологии.

К основным разновидностям эксперимента относятся:

1) лабораторный эксперимент (используются специальные приборы для изучения) и естественный эксперимент (проводится в обычных условиях);

2) лонгитюдный (применяется для изучения психических явлений на протяжении длительного периода времени (5–20 лет) по определенным параметрам (например, развитие памяти) и срезовой (для изучения динамики становления определенной функции отдельных групп людей разного возраста);

3) констатирующий (показывает наличие/отсутствие какого-либо параметра) и формирующий (применяется при анализе наиболее важного фактора, оказывающего воздействие на становление психического процесса или психологического качества. Эти эксперименты имеют комплексный и массовый характер. Их проведение требует совместных усилий психологов-теоретиков, практиков, педагогов-исследователей, осуществляется на базе статистически значимого объекта (например, школа, педагогический коллектив и др.).

Анкетирование – письменная форма опроса (возможно большого количества людей) с помощью опросных листов (анкет)). Применяются открытый тип анкет (варианты ответов на вопросы формулируются испытуемым), закрытый тип анкет (варианты ответов на вопросы выбираются испытуемым из предложенных вариантов ответов) и смешанный тип анкет (сочетание закрытых и открытых вариантов ответов). К достоинствам применения этого метода можно отнести возможность получения большого количества ответов, применение компьютерных программ при обработке полученных данных. К недостаткам относится невозможность обратной связи с испытуемым (уточнение вопросов, корректировка ответов и др.).

Интервью (беседа, устный опрос) - диалог исследователя с испытуемым по заранее составленному плану. Применяют для выявления мотивов поведения, ценностных ориентаций, чувств, переживаний опрашиваемого. Достоинством этого метода является непосредственный контакт с каждым испытуемым, возможность уточнения вопросов и формулировок ответов, фиксации реакций ис-

пытуемого на вопросы. Недостатками применения этого метода является трудоемкость, невозможность опроса большого количества испытуемых, субъективная реакция испытуемого на исследователя и др.

Тестирование – метод, предусматривающий конструирование тестовых заданий и определение на основе ответов тех или иных параметров, свойств личности, уровня ее развития. Этот метод широко применяется в диагностических целях, для проверки уровня интеллекта и др. В соответствии с целями тестирования используются: 1) тесты интеллектуального развития (интеллекта); 2) тесты творческого развития (мышления); 3) тесты индивидуальных особенностей человека; 4) личностные тесты; 5) профориентационные тесты; 6) тесты профессиональной пригодности; 7) тесты специальных способностей (технических, музыкальных и др.); тесты достижений; 8) тесты на скорость, тесты мощности, смешанные тесты (в тестах мощности задачи трудны – успешность, так и способ решения задачи); 9) изолированные (отдельные) тесты и тестовые наборы (батареи) и др.

К достоинствам этого метода относят достаточную простоту и быстроту применения, надежность и высокий уровень достоверности получаемых данных. Однако подготовка тестовых заданий требует высокого уровня профессионализма, возникают трудности конструирования тестовых заданий и интерпретации полученных ответов и др.

Метод изучения продуктов творческой деятельности: рисунков, рассказов и др. Разработан и активно применяется в психоанализе. Основан на предположении о том, что в сюжете рисунка, рассказа человек высказывает свои проблемы, обиды, горести, не осознавая этого. К недостаткам этого метода можно отнести трудности интерпретации данных, неизбежную субъективность, невозможность однозначной расшифровки ответов.

Научные методы используются при проведении любого психологического исследования. Правильность выбора их обосновывается в процессе подготовки программы исследования, реализация которого осуществляется на 4 этапах: 1)

постановка проблемы исследования; 2) формулировка гипотез; 3) проверка гипотез (сбор данных, статистическая обработка данных; содержательная интерпретация данных); 4) выводы.

При проведении психологических исследований важно придерживаться морально-этических принципов: 1). соблюдение тайны или конфиденциальности – (неразглашение результатов обследования без персонального согласия лица, с которым проводилось психодиагностика); 2. научной обоснованности (валидность и и надежность выбора и применения научных методов – получение достоверных результатов); 3). ненанесения ущерба (не навредить испытуемому); 4). объективности выводов (на результаты не должна влиять субъективная точка зрения исследователя; 5). эффективности (полезности для человека) выводов и рекомендаций.

В практической деятельности психологи должны соблюдать положения Профессионального кодекса психологов Республики Беларусь. Некоторые из положений гласят, что психологи вносят свой вклад в улучшение условий жизни людей и качества жизни путем исследований и распространения психологических знаний, практического применения этих знаний; психологи всегда придерживаются требований этических стандартов и не позволяют оказывать на себя давление, ведущее к их нарушению и др.

1.3. Психика и сознание

Психика как системное свойство высокоорганизованной материи. Функции, физиологическая основа и содержание психики. Три пласта психики: бессознательное, подсознание, сознание. Уровни сознания

Психика – системное свойство высокоразвитой материи отражать объективную реальность. Психическое отражение – это восприятие и обработка информации окружающего мира, ее анализ и оценка, соотнесение с ранее усвоенным опытом. Оно присуще живой материи, характерным свойством которой является саморегулирование. Живой организм избирательно, активно относится к

внешним раздражителям, причем это определяется не только внешними воздействиями, но и внутренним состоянием⁴.

Принято выделять два основных процесса развития психики онтогенез (развитие психики отдельного организма от его рождения до смерти) и филогенез (процесс возникновения и изменения психики как продукта эволюционного развития). В результате длительной эволюции у живых организмов развились различные формы биологического и психического отражения: раздражимость (тропизмы), инстинкты, научение, интеллектуальные формы поведения и высший уровень развития психики – сознание. Согласно одной из авторитетных гипотез развития психики (концепция А. Н. Леонтьева – К. Э. Фарби), психические явления возникли позднее появления жизни на земле. В филогенезе она прошла этапы развития от простейшей раздражимости до сознания. Первый этап (сенсорный, этап ощущений) присущ всему живому. Это элементарная форма реагирования на раздражители внешней среды, отдельные свойства внешних воздействий. Такой этап развития психики характерен для многих простейших⁵. Второй этап развития психики (стадия перцептивной психики) характеризуется способностью организма к более сложным, чем ощущения, реакциям – отражению внешней среды в форме целостных образов (психика позвоночных, членистоногих, головоногих моллюсков). Третий этап развития психики – этап интеллекта (в основе – ощущения, восприятие и моторная память). Он характеризуется совокупностью реакций на воздействие окружающей среды на уровне инстинктов (врожденное, стереотипное реагирование, основанное на безусловных рефлексах), навыков (реагирование, основанное на условных рефлексах) и рассудка (отражение сложных отношений и взаимосвязей с предметами, предвосхищение результатов ситуации, если цель не достигается на уровне инстинктов и навыков). Четвертым этапом развития психики является сознание. Оно присуще только человеку, который не просто приспосабливается к окружающей среде, реализует целый комплекс познавательных

⁴ Березовин, Н. А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособ. / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. – 3-е изд. стер. – Минск : Новое знание ; М. : ИНФРА-М, 2011. – С. 26 (336 с. (Высшее образование).

⁵ Альтернативная точка зрения: **Корниенко А. Ф.** Природа психики и психической формы отражения // Национальный психологический журнал 2018. – № 3. – С. 104–116.

процессов (ощущения, восприятие, память, мышление, речь, воображение) осуществляет целенаправленные и мотивированные действия,⁶.

Физиологическая основа и содержание психики человека

Физиологическая основа работы психики – головной мозг. Из внешнего мира сигналы поступают в мозг, преобразуются и человек воспринимает события и явления, происходящие вне его и внутри него. Структурная и функциональная единица мозга – нервная клетка (нейрон). Мозг получает информацию от множества клеток и передает ее такому же множеству.

Строение головного мозга: ствол, мозжечок, большой (собственно головной) мозг (задний, средний и передний). Передний мозг состоит из правого и левого полушарий. Полушария зеркалируются, но они функционально неравнозначны (это чаще всего называют функциональной асимметрией полушарий, межполушарной асимметрией мозга и др.), вносят свой специфический вклад в психическую деятельность человека и животных.

Управление движениями и сенсорными функциями осуществляется по контрлатеральному (перекрестному) принципу: левое полушарие контролирует правую сторону тела и отвечает за рационально-логические процессы; правое контролирует левую сторону, отвечает за интуитивные процессы.

Уравновешенность нервных процессов и взаимодействия полушарий относится к числу природных задатков. И. П. Павлов выделил два человеческих типа – художественный и мыслительный. Одинаковое развитие двух полушарий дает возможность сочетания интеллектуальных механизмов с творческими.

В настоящее время ученые (С. Г. Александров) считают: левое полушарие у людей специализируется на вербально–символических функциях. Это планирующий, аналитический, последовательный механизм, оперирует дискретными понятиями, устанавливает отношения между ними, обрабатывает информацию последовательно, систематизирует, преобразует ее в речь и письмо. Левое полу-

⁶ Бороздина, Г. В. Основы психологии и педагогики : учебное пособие для студентов учреждений высшего образования / Г. В. Бороздина. – 4-е изд. – Минск : Вышэйшая школа, 2023. – С. 27-28.

шарие считается доминантным. Правое полушарие специализируется на пространственно–синтетических функциях: обеспечивает целостное, синтетическое описание мира, может решать задачи, требующие понимания слов и их ассоциаций с объектами внешней среды.

Функциональная асимметрия деятельности полушарий головного мозга зависит от специфических особенностей работы каждого полушария, характера межполушарных отношений; асимметрии окружающего пространства.

Левое полушарие обрабатывает осознанную информацию, отвечает за социальную адаптацию, правое – за неосознанную, отвечает за биологическую адаптацию. В восприятии пространственно-временных взаимоотношений правое обеспечивает восприятие в настоящем времени с опорой на прошлое, левое – в настоящем с обращенностью в будущее. С работой полушарий мозга связано проявление тех или иных эмоций. Активизация правого полушария связана с появлением отрицательных эмоций, а левого – положительных. Восприятие эмоциональных сигналов находится в основном под контролем правого полушария. Левое полушарие в большей степени обеспечивает возникновение сновидений, правое – их яркость, образность, уровень аффективной активации.

Роль каждого полушария может меняться в зависимости от задач деятельности, структуры ее организации, возраста, пола, ситуаций. Так, музыкальные способности человека в основном определяются функционированием правого полушария (по другим данным – активностью обоих полушарий).

Функциональная специфика полушарий изменяется под влиянием генетических и социальных факторов. С возрастом происходит постепенное изменение полушарий мозга: наибольшая выраженность асимметрии наблюдается в среднем возрасте, а к старости она постепенно нивелируется. Экстремальные условия способствуют нарастанию асимметрии и инверсии полушарного доминирования в отношении как моторных, так и более сложных психических функций.

Уровни психики человека. Психика функционирует одновременно в трех взаимосвязанных уровнях: бессознательном, подсознательном и сознательном.

Бессознательный уровень психики регулируется неосознаваемыми биологическими механизмами (удовлетворение биологических потребностей, самосохранение организма и вида (продолжение рода)) и не контролируется сознанием. Это низший уровень психики – совокупность психических процессов, актов и состояний, во влиянии которых человек не дает себе отчета.

Подсознательный уровень психики представляет собой совокупность поведенческих штампов, неосознаваемых манер и стереотипов поведения человека (умения, навыки, привычки, интуиция). Под умениями понимается способность человека использовать знания в разных видах деятельности, на практике. Навыки – это умения, доведенные до автоматизма, высокой степени совершенства. Привычка – сложившийся способ поведения, хорошо усвоенное действие, в выполнении которого человек испытывает постоянную потребность. Под интуицией понимают высший уровень подсознания, мгновенное озарение, всеобъемлющий охват проблемы, появление неожиданных решений, неосознанное предвидение событий.

Сознательный уровень – высшая форма психического отражения действительности, свойственна только человеку и неразрывно связана с речью, посредством которой оно (отражение) осуществляется. Сознание контролирует и тормозит инстинктивные влечения и привычки личности. Осуществляет отбор информации для сознательной саморегуляции и проходит через субъективно-эмоциональные фильтры.

Функции сознания:

1) познавательная – функция познания или отражения действительности в сознании человека, воссоздание в идеальной форме окружающего мира; познавательная деятельность человека основывается на его предметно-чувственной, материальной, практической деятельности;

2) функция оценки (человек оценивает действительность с точки зрения своих потребностей и интересов);

3) функция накопления знаний (в сознании индивида накапливаются знания, полученные из личного опыта, добытые его современниками или предшествующими поколениями людей и являющиеся основой для получения новых знаний и практических умений);

4) функция постановки цели (человек строит модель «желаемого будущего» и определяет пути его достижения – ставит цель и планирует свои действия);

5) конструктивно-творческая функция (мысленное конструирование направлений и форм деятельности человеком в целях создания принципиально нового);

6) функция связи (коммуникативная функция).

В структуру сознания входят все познавательные процессы психики (ощущение, восприятие, память, мышление, внимание, воображение), с помощью которых человек пополняет свои знания о мире и о самом себе. В структуру сознания входят также 1) самосознание 2) самопознание; 3) эмоциональная сфера человека.

Сознание обеспечивает осуществление целеполагающей деятельности человека. Представление конечной цели и продукта деятельности, мотивация; планирование действий в соответствии с этим представлением, подчинение ему своих волевых усилий, корректировка деятельности уже на стадии ее осуществления. Особенности сознания – двухмерность (включает в себя информацию о внешнем мире, (объекте) и внутреннем (направлено и на самого носителя, субъекта сознания, т.е. сознание выступает в качестве самосознания). Самосознание – это осознание человеком своей деятельности, мыслей, чувств, потребностей. Человек – единственное существо, способное выделить себя из остального мира и противопоставить себя ему. Только человек способен обращать свою психическую деятельность на самого себя.

К. Кох – американский нейробиолог, директор Института Аллена по изучению мозга, один из самых известных в мире исследователей сознания, считает,

что сознание может порождаться клаустромом – специальным веществом головного мозга.

В психологии существуют различные подходы к выделению уровней сознания. В.М. Бехтерев в работе «Сознание и его границы» (1888) предложил уровневую систему сознания в зависимости от содержания сознания – шесть форм сознания (от низшей к высшей): 1) сознание своего существования; 2) сознание своего тела; 3) сознание окружающего пространства; 4) сознание времени; 5) сознание своей личности; 6) сознание своего сознания.

Российский психолог Е. В. Улыбина (1999) выделяет три уровня сознания: 1) уровень мифа – слитность, неразделенность частного и общего, амбивалентность содержания и невозможность существования противоречий; 2) уровень обыденного сознания – многозначность, совмещение противоположностей; 3) рефлексивное сознание (рациональный уровень) – ориентация на однозначность, определенность понятий, стремление к построению непротиворечивой картины мира.

В психологии известна Шкала сознания Д. Хокинса (американский психиатр, мистик), на которой показаны уровни человеческого сознания. Каждому уровню соответствует эмоция, которая преобладает в жизни человека. Чем ниже эмоциональный уровень, тем ниже частота вибраций, тем меньшее количество энергии доступно и тем хуже качество жизни этого человека. Чем выше он поднимается по эмоциональной шкале, тем выше его жизненный уровень.

В литературе отмечается также, что сознание может находиться на одном из трех уровней и быть «живым», «фантомным» и «мертвым».

Живое сознание характеризуется тем, что личность осознает себя, принимает ответственность за свою жизнь, не уходит от противоречий, принимает себя и других, воспринимает мир, как сложный и конфликтный, в котором окружающие не живут по вашему сценарию.

Фантомное сознание – это иллюзорное состояние, при котором в сознании много необдуманного, неосмысленного, стереотипов и психологических защит. Критерием поступков является поведение большинства. Жизненная стратегия – быть не хуже других, «быть как все».

«Мертвое сознание» характерно для тех, у кого отсутствует смысл жизни, выраженный внешний локус контроль (перекладывание ответственности за себя и свою жизнь на других). Для таких людей характерна вера в идею-фикс, создание кумиров, желание сильной руки⁷.

Психика человеку не дана в готовом виде и не развивается сама по себе. Она формируется в процессе усвоения им человеческой культуры. Основопологающим для развития психики является процесс социализации: человеческие способности (характеристики) развиваются только в социуме, в общении с другими людьми. Психическая жизнь человека (содержание психики) зависит от окружающей среды, социума.

1.4. Психологическая характеристика деятельности

Основные характеристики деятельности человека.

Виды деятельности: игра, учение, труд

Деятельность – специфический вид активности человека, направленной на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования. Человек создает предметы материальной и духовной культуры, преобразует свои способности, сохраняет и совершенствует природу, строит общество, создает то, что без его активности не существовало в природе.

Психология деятельности человека разработана в трудах советских психологов с Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, А. Р. Лурия, П. Я. Гальперина и др. Впервые в психологии принцип деятельности применил С. Л. Рубинштейн (1922 г.). В соавторстве с А. Н. Леонтьевым⁸ разработал детальную схему деятельности с учетом ее основных компонентов (действие, операция, поступок в их отношении с целью, мотивом и условиями деятельности).

⁷ Психология: электронный учебно-методический комплекс.

⁸ Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность.

Возникающие потребности побуждают личность к активному поиску путей их удовлетворения и становятся мотивами. Мотивы – внутренние побудители деятельности человека. Это совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности. Мотив деятельности – это то, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. В качестве мотива обычно выступает конкретная потребность, которая в ходе и с помощью данной деятельности удовлетворяется.

Мотив определяет цели и задачи деятельности. Целью (осознанным образом возможного результата, на достижение которого направлено действие человека) может быть какой-либо предмет, явление или определенное действие. Цель – это то, ради чего действует человек, а мотив – это то, почему действует человек. В сложных видах деятельности чаще всего определяются главная цель и частные цели (задачи, поэтапная реализация главной цели), без достижения которых нельзя достичь главной цели.

Принято выделять следующие основные виды деятельности человека:

1) игра – вид деятельности, специфической особенностью которой является сама игра, а не те практические результаты, которые достигаются с ее помощью, а побудителем – потребность в активности субъектов (участников);

2) учение – специфическая деятельность человека, имеющая своей целью научение и включающее в себя: усвоение информации, необходимой для успешного осуществления практической деятельности; освоение приемов и операций, из которых складываются все виды деятельности; овладение способами использования знаний в соответствии с условиями задачи и поставленной целью;

3) труд - это свойственная только человеку деятельность с использованием орудий труда, направленная на получение конкретного результата, продукта. Деятельность человека имеет многогранный характер. Помимо выше перечисленных в жизни человека важнейшую роль играют общение и творчество. Они имеют интегральный характер, реализуются на различных этапах развития человека. Общение – процесс установления и реализации контактов между людьми в рамках совместной деятельности, предусматривающий обмен информацией

(коммуникацию), восприятие и понимание партнёра по общению (перцепцию) и обмен действиями (интеракцию). Творчество – процесс и результат создания качественно чего-либо нового.

В любом виде деятельности различают действия и операции. Действия – относительно законченный элемент деятельности, направленный на выполнение одной простой текущей задачи. Операция – это составная часть действия, способы выполнения действий. Движения – составная часть действия, которая состоит из трех элементов: «взять» «переместить» «отпустить» в сочетании с движениями корпуса, ног, головы. В деятельности человека участвуют движения, обеспечивающие коммуникацию, к средствам которой относят мимику, пантомимику, смысловую жестикуляцию и речевые движения

Внутреннюю психическую деятельность можно рассматривать как результат интериоризации внешней (реальной, предметной) деятельности. Под интериоризацией в психологии понимают формирование стабильных структурно-функциональных единиц сознания через усвоение внешних действий с предметами и овладение внешними знаковыми средствами либо формирование структур человеческой психики, благодаря усвоению структур внешней социальной деятельности⁹.

Внешнюю (реальную, предметную) деятельность можно рассматривать как экстериоризацию внутренней психической деятельности – преобразование структур психики в конкретное поведение.

⁹ Интериоризация // <https://znanierussia.ru/articles>. – Дата доступа: 20.08.2024

Раздел 2. Познавательные психические процессы

Тема 2.1. Сенсорно-перцептивные процессы

Ощущения и восприятие в системе познавательных процессов психики. Формирование перцептивного образа

Отражение окружающего мира происходит посредством познавательных психических процессов: 1) сенсорных (ощущения), 2) перцептивных (восприятие), 3) мнемических (процессы памяти), 4) интеллектуальных (мышление, речь, воображение).

Эти процессы образуют структуру приема информации, на основе которой складывается целостный образ предметов и явлений окружающего мира. Прием информации осуществляется по различным каналам: 1) аудиальным (слуховые образы), 2) визуальным (зрительные образы), 3) кинестетическим (чувственные образы) и др.

Процесс первичной обработки информации происходит на уровне отдельных свойств, предметов и явлений (сенсорный уровень) и определяется ощущениями. Ощущения – это первичный материал, в котором отсутствует целостное представление о явлении. Формирование психического образа происходит на уровне восприятия, когда происходит процесс обработки сенсорной информации. Под ощущениями понимают - отражение отдельных свойств, предметов, явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств человека. Это простейший психический процесс, состоящий в отражении отдельных свойств, предметов и явлений окружающего мира, внутренних состояний организма, непосредственно воздействующих на органы чувств.

Способность к ощущениям имеется у всех живых существ, обладающих нервной системой, но осознаваемые ощущения только у человека. Они могут быть объективными (отражение внешнего раздражителя) и субъективными (зависят от состояния организма и индивидуальных способностей человека).

Ощущения возникают как реакция нервной системы на тот или иной раздражитель и как всяческое психическое явление имеет рефлекторный характер.

При возникновении ощущений выделяют физический (раздражение), физиологический (возбуждение) и психический (ощущения) процессы.

Физиологический механизм ощущения – это деятельность анализаторов. Анализаторы (зрительный, слуховой, тактильный, вкусовой, обонятельный, кинестетический, температурный, вестибулярный) принимают воздействие раздражителей и трансформируют их в ощущения. В качестве раздражителей выступают предметы и явления действительности, воздействующие на наши органы чувств (физический процесс). Анализаторы состоят из рецепторов или органов чувств, преобразующих энергию внешнего воздействия в нервные сигналы; проводящих нервных путей, по которым эти сигналы передаются в мозг и обратно к рецепторам; корковых проекционных зон головного мозга.

Выделяют следующие виды ощущений: 1) внешние ощущения: зрительные (свет и цвет); слуховые (речевые, музыкальные, шумы); обонятельные; вкусовые (сладкое, горькое, кислое, соленое); кожные ощущения (тактильные, температурные); двигательные (телодвижения, жесты); осязательные (сочетание кожных и двигательных ощущений при соприкосновении с предметами); 2) внутренние ощущения (голод, жажда, тошнота, боль, сбой в деятельности сердца и дыхания и др.); 3) ощущения движения и положения тела в пространстве (равновесие, нарушения вестибулярного аппарата); 4) болевые ощущения (болевой порог и др.);

Общие свойства ощущений: 1) качества ощущения (позволяет отличать одни виды ощущений от других); 2) интенсивность ощущений (сила проявления ощущений); 3) продолжительность ощущений (время, длительность); 4) инерция ощущений (возникает и прекращается не одновременно с действием раздражителя).

Не все воздействия раздражителей на органы чувств человека проявляются в качестве ощущений. Существует несколько разновидностей порогов ощущений (сенсорных порогов): нижний и верхний абсолютный порог ощущений - минимальная и максимальная величина раздражителя, при котором ощущения (в соответствии с особенностями органов чувств человека) появляются, исчезают либо качественно меняются, переходя в боль; разностный (дифференциальный)

порог ощущений (минимальный прирост величины раздражителя, вызывающий изменение ощущения); относительный порог (минимальное различие в физической характеристике ощущения).

Величина сенсорного порога может меняться в зависимости от специфики деятельности человека, возраста, индивидуальной особенности органов чувств, частоты или интенсивности воздействия раздражителя и др.

Действие на органы чувств сильных раздражителей уменьшает чувствительность, отсутствие же раздражителя или действие слабых раздражителей наоборот ее увеличивает. Изменение чувствительности анализаторов под влиянием их приспособления к действующим раздражителям называется адаптацией. Она может проявляться в виде: 1). исчезновения ощущения в процессе продолжительного действия раздражителя; 2). притупления ощущения под влиянием действия сильного раздражителя (например, при погружении тела в прохладную воду интенсивность ощущений снижается); 3). повышение чувствительности под влиянием действия слабого раздражителя (например, при переходе из светлой комнаты в тёмную темнота воспринимается более интенсивно чем через некоторое время).

Интенсивность ощущений, которые испытывает человек, зависит как от силы воздействия определенного раздражителя и степени адаптации данного рецептора, так и от воздействий других раздражителей на эти или другие органы чувств. Это называется взаимодействием ощущений (чувствительность одной анализаторной системы изменяется под влиянием длительности и силы другой анализаторной системы (например, фигура серого цвета на чёрном фоне кажется светлее чем на белом; громкий шум влияет на чувствительность зрительного анализатора)).

К разновидностям взаимодействия ощущений относится *синестезия*– возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для других анализаторов (например, у некоторых людей под воздействием звуков возникают зрительные образы или дни недели привязываются к цветовой гамме).

Ощущения – это только первичный материал, в котором отсутствует целостное представление о явлении. Формирование психического образа происходит на уровне восприятия, когда осуществляется обработка сенсорной информации – перцептивный процесс. Сенсорные и перцептивные процессы трудно отделить друг от друга. Ощущение – отправная точка любой познавательной деятельности, восприятие – психический познавательный процесс целостного отражения предметов и явлений в совокупности их различных свойств и частей. Восприятие является результатом деятельности анализаторов, возникает на основе ощущений, но это более сложный процесс отражения по сравнению с ощущениями. Восприятие обеспечивает выделение признаков основных и более существенных, осуществляет создание целостной картины действительности. Оно тесно связано с деятельностью человека, включает в себя движения (глаз, рук, гортани и др.) и представляет собой систему перцептивных действий.

Многогранность этого познавательного процесса обуславливает выделение ряда видов восприятия по следующим критериям: 1) ведущий анализатор (зрительное; слуховое; обонятельное; вкусовое; осязательное; кинестетическое); 2) цель восприятия (преднамеренное, непреднамеренное); 3) направленность восприятия (внешне направленное, внутренне направленное); 4) объект отражения (восприятие пространства, предметов, явлений окружающего мира, конкретного человека, группы, мира людей, восприятие длительности, скорости, темпа, ритма, последовательности времени, восприятие движений – отражение положения объектов и самого наблюдателя) и др.

Можно выделить закономерности (свойства), характерные для любого из разновидностей восприятий: 1) целостность (предмет воспринимается как устойчивое системное целое); 2) константность (сохраняются основные параметры образа: размер, форма, цвет); 3) предметность (создаваемые образы соответствуют реальным предметам действительности); 4) структурность (объединение в целостные структуры полученных ощущений, например, звуки и мелодия); 5) осмысленность (понимание сущности предметов и явлений); 6) обобщенность

(отнесение предмета к какой-либо категории); 7) избирательность (преимущественное выделение объекта (из фона); 8) апперцепция (зависимость от опыта, знаний, интересов и установок личности).

В зависимости от особенностей индивидуального восприятия различают типы людей с синтетическим типом восприятия (для них характерно внимание к целому, основному в предмете, явлении, затем к деталям); аналитическим типом восприятия (характерно внимание к частностям, деталям, отдельным признакам, с последующим переходом к обобщениям); объективным типом восприятия (высокая точность и независимость в оценках); субъективным типом восприятия (характерно существенное влияние на восприятие чувств, переживаний, симпатий, антипатий, субъективизм в восприятии себя и окружающих).

На восприятие влияют чувства, переживания, симпатии человека. Особенности восприятия могут зависеть от ряда причин и иметь характер нарушений: 1) гиперестезия – повышенная восприимчивость к обычным внешним раздражителям (звон посуды и др.); 2) гипостезия – снижение восприимчивости к обычным внешним раздражителям; 3) галлюцинации – восприятия, возникающие без наличия реального объекта (видения, голоса и др.); 4) иллюзии – ошибочные восприятия подлинных вещей или явлений (аффективные: страх, тревога; вербальные: ложное восприятие содержания реально происходящих разговоров (намекы, угрозы, издевательства); перейдолические – иллюзорное восприятие реальных объектов (например, узоры и трещины на стенах, воспринимаются как фантастические образы) и др.

Тема 2.2. Внимание

Внимание в структуре познавательных процессов психики человека.

Виды внимания. Основные свойства внимания

Внимание – это активная направленность сознания на определенной объект/объекты при одновременном отвлечении от других объектов, предметов и явлений.

Выделяют следующие виды внимания в зависимости от: 1) специфики прилагаемых усилий – непроизвольное, произвольное и послепроизвольное; 2) направленности: внешнее и внутреннее.

Непроизвольное внимание возникает само по себе и не зависит от желаний, воли, намерений человека. Его триггером могут быть яркие световые явления (реклама, свет, молния); предметы и явления, вызывающие сильные эмоции (картины, музыка, шторм и др.); неожиданные вкусовые ощущения; что-то новое, не наблюдаемое ранее (машина неизвестной марки и др.). Оно может быть обусловлено внутренним состоянием человека (степенью усталости, сытости или голода и др.), профессией и уровнем профессионального опыта (строитель скорее обратит внимание на дефекты кирпичной кладки, чем представитель другой профессии) и др.

Произвольное внимание связано с волевыми усилиями человека. Он сознательно концентрируется на чем-либо, стремится удержать в поле зрения те или иные предметы, события, данные и др.

Послепроизвольное внимание предполагает концентрацию человека (без усилий) на чем-либо интересном, необходимом для него. Человека увлекает процесс деятельности, ему важен получаемый результат. Послепроизвольное внимание наиболее устойчиво и эффективно, даёт лучший результат нежели непроизвольное и произвольное виды внимания.

Внешнее внимание человек направляет на окружающие предметы и явления, внутреннее – на собственные мысли, чувства, переживания.

Основными свойствами внимания являются: 1) сосредоточенность (удержание внимание на одном объекте, виде деятельности при отвлечении от всего иного; 2)) устойчивость (длительное удержание внимания на одном предмете); 3) объем внимания (количество объектов, охватываемых вниманием одновременно); 4) распределение внимания (выполнение двух и более операций одновременно, способность удерживать их в зоне своего внимания); 5) переключение (сознательный и осмысленный перенос внимания с одного предмета на другие –

обусловлено более глубоким интересом к последующему предмету, чем к предыдущему).

Высокий уровень развития внимания называют внимательностью – свойством личности, обладающей внутренней культурой и умеющей ее проявлять в общении. Внимание противопоставляется рассеянности (невнимательности) как результату неустойчивости и слабости внимания.

Тема 2.3. Память

Определение понятия «память». Виды памяти. Структура памяти.

Основные процессы памяти. Качества и универсальные принципы работы механизмов памяти. Нарушения памяти

В научной литературе даются различные трактовки понятия «память», чаще всего посредством перечисления ее отдельных процессов. Память определяют, как:

1) психический познавательный процесс, заключающийся в запоминании, сохранении, последующем узнавании и воспроизводстве индивидом своего опыта¹⁰; запечатление, сохранение, последующее узнавание и воспроизведение следов прошлого опыта¹¹;

2) процесс сохранения прошлого опыта, делающий возможным его повторное использование в деятельности и возвращение в сферу сознания¹².

3) совокупность процессов, которые обеспечивают познавательные возможности человека¹³.

¹⁰ Общая психология : учеб. для студ. пед. ин-тов / Ред.: А.В. Петровский. – 2-е изд. доп. и перераб. – М., 1976. – С. 235– 479; Березовин, Н. А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособ. / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М.И.Чеховских. – 3-е изд. стер. – Минск : Новое знание; М. : ИНФРА-М, 2011. – С. 114. и др.

¹¹ Маклаков, А. Г. Общая психология : учебник для вузов.– СПб. : Питер, 2008. – 583 с. (Серия «Учебник для вузов»).

¹² Психология : учебник для студ высш. пед. учеб. заведений / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. 2-е изд., стереотип. – М. : Издательский центр «Академия»; Высшая школа, 2001. – С. 401– 512.

¹³ Л. А. Ванштейн и др.

Память является одним из важнейших познавательных процессов психики, включает несколько основных этапов (процессов): запоминание, сохранение, воспроизведение, забывание.

Запоминание – закрепление новой информации путем сопоставления ее с запомненной ранее. Иногда для определения запоминания используют термин запечатление (импринтинг) – непроизвольное запоминание (сохранение в памяти события, образа, ощущения) на долгое время (часто навсегда) при коротком с ним контакте. Запоминание, кроме импринтинга, включает также результаты волевых усилий со стороны субъекта по фиксированию (присвоению) какой-либо информации. Запоминание бывает механическим (происходит закрепление отдельных связей и ассоциаций без осознания логической связи между структурными единицами), смысловым (связано с процессами мышления, понимания, осмысления) и организованным (посредством заучивания).

Запоминание является один из главных процессов памяти, от него зависят полнота, точность, прочность и продолжительность хранения информации. Запоминание в свою очередь зависит от уровня обработки и организации информации. Соответственно выделяют поверхностный уровень запоминания (акцент делается на внешних характеристиках материала (особенности шрифта и др.); промежуточный уровень запоминания (фрагментарное осмысление материала, фиксируются синонимы и ассоциации, ярко выраженные связи); глубинный уровень обработки информации (запоминается смысл материала).

Сохранение – это процесс удержания информации в памяти, ее переработка и преобразование. Оно может быть кратковременным (информация хранится небольшой отрезок времени, достаточный для ее точного воспроизведения), долговременным (информация сохраняется путем образования ассоциаций (ассоциативная память) и включения новой информации в семантические структуры (семантическая память). Сохранение информации в памяти «на время» может быть обусловлено также необходимостью этой информации для выполнения определенных операций. В дальнейшем она может быть забыта.

Воспроизведение – это процесс извлечения из памяти сохраненного материала. Оно может происходить на основе узнавания - опознания ранее усвоенной информации (на основе данных памяти) при повторном восприятии объекта. Происходит сличение воспринимаемых признаков с соответствующими следами памяти – эталонами опознавательных признаков воспринимаемого в данном случае.

Выделяют следующие виды узнавания: индивидуальное (узнавание предмета, как повторное восприятие чего-то вполне конкретного); родовое (воспринимаемый предмет может быть отнесен к какому-либо известному классу предметов).

Воспроизведение информации без повторного восприятия объекта может быть произвольным (с волевым усилием) и непроизвольным (без участия воли). Если произвольное воспроизведение не получается, то может включаться припоминание (специфическая мнемическая или мнемотехническая деятельность, направленная на воспроизведение информации). Мнемические приемы: чтение перед зеркалом, выделение цветом, шрифтом и др.

Забывание – это процесс памяти, противоположный сохранению, избавление (очищение) памяти от деталей, негативных воспоминаний и др. Можно выделить две основные функции (роли) забывания: 1) позитивная – избавление от ненужных блоков информации, переживаний, избежание перегрузок воспроизведения); 2) негативная функция – избавление от нужной информации.

Существуют различные способы забывания в зависимости от времени хранения информации в памяти человека. Способы забывания при кратковременном хранении информации (кратковременной памяти): 1) интерференция – появление новых единиц информации приводит к утрате ранее сохраненной информации; 2) постепенное стирание информации – чем дольше она остается в памяти, тем слабее проявляется, затем исчезает.

При долговременном хранении информации согласно одной из теорий памяти, изменения в памяти обусловлены изменениями в тканях головного мозга, поэтому и в следах памяти происходят спонтанные, бесконтрольные перемены.

Если информация долго не используется, то ее воспроизведение будет затруднено. В рамках теории торможения считается, что запоминание нового материала приводит к нарушениям памяти о предыдущих сохраненных блоках (ретроактивное торможение), а любое предыдущее получение информации негативно влияет на процесс дальнейшего усвоения информации и воссоздания нового материала (проактивное торможение). Согласно теории мотивированного забывания (на забывание влияет цель и мотивация человека) – забывается быстрее травмирующая человека информация, которая вызывает боль, страх, чувство вины.

Существуют различные виды памяти:

По содержанию запоминаемой информации: двигательная (моторная) память – запоминание умений, навыков, движений, действий; эмоциональная память – сохранение чувств, эмоций, переживаний; смысловая (словесно-логическая) память – запоминание, сохранение, воспроизведение мыслей, понятий, словесных формулировок; образная память – память результатов восприятия себя и окружающего мира (зрительная, слуховая, обонятельная, вкусовая, осязательная и др.).

По способу запоминания и волевым усилиям мнемических действий: произвольная память (ставится цель мнемических действий, прилагаются волевые усилия); непроизвольная память (запоминание и воспроизведение информации без волевых усилий и целей мнемических действий).

По времени хранения запомненного: кратковременная память (непродолжительный по времени процесс (несколько минут, секунд), но достаточный для точного воспроизведения); долговременная память (длительное и прочное сохранение воспринятого материала); оперативная память (фиксирование сведений, необходимых для выполнения отдельных операций).

В зависимости от степени осмысления фиксируемой информации: механическая память (сохранение в памяти информации как результата повторения, без формирования смысловых связей); смысловая память (сохранение в памяти информации как результата формирования смысловых связей).

Человеку для полноценной жизни необходимы как выше перечисленные, так и другие виды памяти. Для этого психического процесса характерны свойства, степень выраженности которых обуславливает индивидуальность сохранения результатов познания окружающего мира. К таким свойствам (характеристикам) относят: 1) объем памяти – способность одновременно сохранять определенное количество информации; 2) быстрота запоминания; 3) прочность сохранения информации (фиксирование информации на длительный срок с минимальными искажениями); 4) точность (отсутствие искажений и пропусков); 5) длительность (время сохранения информации); 6) готовность к воспроизведению (умение быстро извлекать из памяти необходимого материала).

Выявлены также универсальные принципы работы механизмов памяти: 1) при запоминании материала лучше всего воспроизводятся его начало или конец (эффект края); 2) запоминание происходит лучше, если информация повторяется неоднократно; 3) лучше запоминается, сохраняется и воспроизводится глубоко осмысленный материал, логически переработанный с использованием опорных конспектов, схем, графиков, таблиц; 4) запоминанию и сохранению информации способствуют установка на запоминание и связь с целью практической деятельности; 5) с течением времени происходит улучшение воспроизведения осмысленной и выученной информации без ее дополнительного повторения (на второй-третий день после заучивания – явление реминисценции); 6) быстро запоминается и долго хранится информация, которая производит на человека очень сильное впечатление, вызывает его интерес; 7). сложные, не интересные, иногда травмирующие психику факты, события человеком могут восприниматься неоднократно, но не храниться в памяти; 8) в момент запечатления яркого события запоминаются все сопутствующие ему впечатления; 9) функционирование памяти обусловлено физическим и психическим состоянием человека, патологические изменения сопровождаются, как правило, нарушением памяти.

К нарушениям памяти относятся: 1) гипермнезия – патологическое усиление функций памяти (наплывы воспоминаний приобретают хаотический харак-

тер, понижена способность к концентрации внимания и мыслительной продуктивности); 2) гипомнезия – болезненное снижение памяти (забываются даты событий, имена, содержание переданных сообщений, просмотренных фильмов и т.д.); 3) амнезия – утрата способности сохранять и воспроизводить ранее усвоенную информацию, а в некоторых случаях и невозможность фиксировать ее; 4) парамнезии – ложные воспоминания (события прошлого переносятся в настоящее), конфабуляция (замещение провала памяти вымышленными событиями нереального характера, интерпретация их с точки зрения представления о самих себе в настоящем), криптомнезия (человек проецирует на свой опыт события из чужой жизни, книг, фильмов, собственных сновидений).

Тема 2.4. Мышление и речь

Мышление в ряду основных познавательных процессов психики человека.

Понятие о речи и языке

Мышление - познавательный психический процесс проникновения в суть предметов и явлений. Главная задача мышления – преобразование полученных ощущений и восприятий и накопленных впечатлений об окружающем мире (в памяти).

Основными особенностями мышления являются: 1) опосредованность («выход» человека за пределы своего непосредственного опыта, полученных им ощущений и его восприятий); 2) обобщенный характер отражения окружающего мира (отражение предметов, явлений, фактов, исходя из обобщений на основе предыдущего опыта; познание общего в предметах, установление связей между ними); 3) связь с речью, языком – обозначение словами результатов отражения (предметов, явлений, фактов), общего в предметах и явлениях.

Мышление (мыслительная деятельность) человека осуществляется с помощью мыслительных операций (осознанных психических действий, необходимые для решения определенных задач, формы и способы мышления. К основным мыслительным операциям относятся: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация, систематизация. Мыслительная деятельность

чрезвычайно сложна и многообразна. Принято считать, что ее основными формами являются: понятия (результат отражения существенных свойств, характеристик предметов, явлений и представления их с помощью слов); суждения (предложение, раскрывающее суть предмета высказывания, утверждение или отрицание его признаков, отношений, связанных с ним явлений); умозаключения (сопоставляются и анализируются суждения, на основе их истинности или ложности выводится новое суждение). В качестве видов умозаключения (иногда их называют способами рассуждения, мышления) выделяют индукцию и дедукцию.



Мышление, как один из познавательных процессов психики, обеспечивающий проникновения в суть предметов и явлений, связывают с интеллектом.

Под интеллектом понимают (Д. Векслер) глобальную способность разумно действовать, рационально мыслить и хорошо справляться с жизненными обстоятельствами, способность осознанно адаптироваться¹⁴. Это совокупный результат всех познавательных процессов, а также уровень способностей и потенциальных возможностей человека. Интеллект рассматривают как общие способности

¹⁴ Цит. по: Бороздина, Г. В. Основы психологии и педагогики : учебное пособие для студентов учреждений высшего образования / Г. В. Бороздина. – 4-е изд. – Минск : Вышэйшая школа, 2023. – С. 95.

логически мыслить, анализировать и решать проблемы в новых условиях (подвижный интеллект), способность использовать накопленный объем знаний и опыт на практике и передавать другим; способность понимать количественные понятия и отношения, манипулировать числами и др. Применяются различные методики для измерения интеллекта. Наиболее распространены тесты по установлению коэффициента интеллектуальности (IQ), уровня интеллектуальных возможностей конкретного человека в соотношении со средними показателями.

Мышление связано с языком и речью. Язык представляет собой систему условных символов (кодов), передающих сочетания звуков, наделенных определенными значениями и смыслами. Речь – совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, которые имеют тот же смысл и значение, что и соответствующая им система письменных знаков. Значение языка и речи для формирования психики человека чрезвычайно важно.

Мышление, использующее систему языка, позволяет: 1) выделять наиболее существенные элементы действительности; 2) относить к одной категории то, что в непосредственном восприятии может показаться разным; 3) узнавать явления, которые не смотря на их внешнее сходство, относятся к различным сферам действительности; 4) вырабатывать отвлеченные понятия, делать логические выводы вне пределов чувственного восприятия; 5) осуществлять процессы логического рассуждения, открывать законы явлений, недоступные для непосредственного опыта; 6) отражать действительность более глубоко, чем непосредственное чувственное восприятие и ставить сознательную деятельность человека на несоизмеримую высоту с поведением животного¹⁵.

Речь как совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, имеет следующее функциональное назначение: 1) выражает индивидуальное своеобразие психики человека; 2) выступает носителем и средством вербальной трансляции информации; 3) является средством мышления, обобщения предметов, явле-

¹⁵ Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. – СПб. : Питер, 2020. – С. 298-299 (384 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

ний; 4) служит регулятором собственного поведения, общения и управления поведением других людей; 5) осуществляется передача информационного контента, отношения говорящего к передаваемому контенту и окружающему его миру и др.

Человек использует различные виды речи: 1) устная – общение с помощью языковых средств, воспринимаемых органами слуха (ее разновидности: монологическая и диалогическая речь; непосредственная (при прямом контакте разговаривающих) и опосредованная техническими средствами); 2) внутренняя речь (беззвучная, про себя и для себя); 3) письменная (речь с помощью письменных знаков). Сочетание устной и письменной речи используется для оперативного общения, в случае, если человек не в состоянии полноценно использовать слух и голос. Используются дактилемы (различные положения пальцев обозначают знаки, аналогичные буквенному алфавиту) и реализуется дактильное общение. Если при этом нет возможности видеть воспроизводимые буквы может использоваться дактильно-контактная речь.

Тема 2.5. Воображение

Воображение – познавательный психический процесс создания новых образов на основе ранее воспринятых. Это переработка данных, поставляемых ощущениями и восприятием, осознание того, чего в опыте человека еще не существовало, что он не воспринимал ранее, с чем не встречался.

Воображение связано с восприятием и представлением. Эти психические процессы по-разному отражают окружающую действительность и формируют соответствующие образы. Восприятие – психический познавательный процесс целостного отражения предметов и явлений в совокупности их различных свойств и частей при непосредственном воздействии на органы чувств человека. Основными особенностями восприятий являются предметность, целостность, структурность, избирательность, осмысленность и константность. Представление – психический процесс отражения предметов или явлений, не воспринимае-

мых в данный момент, а воссоздаваемых на основе предыдущего опыта. Основными особенностями представлений являются обобщенность, наглядность, фрагментарность, неустойчивость и динамичность.

К основным функциям воображения относят: 1) преобразование опыта, расширение и углубление знаний об окружающей действительности (познавательная функция); 2) предвосхищение результата деятельности, формирование мечты, мотивов, побуждений и др. (прогнозная функция); 3) функция понимания другого человека, проецирование его мыслей, отношений, чувств; 4) защитная функция (уход от переживаний, формирование готовности к реальным трудностям, возможности стрессовых ситуаций и др.).

Воображение может иметь активный и пассивный характер. В первом случае происходит осознанное формирование образов, обусловленных и необходимых в той или иной сфере деятельности. Во втором случае – это сновидения (субъективное восприятие образов в сознании спящего человека, чаще всего в фазе быстрого сна с высокой активностью мозга; видения в состоянии полусна, бреда (грёзы); воображение без наличия реального объекта (видения, голоса и др.) – галлюцинации; иллюзии – ошибочные восприятия подлинных вещей или явлений (аффективные: страх, тревога; вербальные: ложное восприятие содержания реально происходящих разговоров (намекы, угрозы, издевательства).

Виды воображения:



Хорошо развитое активное воображение чрезвычайно важно для людей, деятельность которых связана с творчеством. На основе восприятия, представлений, впечатлений и образов, хранящихся в памяти, воображение художника (писателя, музыканта) воспроизводит (комбинирует, «додумывает») и формирует в сознании «живые» картины, которые затем воплощаются в художественные произведения.

Творческое воображение принципиально отличается от галлюцинаций и других явлений нарушения восприятия. Оно представляет собой синтез ассоциаций предметного восприятия с оригинальными ассоциациями, созданными ранее и хранящимися в памяти, базируется на вдохновении и внутреннем освобождении, в творческом сознании появляется множество образов, их связей и видений их воплощения в определенном стиле, форме, материале и др. Вдохновение — это специфически творческое состояние ясности мысли, интенсивности ее работы, богатства и быстроты ассоциаций, глубокого проникновения в суть

жизненных проблем, оригинального воспроизведения накопленного в подсознании жизненного материала, активного включения в творчество собственного художественного опыта.

Раздел 3. Эмоционально-волевая и мотивационно-потребностная сферы личности

Тема 3.1 Эмоционально-волевая сфера личности

Понятие об эмоциях и чувствах. Виды эмоций.

Эмоциональные состояния. Воля

Эмоции и чувства – это своеобразное личностное отношение человека к окружающей действительности и самому себе.

Эмоция (от лат. *emovere* – возбуждать, волновать) – особая группа процессов и состояний, в которых выражается субъективное отношение человека к внешней среде, событиям его жизни, изменениям внутреннего состояния. Чувства выступают как обобщенная эмоция.

Своеобразие эмоций и чувств определяется потребностями, мотивами, стремлениями, намерениями человека, особенностями его воли и характера, включенностью в какой-либо социум, особенностями общения и др. Источниками эмоций и чувств являются объективно существующие предметы и явления, выполняемая человеком деятельность, изменения, происходящие во внешнем мире, психике и организме человека.

В структуре эмоций выделяют импресивный компонент (внутренне переживание), физиологический компонент (вегетативные изменения: сердцебиение, изменение дыхания и др.) и экспрессивный компонент (поведение, мимика, двигательная речевая активность).

Выделяют два аспекта эмоций: 1) аспект отражения (значимости предметов, событий для субъекта); 2) аспект отношения – субъективное отношение к миру.

В критических обстоятельствах эмоция выступает как основная поведенческая сила.

Основными свойствами эмоций являются: субъективность; интегральность (взаимопроникновение); пластичность (гибкость); адаптация (снижение интенсивности эмоциональных реакций); суммация (накопление результатов воздействия); амбивалентность (противоречивость, двойственность); динамичность (быстрое реагирование, протекание); коммуникативность (возможность эмоционального взаимодействия), заразительность (присвоение чужих эмоций без их анализа и оценки) и др.

Человек переживает и транслирует множество эмоций. В их многообразии можно выделить ряд признаков, в соответствии с которыми – ряд видов / видовых рядов. В зависимости от позитивного или негативного влияния на человека – положительные, отрицательные, амбивалентные; по модальности – радость, гнев, печаль, вина, испуг, страх и др.; в зависимости от влияния на поведение и деятельность человека – стенические (побуждающие к действию – гнев, удивление и др.), астенические (подавляющие – печаль, стыд и др.); по степени осознанности – осознанные и неосознанные; по интенсивности проявлений – слабые, сильные; по продолжительности – кратковременные, сильные, длительные; по уровню развития – низшие, связанные с биологическими процессами, и высшие, связанные с удовлетворением социальных и духовных потребностей; по степени произвольности – произвольные, непроизвольные. В соответствии с мотивами, которым служат те или иные эмоции (К. И. Додонов¹⁶) предлагает выделять *альтруистические, коммуникативные, глорические* (потребность в самоутверждении), *праксические* (связаны с успешностью / неуспешностью деятельности человека), *пугнические* (связаны с потребностью в преодолении опасности), *романтические* (связаны со стремлением к необычному, таинственному, неизведанному), *гностические или интеллектуальные, эстетические, гедонистические, акизитивные* (в связи с интересом к накоплению, коллекционированию, приобретению вещей) *эмоции*¹⁷.

¹⁶ Цит. по: Ильин, Е.П. Эмоции и чувства // <https://psychologos.ru/articles/view/klassifikaciya-i-svoystva-emociy-e.p.-ilin>. Дата доступа: 30.09.2024.

¹⁷

Эмоциональные состояния – это психические состояния, которые возникают в процессе жизнедеятельности субъекта и определяют не только уровень информационно-энергетического обмена, но и направленность поведения.

Основными эмоциональными состояниями являются: радость (удовлетворение, веселье); грусть (апатия, печаль, депрессия); гнев (агрессия, озлобление); страх (тревога, испуг); удивление (любопытство); отвращение (презрение, брезгливость).

Эмоциональное состояние личности может зависеть от ряда причин субъективного и объективного характера (от специфики выполняемой работы, неподтвержденных / подтвержденных ожиданий вознаграждения, наличия / отсутствия различных форм поощрения, совершенного / несовершенного поступка, самочувствия и т.д.).

В эмоциональных состояниях раскрываются как типичные для человека особенности поведения, так и случайные. В типичных выражаются индивидуально-типологические особенности личности (например, меланхолики склонны к длительным минорным настроениям, холерики – к быстрой реакции на раздражитель, интенсивности эмоциональных реакций и др.).

Эмоциональные состояния проявляются у человека достаточно часто. Они могут вызываться как стечением обстоятельств и иметь случайный характер, так и быть причинно-обусловленными, хотя человек не всегда ясно может осознавать эти причины и связывать с ними своё эмоциональное состояние. Эмоциональные состояния на какой-либо временной отрезок могут окрашивать всю психическую деятельность человека и обнаруживать себя в настроениях, аффективных состояниях и аффектах, стрессах, фрустрации.

Настроение – это более или менее длительное и устойчивое эмоциональное состояние, окрашивающее все другие переживания и деятельность человека и отличающееся разной степенью продолжительности, выраженности, осознанности.

Настроение характеризуется сравнительно стабильным уровнем протекания. Оно всегда имеет причину (окружающая природа, события, люди, выполня-

емая деятельность). Причины не всегда осознаны (безотчетная грусть и др.), всегда субъективны (одна и та же причина у разных людей может вызвать разные настроения). Особенности волевой регуляции человека определяют характер владения и возможности управления своим настроением. Можно научиться управлять своим настроением, но для этого необходимо следить за ним и правильно оценивать.

Аффективное состояние – это постепенно нарастающее эмоциональное напряжение. Аффективное состояние всегда имеет завершение: удовлетворение, если нежелательное событие или неприятный разговор закончился неожиданно благополучно; при чрезвычайной конфликтной ситуации аффективное состояние часто разрешается аффектом. Аффект (от лат. affectus – душевное волнение, страсть) – это кратковременная, бурно протекающая, чрезвычайно интенсивная эмоциональная реакция. Эта реакция захватывает человека целиком, могут меняться обычные установки личности, суживаться объем сознания: оно направлено на ограниченный круг воспринимаемых предметов и представлений, связанных с переживанием. Человек не контролирует себя, не предвидит результатов своей реакции. Трудно проявить волевую регуляцию во время протекания аффекта, однако можно предотвратить возникновение аффекта.

Стресс – это эмоциональное состояние, вызванное неожиданной и напряженной обстановкой. Порождается действиями в условиях риска, при необходимости оперативно самостоятельно принимать быстрые решения, быстро реагировать в момент опасности, в неожиданно меняющихся условиях. В состоянии стресса человек с трудом осуществляет обычную для него деятельность, переключает и распределяет внимание, может возникать общее торможение и др. Навыки и привычки при этом остаются без изменения и могут заменить собой осознанные действия. Возможны ошибки восприятия, «провалы» памяти, неадекватные реакции на неожиданные раздражители и т.д. У некоторых людей стресс может вызвать прилив сил, активизацию деятельности, особую ясность и четкость мысли.

Фрустрация (от лат. frustratio – неудача, обман) – конфликтное отрицательно-эмоциональное состояние (дезорганизация сознания и деятельности), возникающее в связи с крахом надежд, неожиданно возникшими препятствиями (кажутся непреодолимыми) на пути достижения очень значимых для человека целей.

Причинами фрустрации могут быть: неудовлетворенность, блокада стремлений, вызывающая стойкое отрицательное эмоциональное переживание, отрицательная социальная оценка и самооценка личности. Она проявляется только тогда, когда степень неудовлетворенности выше того, что человек может вынести. В состоянии фрустрации человек ищет компенсирующие выходы, уходит в мир грез, иногда возвращается к более ранним стадиям психического развития (регрессирует).

Фрустрация раскрывается как крайняя досада, озлобленность, подавленность, крайнее недовольство собой, самобичевание. Может возникнуть глубокое депрессивное состояние, связанное со значительной и продолжительной дезорганизацией психики (ослабление памяти и т.п.).

Чувства – устойчивые эмоциональные переживания человека, возникающие в процессе его отношений с окружающим миром. Это специфически человеческие, обобщенные переживания, удовлетворение / неудовлетворение которых вызывает положительные или отрицательные эмоции: радость; удивление; страдание; гнев; отвращение; стыд и др.

Чувства – это обобщенные эмоции («Я боюсь этого человека» – это чувства, а «Мне страшно» – эмоция), но в отличие от эмоций и настроений они имеют выраженную объективную привязку: возникают применительно к чему или кому-то, а не к ситуации в целом. Переживания чувств социально обусловлены и свойственны только человеку.

В зависимости от связи чувств с удовлетворением тех или иных потребностей человека их можно разделить на две основные группы: низшие чувства и

высшие чувства. Низшие чувства связаны с удовлетворением базовых физиологических потребностей человека, высшие – удовлетворением социальных и духовных потребностей.

Высшие чувства занимают особое место в эмоционально-чувственной сфере человека. Это отражение переживаний отношения к явлениям социальной действительности, предметам. По содержанию высшие чувства делятся на моральные (связаны с соблюдением или нарушением людьми норм морали (совесть, стыд и т. д.), эстетические (связаны с восприятием и оценкой близкого к идеалу или совершенству), интеллектуальные (связаны с познавательной деятельностью: удивление, сомнение и др.), практические (связаны с деятельностью, ее изменениями, успешностью/ неуспешностью, трудностями получения результата, завершением деятельности: чувство напряжения; увлеченности и др.).

Моральные (нравственные) чувства – чувства, основанные на устойчивом отношении человека к общественным событиям, другим людям, самому себе. Их источник – общая жизнь людей, их взаимоотношения, борьба за достижение общественных целей. Они формировались в общественно-исторической жизни людей, в процессе их общения. Это важное средство оценки поступков и поведения, регуляции взаимоотношений личности. Основное содержание нравственных чувств составляют: чувство долга, справедливости, достоинства и др.

Эстетические чувства – чувства, основанные на удовлетворении / неудовлетворении эстетических потребностей. Это чувства прекрасного и безобразного; возвышенного и низменного; комического и трагического. Например, чувство красоты в явлениях природы, труде, гармонии красок, звуков, движений и форм и др. Эстетические чувства органически связаны с моральными чувствами и являются важным средством их формирования.

Практические чувства – результат переживания человеком своего отношения к профессиональной, трудовой, учебной, спортивной и другим видам деятельности. Проявляются в восторге, удовольствии, творческом подходе, в радости от успехов или в неудовлетворении, равнодушном отношении к ней и др.

Практические чувства успешно развиваются и становятся устойчивыми, если деятельность не противоречит интересам, склонностям и способностям человека, а способствует их развитию, включает элементы творчества, видны ее перспективы. В процессе антропогенеза у человека сформировалась потребность в труде, и эмоциональное отношение к результатам труда и к самому процессу. Человек, преодолевая препятствия, утверждает и совершенствует себя, свои психические и физические возможности, эмоционально переживает умственное и физическое напряжение трудового процесса.

Интеллектуальные чувства – отношения личности к познавательной деятельности в широком смысле. Это любознательность, чувство нового, удивление, уверенность или сомнения в чем-либо. Интеллектуальные чувства ярко проявляются в познавательных интересах, любви к знаниям, в учебных и научных вкусах. В зависимости от условий жизни, учебы и воспитания они имеют разные уровни: любопытство, любознательность, целеустремленный и устойчивый интерес к определенной области знаний, увлечение познавательной деятельностью.

Воля. Волевые свойства личности. Воля – это сознательное преодоление человеком препятствий и трудностей на пути осуществления действий. Воля проявляется в двух функциях – побудительной (активность личности по преодолению препятствий) и тормозящей (сдерживающей нежелательные проявления активности).

Препятствия могут быть внешними (преодолеть барьер, высоту и др.) и внутренними (преодолеть собственное нежелание куда-либо идти, нерешительность, робость и др.).

Волевые свойства личности: целеустремленность; решительность; смелость; настойчивость; выдержка (самообладание); мужество; инициативность; самостоятельность; дисциплинированность и др.

Важны мотивы волевого действия (почему человек ставит перед собой ту или иную цель) и сам волевой акт (волевое действие).

Принято выделять четыре основные стадии волевого акта (волевого действия): 1) стадия возникновения побуждения и предварительная постановка

цели; 2) стадия обсуждения и борьбы мотивов; 3) стадия решения; 4) стадия исполнения волевого действия.

Тема 3.2. Мотивационно-потребностная сфера личности

Потребности как источник активности личности. Понятие мотив.

Виды мотивов. Сущность понятия мотивации

Большинство психологов считает, что потребность выполняет функцию побуждения активности человека (его поведения, общения, деятельности). Высказывается множество точек зрения на понимание сущности потребности и ее роли в мотивации человека.

Потребность чаще всего трактуется как нужда – недостаток чего-то необходимого и /или надобность в чем-либо.

При рассмотрении феномена потребности необходимо учитывать, что потребность обусловлена осознанием и пониманием нужды, имеет объективную и субъективную стороны, является реакцией организма и личности на воздействия внешней и внутренней среды, стимулом активности человека в поиске и достижении цели, которая может удовлетворить эту потребность. Необходимо отличать понятия «потребность личности» и «потребность организма».

Разделение понятий «потребности личности» и «потребности организма» основано на следующем: 1) не всякая нужда организма осознается человеком (часть нужд организма, которые не отражаются в сознании, могут не превращаться в потребности личности); 2) осознаваемые биологические потребности отражаются в сознании человека в виде ощущений, как стремление разрядить напряжение; 3) потребность личности – это отражение в сознании нужды, которая переживается как внутреннее напряжение и побуждает психическую активность, связанную с целеполаганием. Если потребность долго не удовлетворяется, то напряжение может перерасти в физическую напряженность.

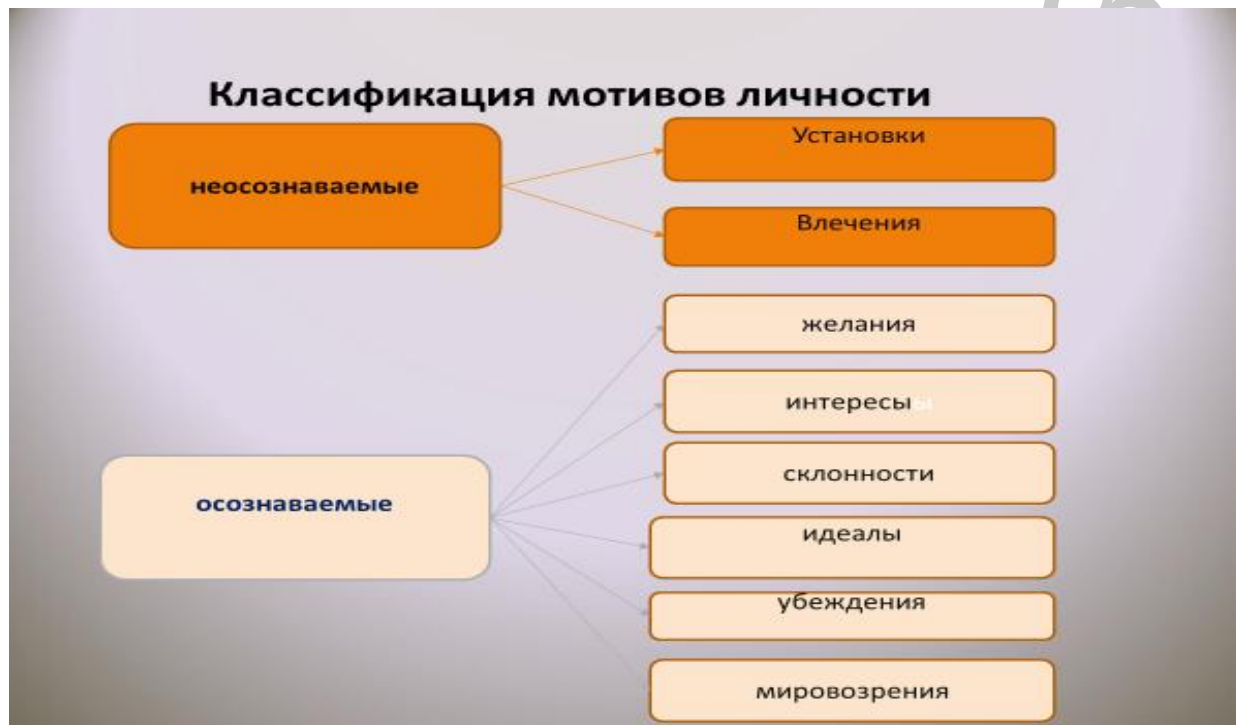
Основными этапами (стадиями) формирования и реализации потребности личности являются 1) стадия напряжения; 2) стадия оценки; 3) стадия насыщения.

А. Маслоу – американский психолог XX в. (основатель направления «гуманистическая психология») в работах «Теория человеческой мотивации» (Psychological Review, 1943) и «Мотивация и личность» (1954 г.) представил 5 ступеней потребностей человека: 1) физиологические потребности (дыхание, пищевые и др.); 2) потребность в безопасности жизнедеятельности; 3) потребность в общении, социальных контактах; 4) потребность в признании, уважении, одобрении, осознании собственного достоинства (престиж, социальный успех); 5) потребность в самоактуализации и самореализации. В более поздних работах психологов этот перечень был доработан и представлен ещё двумя уровнями познавательные потребности и эстетические потребности. Возникающие потребности побуждают личность к активному поиску путей их удовлетворения и становятся мотивами.

Мотивы (от латинского «movege» – «двигать») внутренние побудители деятельности человека. Категория «мотив» относится к числу фундаментальных категорий таких наук, как психология, педагогика, социология, философия и др. и соответственно даются различные трактовки сущности данного понятия.

Мотив (в понимании «опредмеченная потребность») положен в основу психологической теории деятельности (советские психологи А.Н. Леонтьев и С.Л. Рубинштейн). Мотив – это материальный или идеальный объект, достижение (изменение, преобразование) которого выступает в качестве смыслом деятельности человека. Это осознанное побуждение, обосновывающее и оправдывающее деятельность. Мотив проявляется как специфическое переживание субъекта, характеризуется положительными или отрицательными эмоциями от предвосхищения достижения чего-либо. Понятие «мотив» не совпадает с понятиями «потребность», «цель», «желание». В процессе формирования мотива участвуют не только потребности, но и другие побуждения (потребности опосредованы интересами, традициями, убеждениями, социальными установками и т.д.). Потребность станет мотивом, если она осознана не просто как нужда, а как руководство к действию.

Цепочка взаимосвязи «нужда -> потребность -> желание -> мотив -> цель -> действие» показывает место мотива, этапность его возникновения между желанием удовлетворить возникшую и осознанную потребность (определенный дискомфорт) и целью – моделью результата сознательного целеполагания.



Неосознаваемые мотивы личности: 1) установки – неосознаваемые личностью состояния готовности к определенной деятельности, с помощью которой может быть удовлетворена та или иная потребность; 2) влечения – неосознаваемые либо слабо осознаваемые (по содержанию и цели) потребности личности. «Влечение» – одно из центральных понятий теорий психоанализа. Его рассматривают как источник любого психического движения и поведения, оно создает психологическое напряжение, которое действует как сила, ориентированная на устранение источника возбуждения, это понятие служит для отграничения телесного от душевного.

Осознаваемые мотивы: 1) желание – осознанная по содержанию, но еще не выступающая в качестве сильного побуждения к действию потребность; 2) интерес – это избирательное отношение личности к объекту в силу его жизненного значения и эмоциональной привлекательности (имеет направленность на позна-

ние: необходимо увидеть, услышать, узнать и т.д.); 3) склонность – это ярко выраженная потребность личности (направленность на деятельность – хочу и могу выступить, нарисовать и т.д.); 4) идеалы – это важная цель личных стремлений человека, зовущий пример, эмоционально окрашенный эталон действия; 5) убеждения – это сочетание познавательных, эмоциональных и волевых компонентов, образующих осознаваемый мотив и составляющих основу мировоззрения; 6) мировоззрение – система взглядов человека на мир (сказывается на облике, поведении, действиях, привычках и склонностях человека, может развиваться равномерно и неравномерно, бесконфликтно и конфликтно, постоянно и с задержками).

Выделяют внешние и внутренние мотивы личности. Внешние обусловлены социальным окружением, внутренние – самим человеком, его внутренним состоянием. Внешние мотивы: 1) удовлетворение потребности семьи, страны, человечества в своем сохранении и развитии; 2) следование идеологии, культуре и мифам общества (творчество индивида созвучно той среде, в которой происходило его становление и проходит жизнь); 3) чувство моды (стадности), желание быть не хуже других (важно для тех, кто соблюдает общепринятые нормы и правила).

К основным внутренним мотивам относятся: 1) реализация поисковой потребности (врожденное любопытство); 2) инстинкт самосохранения, продолжения рода и самовыживание; 3) удовлетворение первичных материальных потребностей (пища, кров, одежда и т.д.); 4) удовлетворение духовно-социальных потребностей (самоуважение, признание, любовь, самореализация, саморазвитие и т. д.); 5) корыстолюбие, властолюбие, карьеризм; 6) лень, нежелание тратить свою энергию и др.

Мотивация – более широкое понятие, чем мотив. Она определяет эффективность деятельности и представляет собой совокупность причин психологического характера, объясняющих поведение человека, его направленность и активность.

Мотивы, мотивация не отделимы от сознания. Даже если человек не отдает себе отчета в том, что побуждает его к действиям, мотивы находят свое психическое отражение в форме эмоциональной окраски действий. Ее интенсивность, знак и качественная характеристика выполняют специфическую функцию, на ее основе различают понятия эмоции и личностный смысл.

Действия человека всегда реализуют совокупность отношений: предметному миру, социуму, самому себе. Одни мотивы, побуждая деятельность, придают ей личностный смысл. Это смыслообразующие мотивы. Другие мотивы, существующие со смыслообразующими (сопутствующие им), выполняют роль побудительных факторов (положительных или отрицательных). Это мотивы-стимулы.

Мотивационную сферу личности характеризуют отношения иерархии мотивов (соотношение смыслообразующих мотивов и мотивов-стимулов). Смыслообразующие мотивы всегда занимают более высокое иерархическое место, они являются ведущими в жизни человека.

Раздел 4. Индивидуально-психологические особенности личности

Тема 4.1. Темперамент и характер

Сущность и отличительные особенности темперамента. Исторические и современные теории темперамента. Типы темперамента. Сущность и отличительные особенности характера. Черты характера

Как было показано выше, человек – это биосоциальное существо, обладающее членораздельной речью, сознанием, высшими психическими функциями (абстрактно-логическое мышление, логическая память и т.д.), способное создавать орудия и пользоваться ими в процессе общественного труда.

Темперамент относится к биологически обусловленным подструктурам личности. Это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов и его поведения. Это темп, ритм, продол-

жительность, интенсивность психических процессов (их эмоциональная составляющая), а также ряд внешних особенностей поведения человека – подвижность, активность, быстрота или замедленность реакций и т.д.

Темперамент – это такое свойство психики человека, которое представляет собой совокупность индивидуально своеобразных свойств, одинаково проявляющихся в разнообразной деятельности личности и остающимися постоянными в течение жизни.

Структура темперамента: 1) общая активность индивида (стремление к активности, самовыражению, преобразованию внешней действительности); 2) двигательный (моторный) компонент (мышечная и речевая моторика); 3) эмоциональность (возникновение, протекание чувств, аффектов, настроений).

Свойства темперамента – это врожденные и устойчивые индивидуальные особенности психики, которые определяют динамику различных видов деятельности человека (игровой, учебной, трудовой). Сочетания свойств темперамента создают его тип (определенную совокупность психологических свойств, характерных для определенной группы людей).

В системе формирования психологических знаний сформировались различные точки зрения на типологию темпераментов. Самый древний из них – гуморальный подход (темперамент определяли в зависимости от преобладания определенной жидкости в организме). Гиппократ (V в. до н. э.) считал, что в организме человека имеются четыре основные жидкости ('соки'): кровь, слизь, желтая желчь и черная желчь. Они смешиваются в определенных пропорциях и составляют тот или иной тип темперамента. темперамент (от лат. *temperamentum* – смесь, соотношение). Название темперамента давалось по преобладанию жидкости: кровь (лат. *sanguis*) – сангвиники; желтая желчь (греч. *chole*) – холерики; слизь (от греч. *phlegma*) – флегматик, черная желчь (от греч. *melain chole*) – меланхолики.

Позднее с темпераментом стали связывать психологические свойства индивидов (психологический подход: Гален (II в. н. э.), античный врач;

И. Кант, немецкий философ (XVIII в.)). Описывались (составлялись) психологические портреты каждого типа темперамента.

В рамках психосоматического подхода (Э. Кречмер и У. Шелдон) психическое своеобразие людей определялось соматическим типом строения организма. Э. Кречмер выделил три психосоматических типа личности, которые соответствуют трем типам темперамента: 1) пикник (*pykno* – плотный, толстый); 2) астеник (лептосоматик) (*leptos* – хрупкое тело); 3) атлетик (*athlon* – борьба, схватка). У. Шелдон рассматривал тело и темперамент как взаимосвязанные параметры человека и выделил в качестве основных типов темпераментов: эндоморфный, мезоморфный и эктоморфный.

В начале XX века российским физиологом И. П. Павловым был обоснован и получил популярность физиологический подход. В основу изучения темперамента положены физиологические особенности нервной системы, такие как сила нервной системы, ее уравновешенность и подвижность. Эти свойства образуют определенные комбинации и определяют тип нервной системы (тип высшей нервной деятельности). Они соответствуют 4 классическим типам темперамента: сильный, уравновешенный, подвижный – сангвиник; сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения – холерик, слабый тип – меланхолик; сильный, уравновешенный, инертный – флегматик.

Исследования психофизиологов Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына показали, что свойствами нервной системы являются также лабильность (скорость возникновения и протекания нервных процессов), динамичность (быстрота и легкость выработки условных рефлексов), концентрированность нервной системы и уровень активности.

Нейрофизиологический подход обосновали швейцарский психоаналитик К. Юнг и немецкий психолог Г. Айзенк. К. Юнг по характеру направленности личности выделил два психологических типа личности: экстравертивный (направленность на взаимодействие с внешним миром, стремление к новым впечатлениям, импульсивность, общительность, повышенная двигательная и рече-

вая активность) и интровертивный (характерна фиксация интересов на собственном внутреннем мире, склонность к самоанализу, замкнутость). Г. Айзенк к этим характеристикам добавил эмоциональную устойчивость (стабильность настроений, постоянство интересов) и эмоциональную неустойчивость (резкие колебания настроений, непостоянство интересов). Соответственно эмоционально устойчивый и интровертивный – флегматик, эмоционально устойчивый и экстравертивный – сангвиник; эмоционально не устойчивый и интровертивный – меланхолик, эмоционально не устойчивый и экстравертивный – холерик.

В регуляторной (регулятивной) теории темперамента польского психолога Я. Стреляу выделяется реактивность (интенсивности реакции на стимул) и активность (количество и разнообразие действий человека) как основные характеристики темперамента. Для достижения оптимального уровня активации высокореактивным людям необходим (предпочтительнее) низкий уровень внешней стимуляции, слабореактивным – сильный уровень внешней стимуляции. Темпераментальные характеристики человека являются результатом биологической эволюции, имеют генетическую основу, которая определяет их индивидуальные проявления. Могут меняться по мере взросления индивида, под действием особых средовых условий.

В теории интегральной индивидуальности (В. С. Мерлин) выделено 9 основных параметров темперамента, которые можно наблюдать без специальных средств диагностики: 1) эмоциональная возбудимость; 2) возбудимость внимания; 3) сила эмоций; 4) тревожность; 5) реактивность произвольных движений (импульсивность); 6) активность волевой, целенаправленной деятельности; 7) пластичность / ригидность; 8) резистентность (сопротивляемость); 9) субъективация (пристрастность).

В рамках теории формально-динамических свойств личности (В. М. Русалов) темперамент рассматривается как психосоциобиологическая категория, базовое образование психики, определяющее все богатство содержательных характеристик человека. Темперамент отражает формальный аспект деятельности и не зависит от её цели, смысла, мотива; характеризует индивидуально-типичную

меру энергетического напряжения и отношение к миру и себе; проявляется во всех сферах жизнедеятельности; может проявляться уже в детстве и характеризуется устойчивостью в течение длительного жизненного периода человека; коррелируется со свойствами биологических подсистем (нервной, гуморальной, телесной и т.д.) и передается по наследству. Выделяется четыре формально-динамических свойства темперамента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость, эмоциональность (чувствительность). Комбинирование проявлений в отношении предметного и социального мира образуют характеристики, которые позволяют определить преобладающий тип темперамента.

В современных подходах к описанию темперамента принято выделять следующие свойства темперамента: 1) сензитивность (степень чувствительности человека к внешним воздействиям, стимулам и др.); 2) реактивность (сила реакции человека на раздражители; степень произвольности реакции человека на внешнее и внутренне воздействие одинаковой силы); 3) эмоциональная возбудимость (уровень воздействия для возникновения эмоциональной реакции, скорость возникновения реакции); 4) активность (степень интенсивности воздействия на внешний мир, преодоления возникающих жизненных преград, настойчивости в достижении цели); 5) темп реакций (скорость протекания психических процессов); 6) пластичность / ригидность (гибкая или инертная, быстрая или медленная, легкая или трудная приспособляемость к меняющейся ситуации, условиям); 7) экстраверсия (направленность интересов на окружающую действительность, высокий уровень общительности, эмоционального отклика на явления внешней среды); 8) интроверсия (степень ориентации человека на свой внутренний мир, свои мысли, чувства, впечатления)).

Различные комбинации этих свойств образуют типы темперамента:

1) холерический – пониженная сензитивность, высокая реактивность и активность, ригидность, экстравертированность, повышенная эмоциональная возбудимость, ускоренный темп реакций;

2) сангвинический – пониженная сензитивность, высокие реактивность и активность, уравновешенность, пластичность, экстравертированность, высокая эмоциональная возбудимость, ускоренный темп реакций;

3) флегматический – пониженная сензитивность, низкая реактивность, высокая активность, ригидность, интровертированность, пониженная эмоциональная возбудимость, замедленный темп реакций;

4) меланхолический – повышенная сензитивность, низкая реактивность, низкая активность, ригидность, интровертированность, повышенная эмоциональная возбудимость, замедленный темп реакций¹⁸.

Таким образом, темперамент это биологический фундамент, природная основа, на которой формируется личность как социальное существо, он отражает динамические аспекты поведения, преимущественно врожденного происхождения; свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека; они устойчиво (однотипно) проявляются в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными и в различных возрастных периодах; свойства темперамента в совокупности своей характеризуют тип темперамента.

Характер. Характер (от греч. *character* – черта, признак, примета, особенность) – индивидуальная, достаточно устойчивая система привычных способов поведения человека в определенных условиях.

Существуют также несколько иные трактовки этого понятия. Под характером понимается индивидуальное сочетание существенных свойств личности, определяющих отношение человека к окружающему миру и выражающихся в его поведении и поступках.

Характер представляет собой единство особенного (присуще группе людей) и типичного (присуще социуму) и индивидуального. В формировании характера человека ведущую роль играют формы социальных взаимоотношений.

¹⁸ Березовин, Н.А. Основы психологии и педагогики : учеб. пособ. / Н.А. Березовин, В.Т. Чепиков, М.И. Чеховских. – 3-е изд. стер. – Минск : Новое знание; М. : ИНФРА-М, 2011. – С. 66-67 (336 с. (Высшее образование)).

В этом случае характером называют совокупность устойчивых способов поведения и естественного реагирования человека в определенной ситуации (стиль поведения). Характер человека раскрывает систему отношений к действительности, привычную схему поведения в определенной ситуации. В широком значении слово «характер» используется как синоним термина «психотип».

Характер складывается в течение жизни человека на основе наследственных данных, воспитания, влияния окружения, собственного выбора человека. Характер может передаваться по наследству, но на генетическом уровне определяется только склонность человека к чему-то, а не предопределенность его поведения. Важнейшим в формировании характера является социальная среда и воспитание. Свой характер можно корректировать, им можно управлять.

Характер и темперамент относятся к достаточно устойчивым характеристикам человека, однако в отличие от темперамента характер имеет качественные оценки (хороший / плохой, конфликтный / неконфликтный и др.) и является привычным способом поведения человека и его отношения к окружающему миру. Это определенная совокупность свойств и качеств – черт характера, в которых проявляется отношение человека к обществу и отдельным людям (доброта, отзывчивость, заносчивость, общительность, вежливость, доброжелательность, замкнутость, бестактность, недоброжелательность и др.), долгу и труду (трудолюбие, лень, ответственность, небрежность, добросовестность, и др.) вещам (аккуратность, бережное отношение и др.), самому себе (самолюбие, честолюбие, тщеславие, гордость, самомнение, чувство собственного достоинства, высокомерие, робость и др.).

Все черты характера можно разделить на три группы: хорошие; проблемные и те, которые нельзя уверенно отнести ни к хорошим, ни к проблемным (их чаще называют особенностями характера). Характер каждого человека уникален, включает различные черты. Доминирование части из них во многом обуславливает особенности адаптации в конкретном социуме, специфику общения и др.

Тема 5.2. Способности и творческое освоение мира

Общая характеристика способностей личности. Общие и специальные способности человека. Уровни развития способностей и индивидуальные различия. Творчество. Творческое освоение мира. Креативные творческие способности личности. Проявления бессознательного в творчестве

Под личностью подразумевается некоторое ядро, интегрирующее начало, связывающее воедино различные психические процессы индивида и сообщающие его поведению необходимую последовательность и устойчивость.

Способности личности входят в перечень типологических свойств личности наряду с характером и темпераментом. Способности проявляются в деятельности и выступают условиями ее успешности. Однако это только возможность (потенциал) для приобретения знаний, умений, навыков, а их реальное наличие зависит от множества составляющих (биологических, социальных, психических), волевых и нравственно-этических характеристик (качеств) личности.

Природными предпосылками развития способностей являются задатки – морфологические и функциональные особенности строения мозга, органов чувств и движений. Наличие задатков (музыкальный слух, зрительная восприимчивость, физическое строение тела и др.) способствует предрасположенности человека к занятию определенным видом деятельности, которым он легко овладевает и получает удовлетворение от результатов.

В совокупности способностей, которыми овладевает (может овладеть) человек можно выделить несколько уровней. По содержанию и степени сложности способности бывают: 1) элементарные (основные, присущие всем примерно в одинаковой степени: говорить, обучаться, двигаться и т.д.); 2) сложные общие способности (к труду, общению, речи, воспитанию), свойственны всем, но в различной степени; 3) сложные частные (специальные) способности (обеспечивают достижение уникальных результатов). Можно выделить уровни развития способностей в зависимости от результатов деятельности: 1) репродуктивный (овла-

дение деятельностью, позволяющей выполнять задания по образцу); 2) творческий или продуктивный (возможность отойти от стандарта и создать что-то оригинальное).

Способности человека могут проявляться в различных видах жизнедеятельности: интеллектуальной, академической (способность обучаться), творческой, социальной (лидерство, общение), духовной жизни, психомоторике (движение) и др.

Для успешной творческой деятельности важны не только соответствующие задатки и способности, но и ярко выраженная одаренность – сочетание различных способностей. Развитие способностей происходит в деятельности и может проявляться как талант или гениальность. Одаренных людей помимо способностей к какому-либо виду деятельности отличает внимательность, собранность, постоянная готовность к деятельности, настойчивость в достижении цели, настойчивая потребность создавать что-либо новое, интеллект выше среднего уровня.

Талант – это высокий уровень развития каких-либо способностей (совокупности способностей) человека (у музыкантов – слух, ритм, память) и социальных составляющих, которые в совокупности своей обеспечивают достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности.

Гениальность – это высший уровень развития способностей человека, делающей его выдающейся личностью в соответствующей области или сфере деятельности.

Творчество. Творчество – это деятельность, порождающая нечто качественно новое, никогда ранее не существовавшее; процесс создания субъективных ценностей; способность угадать и раскрыть жизнь.

Выделяют различные виды творчества: 1) научное творчество – открытие явлений и общих закономерностей развития реалий мира; 2) техническое творчество – практическое преобразование мира; 3) педагогическое творчество – поиск нового в сфере педагогической деятельности и реальное ее преобразование; 4) художественное творчество (музыкальное, хореографическое, инструменталь-

ное, театральное и др.) – эстетическое освоение и преобразование действительности; 5) спортивное творчество – создание (достижение) новых результатов, рекордов и др.; 6) народное творчество; 7) что-либо качественно новое, создаваемое в иных сферах деятельности – политическое, изобретательское, организаторское, философское, мифологическое и др.

Потребность в творчестве – ведущая сила человеческой цивилизации. Своеобразие конкретного социума и особенности конкретно-исторического этапа его развития, специфика транслируемых общественных ценностей и установок, национальный колорит обуславливают как неповторимость и уникальность субъектов творческой деятельности, так и психологическую основу творчества, способствуют формированию и реализации творческого потенциалом каждой личности.

На формирование творческой личности оказывают влияние внешние и внутренние факторы. К внешним факторам относятся особенности воспитания; социально-значимые мотивы, поощрение или осуждение обществом; социальные условия деятельности. Внутренние факторы включают в себя наличие задатков, которые являются биологической основой способностей, склонностей – предрасположенности человека к занятию определенным видом деятельности, которым он легко овладевает и получает удовлетворение от результатов, наличие творческих способностей.

Ядром творческой личности считают креативность (креативные способности). Креативность (от лат. *creatio* – созидание) – способность порождать необычные идеи, находить оригинальные решения, отклоняться от традиционных схем мышления. Под креативностью понимают два психических явления: 1) совокупность качеств личности, создающих предрасположенность к творчеству; 2) высокий уровень творческой активности, определяемой рядом личностных качеств врожденных (высокий уровень интеллекта, хорошая память, наблюдательность и др.) и сформированных путем взаимодействия с социальной средой, в т.ч. в процессе воспитания (любопытность, упорство, самостоятельность, независимость, высокий уровень воображения, открытость всему новому), а также

опыт, знания и умения, сформированные личностью в процессе вовлеченности ее в различные виды деятельности (Е. Е. Туник (1992). Для креативной личности характерны: чувствительность к проблеме; способность к синтезу; способность к выделению сходства и различия; способность к воссозданию недостающих деталей; способность к прогнозированию; дивергентное мышление (способность выдвижения множества гипотез (мышление «вширь») на основе однозначных данных) (Дж. Гилфорд, П. Торренс)¹⁹.

Г. С. Альтшуллером (инженер, изобретатель, писатель-фантаст (1926-1998)) разработана теория развития творческой личности. На основе анализа жизненного пути многих изобретателей он выделил 6 качеств творческой личности (минимально необходимый «творческий комплект»): достойная цель, комплекс реальных рабочих планов достижения цели, высокая работоспособность, хорошая техника решения задач, способность отстаивать свои идеи— «умение держать удар», результативность.

Человек, имеющий высокий уровень креативности, отличается от других людей рядом особенностей: 1) когнитивных (знаниевых) – высокая чувствительность к раздражителям, к необычному, единичному, уникальному, память на редкие события, развитые воображения и фантазия и др.; 2) эмоциональных – высокая эмоциональная возбудимость, преодоление состояния тревожности, наличие сильных и ярких эмоций; мотивационных особенностей (потребность в самовыражении и самоутверждении, потребность в понимании, потребность в автономии и независимости); 3) коммуникативная особенность (инициативность, спонтанность поведения, склонность к лидерству или независимости).

Отличительной особенностью творческого процесса является его эмоциональная насыщенность, «погружение» в произведение, появление состояния вдохновения (иногда это относят к мистическим, неподвластным управлению со стороны человека: оно приводит к состоянию экстаза, когда не разделяются мысли и чувства, обостряются эффекты синестезии, возникает ощущение, что

¹⁹ Цит. по : Ильин, Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2009. – С. 66.

музыка (стихи, сюжеты произведений) возникают сами по себе, без особых усилий автора). В этом случае говорят о проявлении бессознательного в творчестве. При этом осознание явлений в творчестве связано с их упорядоченностью, структурированностью, возможностью применения апробированных способов решения задач в относительно новые условия, ситуаций. Оно выступает в качестве упорядоченной силы, задающей направление развитию знаний, созданию новых художественных образов, возникающих подсознательно. Образы зарождаются и исчезают спонтанно, борются с первичным замыслом художника (рационально созданным планом произведения), более яркие и динамичные образы вытесняют из сознания менее яркие. Сознание становится пассивным экраном, на который человеческое бессознательное отображает себя.

Спонтанное и неожиданное проявление мозговой деятельности, которое помогает осмыслить проблему и быстро найти путь её решения называют инсайтом, связывают его с интуицией. Термин «интуиция» (латинского *intuito rapido e pronto*, т. е. «быстро увиденный», *intueri*, означающего «видеть внутри», «пристально, внимательно». Это один из основных психологических феноменов бессознательного в творческом процессе. Интуиция позволяет воспринимать и познавать реальность без объяснений, она предоставляет дополнительный уровень информации, не поступающей из аналитической части мозга. Интуиция проявляется на 4 уровнях: 1) физическом – осознаваемые телесные ощущения, встречающиеся в ситуации, в которой, казалось бы, нет причины думать о чем-то необычном; 2) эмоциональном; интуиция достигает сознания посредством чувств, например, любовь с первого взгляда или нелюбовь к чему-то без видимой причины; 3) ментальном – через образы, с помощью которых человек способен делать точные выводы на основе несущественной информации; 4) спиритуальном, на котором достигается целостное понимание действительности, которое не зависит от ощущений, чувств и мыслей (Ф. Вауган (Vaughan, 1979))²⁰.

²⁰ Ильин, Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – С. 23.

2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

2.1. Тематика семинарских занятий

Раздел I. Введение в психологию (2 часа)

Тема 1.1. Психика и сознание

1. Психика как субъективный образ объективного мира.
2. Этапы развития психики.
3. Сознание как высший уровень развития психики.
4. Сознание и неосознаваемые психические процессы.
5. Общественное и индивидуальное сознание.

Литература

1. Общая психология : введение в общую психологию, психология познавательных процессов : учебное пособие / Б. Н. Рыжов, Д. А. Донцов, М. В. Донцова, Л. В. Сенкевич ; под общ. науч. ред. Б. Н. Рыжова, Д. А. Донцова ; отв. ред. Д. А. Донцов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ФЛИНТА, 2021. – 400 с. : ил., табл. – Режим доступа: Университетская библиотека (подключение в библиотеке ИСЗ).
2. Ванштейн, Л.А. Общая психология : учебник / Л. А. Ванштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. – Минск : Современная школа, 2009. – С. 8–12; 27–32; 36–45.
3. Бороздина, Г. В. Основы психологии и педагогики : учебное пособие для студентов учреждений высшего образования / Г. В. Бороздина. – 4-е изд. – Минск : Вышэйшая школа, 2023. – 415 с. ил.

4. Мирошниченко, И. В. Общая психология : учебное пособие / И. В. Мирошниченко. – М. : А-Приор, 2007. – 94 с. – (Конспект лекций. В помощь студенту). – Университетская библиотека. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru>

Раздел 2. Познавательные психические процессы (2 часа)

Тема 2.1. Сенсорно-перцептивные процессы

1. Ощущения как составляющая сенсорно-перцептивных процессов психики. Основные классификации ощущений.
2. Общие закономерности и характеристики (свойства) восприятия. Виды восприятия.
3. Аперцепция, роль установки в восприятии.
4. Когнитивно-ориентированные теории восприятия (Дж. Бруннер, Р. Грегори, Й. Найссер, Ж. Пиаже, Д. Марр).

Литература

1. Общая психология : введение в общую психологию, психология познавательных процессов : учебное пособие / Б. Н. Рыжов, Д. А. Донцов, М. В. Донцова, Л. В. Сенкевич ; под общ. науч. ред. Б. Н. Рыжова, Д. А. Донцова ; отв. ред. Д. А. Донцов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ФЛИНТА, 2021. – 400 с.: ил., табл. – Режим доступа: Университетская библиотека (подключение в библиотеке ИСЗ).
2. Краткий курс по психологии : учебное пособие : [16+]. – М. : РИПОЛ классик, 2016. – 127 с. – (Скорая помощь студенту. Краткий курс). – Университетская библиотека. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru>
3. Лобанов, А. П. Когнитивная психология : учебное пособие для студентов учреждений высшего образования по психологическим и педагогическим специальностям / А. П. Лобанов. – 2-е изд. – Минск : Новое знание; М. : Инфра-М, 2012. – 376 с.: ил., табл. – (Высшее образование).

4. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология : учеб. пособ. / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова. – 3-е изд. – Минск : РИВШ, 2021. – 206 с.: ил.

Раздел 3. Эмоционально-волевая и мотивационно-потребностная сферы личности (2 часа)

Тема 3.1. Эмоционально-волевая сфера личности

1. Общая характеристика эмоций. Основные функции и виды эмоций.
2. Психологические теории эмоций и чувств.
3. Виды чувств. Низшие и высшие чувства.
4. Эмоциональные состояния. Эмоциональные переживания. Настроения, аффекты, аффективные состояния, страсти, фрустрация, стресс.
5. Проблема воли в психологии.
6. Проблема выбора и принятия решения. Свобода воли и личностная ответственность.
7. Развитие волевых качеств личности.

Литература

1. Джанерьян, С. Т. Психология эмоций и воли : учебное пособие / С. Т. Джанерьян ; Южный федеральный университет. – Ростов-н/Дону : Южный федеральный университет, 2016. – 142 с. : табл. – Режим доступа: Университетская библиотека. – URL: <https://biblioclub.ru>
2. Ванштейн, Л. А. Общая психология : учебник / Л. А. Ванштейн, В. А. Поликарпов, И. А. Фурманов. – Минск : Современная школа, 2009. – С. 323–400.
3. Мирошниченко, И. В. Общая психология : учебное пособие / И. В. Мирошниченко. – М. : А-Приор, 2007. – 94 с. – (Конспект лекций. В помощь студенту). – Университетская библиотека. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru>

Раздел 4. Индивидуально-психологические особенности личности (4 часа)

Тема 4.1. Темперамент и характер

1. Основные исторические теории типологии темперамента.
2. Основные современные теории типологии темперамента.
3. Свойства темперамента, характеристика основных типов (холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик).
4. Темперамент и свойства личности.
5. Темперамент и профессиональная деятельность личности.

Литература

1. Мирошниченко, И. В. Общая психология : учебное пособие / И. В. Мирошниченко. – М. : А-Приор, 2007. – 94 с. – (Конспект лекций. В помощь студенту). – Университетская библиотека. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru>
2. Строение тела и характер / Эрнст Кречмер. – Изд. 2-е. – М. : Академический проект, 2019. – 320, [1] с. – (Психологические технологии)
3. Интеллект. Темперамент. Как организовать свою жизнь / С. П. Онупrienko. – Минск : ТетраСистемс, 2011. – 383 с. – (Экология мира людей)
4. Как узнать и изменить свою судьбу: способности, темперамент, характер / М. Е. Литвак. - Изд. 25-е. - Ростов н/Дону : Феникс, 2013. – 493, [1] с. – (Психологические этюды).

Тема 4. 2. Способности и творческое освоение мира

1. Способности, задатки и индивидуальные различия людей.
2. Понятие одаренности, таланта и гениальности.
3. Творческая личность.
4. Креативность как ядро творческой личности.
5. Модель выдающейся личности (Е.Б.Старовойтенко).

Литература

1. Бараева, Е.И. Психология одаренной личности : учебное пособие / Е. И. Бараева, Т. Ю.Шлыкова. – Минск : РИВШ, 2017. – 312 с.
2. Кашапов, М. М. Психология творческого мышления профессионала / М. М. Кашапов. – М. : ПЕРСЭ, 2006. – 687 с.

3. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

3.1. Вопросы (тесты) для самопроверки и текущей аттестации успеваемости

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
1.	Пространственно-временные характеристики объективного мира отражаются в психике в ходе:	А) мотивационных процессов
		Б) познавательных процессов
		В) эмоциональных процессов
		Г) коммуникативных процессов
		Д) волевых процессов
2.	Получение первичных образов обеспечивается процессами:	А) мышления
		Б) сенсорно-перцептивными
		В) памяти
		Г) воображения
3.	Восприятие принято также называть	Д) волевыми
		А) воображением
		Б) перцепцией
		В) осязанием
4.	Под темпераментом понимается:	Г) обонянием
		Д) наблюдательностью
		А) наследственные задатки
		Б) врожденные особенности человека, обуславливающие степень эмоциональной возбудимости и особенности приспособления к окружающей среде
		В) способность к решению жизненных проблем
5.	Длительное сохранение информации обеспечивает:	Г) особенности взаимоотношений с другими людьми
		Д) репродуктивная деятельность человека
		А) оперативная память
		Б) долговременная память
		В) промежуточная память
6.	Вид памяти по продолжительности хранения информации – это:	Г) эпизодическая память
		Д) кратковременная память
		А) оперативная память
		Б) моторная память
		В) эйдетическая память
7.	Какой из видов памяти не относится к генетическим:	Г) образная память
		Д) вербальная память
		А) кратковременная память
		Б) моторная память
		В) эмоциональная память
8.		Г) образная память
		Д) вербальная память
		А) запоминание

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	В перечень основных процессов памяти <u>не входит</u> :	Б) сохранение
		В) восприятие
		Г) воспроизведение
		Д) забывание
9.	Процесс памяти, обеспечивающий запечатление информации, ввод новых элементов ощущений, восприятия, мышления или переживания в систему ассоциативных связей	А) запоминание
		Б) сохранение
		В) узнавание
		Г) воспроизведение
		Д) забывание
10.	Такое запоминание является результатом работы мышления над содержанием запоминаемого материала, предусматривает установление смысловых связей:	А) непроизвольное
		Б) произвольное
		В) запоминание без заранее поставленной цели
		Г) запоминание без проявления волевых усилий
		Д) простое запечатление
11.	Способность удерживать в памяти воспринятую информации в скрытом состоянии относится к процессу:	А) запоминания
		Б) сохранения
		В) узнавания
		Г) воспроизведения
		Д) забывания
12.	Такие процессы памяти как узнавание и воспроизведение не связаны с:	А) актуализацией
		Б) забыванием
		В) воспоминанием
		Г) припоминанием
		Д) восстановлением
13.	Психический процесс опосредствованного и обобщенного отражения действительности, познания отношений и закономерных связей между предметами и явлениями окружающего мира:	А) воображение
		Б) память
		В) мышление
		Г) восприятие
		Д) ощущение
14.	Одной из основных функций психики является	А) кумулятивная функция
		Б) отражающая функция
		В) познавательная функция

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	+	Г) функция восприятия Д) интерпретационная функция
15.	Концепцию о трех функциональных блоках в работе мозга разработал	А) В.М. Бехтерев Б) А.Р. Лурия В) А.А. Бодалев Г) П.П. Блонский Д) П.Ф. Каптерев
16.	Процесс качественных изменений в духовной сфере личности называется:	А) актуализацией Б) инволюцией В) регрессом Г) технологией Д) развитием
17.	К познавательным процессам <u>не относится</u> :	А) абсолютизация Б) память В) мышление Г) восприятие Д) ощущения
18.	К познавательным процессам относится:	А) воспитание Б) антиномия В) стремление к успешной карьере Г) профессиональная подготовка специалиста Д) мышление
19.	Средняя норма объема внимания для человека составляет	А) 5-9 объектов Б) 1-2 объекта В) 15-20 объектов Г) 20-25 объектов Д) 10-15 объектов
20.	Мысленное выделение существенного свойства при одновременном игнорировании остальных свойств – это...	А) абстракция Б) аналогия В) внимание Г) восприятие Д) дедукция
21.	Построение образа средств и конечного результата предметной деятельности субъекта -	А) воображение Б) воспроизведение В) память Г) восприятие Д) внимание
22.	Психическим процессом <u>не является</u> :	А) ощущение Б) восприятие В) установка Г) память Д) мышление
23.	Устойчивые эмоциональные переживания человека, отношения к предметам и явлениям действительности – это:	А) задатки Б) уровень культуры личности В) воспитанность Г) чувства Д) жизненный опыт
24.		А) задатки

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	Врожденные, устойчивые психофизиологические особенности человека, оказывающие существенное влияние на развитие его способностей	Б) наследственность В) активность Г) черты характера Д) качества личности
25.	К психическим состояниям <u>не</u> относится	А) аффект Б) работоспособность В) эйфория Г) тревога Д) фрустрация
26.	Восприятие – это:	А) целостное отражение в сознании человека предметов и явлений объективного мира при помощи органов чувств Б) самочувствие человека в течение дня В) метод постижения научной истины Г) технология обучения Д) результат воспитания человека
27.	Какое из высказываний <u>неверное</u> ?	А) восприятие возможно без ощущений Б) восприятие невозможно без ощущений В) восприятие невозможно без деятельности памяти и мышления Г) восприятие дает целостный образ предмета или явления Д) восприятие – это целостное отражение предметов и явлений объективного мира при их воздействии на органы чувств
28.	К высшим чувствам <u>не</u> относятся:	А) моральные Б) чувства сытости, покоя В) интеллектуальные Г) эстетические Д) практические
29.	Произвольное внимание – это	А) внимание, присущее только животным Б) сознательно регулируемое сосредоточение на предмете В) процесс рассеянности Г) внимание, характерное для животных и человека Д) пассивный способ восприятия явлений окружающего мира
30.	Тип темперамента, который отличается повышенной возбудимостью, неуравновешенностью поведения, вспыльчивостью, агрессивностью, прямолинейностью	А) флегматик Б) сангвиник В) меланхолик Г) холерик Д) конформист
31.		А) холерик Б) сангвиник

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	Тип темперамента, который характеризует человека высокой эмоциональной чувствительностью и повышенной ранимостью	В) меланхолик Г) экстраверт Д) оптимист
32.	Переход внешних действий во внутренние называется:	А) технологией обучения Б) интериоризацией В) процессом адаптации Г) мировоззрением Д) акселерацией
33.	Процесс развития индивида от рождения до смерти называется:	А) аксиологией Б) воспитанием В) онтогенезом Г) эмансипацией Д) половой идентификацией
34.	Характер – это:	А) совокупность устойчивых свойств индивида, приобретенных в процессе общения, воспитания, деятельности Б) этикет поведения в обществе В) пассивное поведение в коллективе Г) обучение в школе приемлемым поступкам и действиям Д) актуализация определенных качеств и свойств
35.	Восхищение красотой природы – это проявление:	А) эстетических чувств Б) силы воли В) амбициозности Г) коммуникативных качеств и свойств личности Д) выдержки
36.	Прием воображения, на основе которого происходит преувеличение качеств реального объекта:	А) миниатюризация Б) интенсификация В) гиперболизация Г) развитие личности в семье Д) оптимизация
37.	Умение выполнять деятельность качественно и непринужденно	А) навык Б) техника В) знание Г) интерес Д) возбудимость
38.	Предрасположенность к успешному выполнению какой-либо деятельности или овладению знаниями обеспечивается:	А) эстетическим воспитанием Б) чтением специальной литературы В) общением с другими людьми Г) навыками письма и счета Д) задатками
39.	Бессознательный уровень психики проявляется через	А) инстинкты Б) нравственность В) патриотизм Г) гражданственность Д) социализацию

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
40.	Человек, личность которого характеризуется доминирующей ориентацией на собственный внутренний мир	А) интерпретатор
		Б) экстраверт
		В) гипнотизер
		Г) интроверт
		Д) коммуникатор
41.	Психический процесс, обеспечивающий целостное представление о предметах и явлениях окружающего мира:	А) восприятие
		Б) амбициозность
		В) неуравновешенность
		Г) сверхчувствительность
		Д) авторитарность
42.	Способность личности приспосабливаться к окружающей среде под влиянием большинства	А) схематизация
		Б) проявление воли и характера
		В) воспитанность
		Г) нравственность
		Д) конформизм
43.	Изучение личностью своих физических и психических особенностей – это:	А) самосовершенствование
		Б) характер
		В) самовоспитание
		Г) нравственность
		Д) самопознание
44.	Психический процесс, обеспечивающий создание новых образов на основе ранее воспринятых	А) темперамент
		Б) воображение
		В) сила воли
		Г) абсолютизация
		Д) гиперболизация
45.	К психическим свойствам личности относится:	А) характер
		Б) воображение
		В) сила воли
		Г) память
		Д) внимание
46.	Способность человека действовать в направлении сознательно поставленной цели	А) эмоции
		Б) чувства
		В) воля
		Г) темперамент
		Д) интуиция
47.	Вид деятельности, в процессе которой, появляется качественно новый продукт:	А) трудовая
		Б) игровая
		В) охранительная
		Г) досуговая
		Д) развлекательная
48.	Вид деятельности, в процессе которой, происходит освоение окружающей действительности в дошкольном возрасте:	А) общественно-полезная
		Б) трудовая
		В) профессиональная
		Г) игровая
		Д) производственная
49.	Действие, доведенное до высокой степени автоматизма:	А) конформизм
		Б) сциентизм
		В) навык

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
		Г) гуманизм
		Д) задатки
50.	Способность к выполнению определенных действий без предварительного обдумывания их	А) привычка
		Б) знание предмета
		В) отдельные умения
		Г) воля
		Д) амбициозность
51.	Процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений при непосредственном воздействии их на органы чувств:	А) трансактный анализ
		Б) аксиология
		В) ощущения
		Г) гениальность
		Д) воспитание
52.	Переживаемое человеком состояние нужды в чем-либо – это:	А) мотив
		Б) потребность
		В) влечение
		Г) интерес
		Д) склонность
53.	Высшая форма направленности личности, это:	А) мотив
		Б) желание
		В) убеждение
		Г) интерес
		Д) склонность
54.	Совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, которые складываются и проявляются в деятельности и общении, это:	А) темперамент
		Б) способности
		В) характер
		Г) задатки
		Д) склонности
55.	Сознательная активность человека, порождаемая потребностями	А) деятельность
		Б) нравственность
		В) аксиология
		Г) задатки
		Д) гуманизм
56.	Потребности, связанные с необходимостью коллективной деятельности и общения с окружающими:	А) физиологические
		Б) художественно-эстетические
		В) технические
		Г) потребности в безопасности и защите
		Д) социальные
57.	Реальная действительность, в которой происходит развитие человека – это	А) климат
		Б) общество
		В) среда
		Г) семья
		Д) коллектив
58.	Деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности ради удовлетворения своих потребностей, на создание материальных и духовных ценностей	А) учебная
		Б) игровая
		В) ведущая
		Г) трудовая
		Д) ролевая
59.		А) рефлекс

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	Активность как всеобщая характеристика живого в человеческом обществе:	Б) деятельность В) реакция Г) сознание Д) нет правильного ответа
60.	Какие из перечисленных задач не относятся к задачам развития личности?	А) развитие эмоционально-чувственной, мотивационно-волевой, интеллектуальной сфер личности Б) развитие функциональных механизмов психики человека В) развитие типологических особенностей личности Г) развитие подсознания и интуиции личности Д) формирование и развитие личностных качеств
61.	Движущие силы, общее название для процессов, методов и средств побуждения личности к продуктивной познавательной деятельности	А) мотивы Б) задатки В) интересы Г) увлечения Д) склонности
62.	Какой из названных мотивов относится к неосознаваемым мотивам личности?	А) желания Б) ценности В) интересы Г) влечения Д) идеалы
63.	Осознанная по содержанию, но еще не выступающая в качестве сильного побуждения к действию потребность	А) желания Б) ценности В) интересы Г) влечения Д) идеалы
64.	Неосознаваемая готовность личности к определенным действиям:	А) желания Б) ценности В) установки Г) интересы Д) идеалы
65.	К основным внешним мотивам личности не относятся:	А) желания выполнить свой долг Б) забота по отношению к близким В) интересы Г) увлечения Д) инстинкт самосохранения, продолжения рода
66.	Результатом восприятия является формирование:	А) склонностей Б) способностей В) нравственных установок Г) представлений Д) личностных качеств
67.	Понятие «личность» характеризует:	А) проявляемые интересы человеком Б) индивидуальные особенности человека В) материальное положение человека

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
		Г) общественную сущность человека
		Д) природные задатки и характер
68.	Сознательная деятельность субъекта, направленная на приобретение информации об объектах, явлениях реальной действительности, конкретных знаний:	А) познавательная деятельность
		Б) трудовая деятельность
		В) самостоятельная деятельность
		Г) профессиональная деятельность
		Д) игровая деятельность
69.	Личность развивается под влиянием:	А) биологических предпосылок
		Б) социальной среды
		В) активности самого человека
		Г) все ответы верны
		Д) воспитания
70.	Индивид – это	А) педагог как субъект педагогического процесса
		Б) человек как единичное природное существо
		В) обучающийся как субъект педагогического процесса
		Г) объект педагогического воздействия
		Д) личность
71.	Состояния человека, которые проявляются в переживании каких-либо значимых ситуаций (радость, страх, удовольствие), явлений и событий	А) сознание
		Б) эмоции
		В) общественно полезная деятельность
		Г) разум
		Д) опыт
72.	Эмоции – группа процессов и состояний, в которых выражается(какое?) отношение человека к внешним и внутренним событиям его жизни	А) сознательное
		Б) субъективное
		В) объективное
		Г) разумное
		Д) нейтральное
73.	Способность отдельных людей к сохранению и воспроизведению ярких и детальных образов, ранее воспринятых:	А) интенсификация
		Б) экспрессия
		В) оптимизация
		Г) зрительная память
		Д) ассоциации
74.	Отражение в обобщенной форме явлений и событий действительности, связей между ними посредством фиксации их общих и специфических признаков и свойств - это:	1) принципы
		2) методы
		3) понятия
		4) категории
		5) функции
75.	Потребности, присущие человеку, выражающиеся в его стремлении к постижению ценностей культуры:	А) физиологические
		Б) потребности в безопасности и защите
		В) духовные потребности
		Г) материальные потребности
		Д) эгоцентрические потребности
76.	Интенсивность, скорость, темп, ритм психических процессов и состояний – это динамические особенности	А) темперамента
		Б) воображения
		В) характера

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
		Г) умственной деятельности
		Д) творческой деятельности
77.	Свойство внимания, обеспечивающее возможность восприятия одновременно нескольких объектов	А) индивидуализация
		Б) коллективизм
		В) гениальность
		Г) объем
		Д) логичность
78.	К врожденным индивидуальным особенностям личности относится:	А) коллективизм
		Б) темперамент
		В) нравственность
		Г) чувство прекрасного
		Д) социально приемлемые нормы поведения
79.	Процесс, при котором окружающая действительность представляется в неправдоподобных образах, и человек понимает это	А) воодушевление
		Б) конкретизация
		В) схематизация
		Г) иллюзии
		Д) интеллектуализация
80.	Впервые научно обосновал физиологическую основу темперамента	А) Н. Рерих
		Б) А. Камю
		В) И.П. Павлов
		Г) Кант
		Д) Фейербах
81.	Процесс, при котором окружающая действительность воспринимается искаженно и человек не понимает этого	А) галлюцинации
		Б) типизация
		В) схематизация
		Г) конкретизация
		Д) умозаключение
82.	Человек, легко вступающий в контакт с окружающими людьми	А) интроверт
		Б) экстраверт
		В) аутист
		Г) гетероверт
		Д) конфликтоген
83.	Разочарование в идеалах и надеждах	А) фрустрация
		Б) оптимизм
		В) уверенность в завтрашнем дне
		Г) убежденность
		Д) одухотворенность
84.	Неспособность сосредоточиться на изучаемом объекте обусловлено	А) эмоционально-ценностными отношениями с окружающими людьми
		Б) оптимизацией
		В) пессимизмом
		Г) рассеянностью
		Д) отсутствием общения
85.	Непосредственное переживание человеком отношений с другими людьми, предметами и явлениями объективного мира	А) субординационные отношения
		Б) процесс коммуникации
		В) эмоциональные отношения
		Г) рациональные отношения
		Д) паритетные отношения

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
86.	Ощущения, дающие представления о вибрации, объеме и протяженности объекта	А) зрительные
		Б) слуховые
		В) обонятельные
		Г) вкусовые
		Д) тактильные
87.	Закон края описывает тот факт, что лучше запоминается та информация, которая находится в ... запоминаемого ряда.	А) середине
		Б) конце
		В) начале
		Г) начале и конце
		Д) середине и конце
88.	Наиболее интенсивно забывание происходит ... после заучивания.	А) в первые часы
		Б) на следующий день
		В) через неделю
		Г) через месяц
		Д) через десять дней
89.	В умении быстро менять способ решения задачи проявляется ... мышления	А) гибкость
		Б) скрупулезность
		В) однозначность
		Г) однолинейность
		Д) прямолинейность
90.	Условие мотивации эффективности мыслительной деятельности	А) угроза наказания
		Б) поощрение
		В) возможность потери авторитета
		Г) личная заинтересованность
		Д) уважение
91.	К тоническим психическим состояниям относятся:	А) радость и грусть
		Б) гнев и раздражение
		В) бодрость и угнетенность
		Г) страх и тревога
		Д) отвращение и безразличность
92.	Эмоциональным состоянием не является:	А) радость
		Б) гнев
		В) восприятие
		Г) страх
		Д) удивление
93.	Это не относится к психическим состояниям:	А) ощущения, восприятие, память
		Б) активность и пассивность
		В) эмоциональные состояния
		Г) бодрость и угнетенность
		Д) радость и грусть
94.	Радость, грусть, гнев это:	А) познавательные процессы
		Б) черты характера
		В) эмоциональные состояния
		Г) установки
		Д) коммуникативные процессы
95.	Страх и отвращение относятся к ряду	А) познавательных процессов психики
		Б) черт характера
		В) основных эмоциональных состояний
		Г) свойств темперамента

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
		Д) коммуникативных процессов
96.	Двойственность переживания (один и тот же объект вызывает у человека одновременно два противоположных чувства) – это:	А) избирательность Б) амбивалентность В) зависимость Г) неуверенность Д) многомерность
97.	Внимание – это ... направленность сознания на определенный объект	А) избирательная Б) фундаментальная В) коммуникативная Г) бессознательная Д) многомерная
98.	Внимание – это ... направленность сознания на определенный объект	А) фундаментальная Б) избирательная В) коммуникативная Г) бессознательная Д) многомерная
99.	Темперамент, характеризующий индивида замедленной скоростью протекания нервных процессов, маловыразительной мимикой	А) флегмахолик Б) флегматик В) сангвиник Г) меланхолик Д) холерик
100.	Темперамент, характеризующий индивида активностью, энергичностью, самообладанием, работоспособностью, коммуникабельностью и легкостью приспособления к условиям окружающей среды	А) сангвиник Б) флегматик В) холерик Г) меланхолик Д) сангвиник
101.	Физиологический процесс, ведущий к замедлению ответных реакций	А) возбуждение Б) торможение В) истерика Г) напряжение Д) гневливость
102.	Как можно сделать запоминание более эффективным?	А) направить информацию по нескольким каналам восприятия Б) увеличить скорость изложения В) уменьшить скорость изложения Г) повысить голос Д) заставить выучить
103.	Сущность мышления как познавательного процесса состоит в установлении ... связей и отношений между предметами и явлениями	А) корреляционных Б) случайных В) непредсказуемых Г) причинно-следственных Д) непреднамеренных
104.	Позже других видов мышления у человека развивается	А) словесно-логическое Б) наглядно-действенное В) наглядно-образное Г) манипулятивное Д) творческое
105.		А) ремесло Б) творчество

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	Особый вид деятельности, результатом которого не является производство какого-либо продукта	В) изобразительное искусство Г) игра Д) дизайн
106.	Умственная деятельность, преследующая цель усвоения знаний, формирование умений и навыков, мыслительных способностей	А) спортивная деятельность Б) учебная деятельность В) общественно-полезная деятельность Г) сельскохозяйственная деятельность Д) трудовая деятельность
107.	Качество поведения, выражающееся в затрудненном переключении с одного вида деятельности на другой	А) активность Б) предприимчивость В) энергичность Г) инертность Д) неуживчивость
108.	Какая из указанных точек зрения считается наиболее научно состоятельной?	А) способности человека врожденны, генетически заданы Б) все способности в равной степени можно развить у любого человека В) способности развиваются на основе определенных задатков при включении человека в соответствующую деятельность и активной работе личности над собой Г) каждый человек в состоянии развить у себя любые способности, было бы проявлено желание и настойчивость. Д) способности развиваются только в том случае, если рядом есть другой способный человек
109.	Приспособление организма к внешним условиям	А) акселерация Б) трансформация В) индивидуализация Г) адаптация Д) навык
110.	Ведущим видом деятельности не является:	А) игра Б) учение В) общение Г) труд Д) моделирование
111.	Действия, доведенные в результате упражнений и тренировок до автоматизма, называются	А) задатками Б) навыками В) интересом Г) случайностью Д) проблемой
112.	<u>Не является</u> характеристикой восприятия	А) предметность Б) целостность В) константность Г) заражение Д) осмысленность
113.	К психическим свойствам личности не относят	А) способности Б) характер

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
		В) темперамент
		Г) направленность
		Д) чувства
114.	Индивидуальные (врожденные и устойчивые) особенности психики, определяющие динамику протекания его психических процессов и поведения:	А) интересы
		Б) характер
		В) темперамент
		Г) направленность
		Д) чувства
115.	Не относится к свойствам темперамента:	А) активность
		Б) реактивность
		В) направленность личности
		Г) скорость протекания психических процессов
		Д) пластичность
116.	Побуждения, вызывающие активность человека и определяющие ее направленность.	А) инертность
		Б) деградация
		В) регресс
		Г) акселерация
		Д) мотивация
117.	Повышенная чувствительность человека к происходящим с ним событиям, повышенная тревожность, боязнь новых ситуаций и др. – это:	А) инертность
		Б) деградация
		В) сензитивность
		Г) интроверсия
		Д) экстраверсия
118.	Свойство темперамента, выраженное в степени произвольности реакции человека на внешнее и внутренне воздействие (замечание, обидное слово и др.):	А) инертность
		Б) деградация
		В) сензитивность
		Г) реактивность
		Д) экстраверсия
119.	Свойство темперамента, выраженное в степени энергичности преодоления препятствий:	А) инертность
		Б) пластичность
		В) сензитивность
		Г) активность
		Д) ригидность
120.	Ригидность – это:	А) инертность
		Б) пластичность
		В) сензитивность
		Г) активность
		Д) реактивность
121.	К основным типам темперамента не относится:	А) холерик
		Б) сангвиник
		В) флегматик
		Г) экстраверт
		Д) меланхолик
122.	Сознательное преодоление человеком препятствий и трудностей на пути осуществления действия – это:	А) влечение
		Б) характер
		В) воля
		Г) направленность
		Д) чувство

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
123.	Что выражало слово «гений» у древних римлян?	А) сверхъестественное существо, олицетворяющее мужскую силу
		Б) участника художественной самодеятельности
		В) ангела-хранителя
		Г) бога искусства
		Д) покровителя творческих людей
124.	Одним из уровней развития способностей является:	А) подражание
		Б) самосовершенствование
		В) самоактуализация
		Г) экспликация
		Д) талант
125.	Что такое имитация?	А) регистрация
		Б) перенасыщение
		В) профанация
		Г) экспликация
		Д) подражание
126.	Воображение – это	А) устремленность к мечте
		Б) психологический такт
		В) техническое моделирование
		Г) универсальная человеческая способность к построению новых целостных образов
		Д) болезненное состояние души
127.	Невербальная коммуникация – это процесс общения с помощью	А) языка
		Б) передачи сообщений на расстоянии
		В) письма
		Г) мимики и жестов
		Д) интернета
128.	Под интеллектом понимается	А) система всех познавательных способностей
		Б) направленность и сосредоточенность на одном предмете
		В) запас слов
		Г) избирательность сознания
		Д) эгоцентрическая направленность
129.	И.П. Павлов, исследуя асимметрию полушарий головного мозга, разделил людей на:	А) интровертов и экстравертов
		Б) мыслителей и художников
		В) оптимистов и пессимистов
		Г) новаторов и традиционалистов
		Д) «жаворонков» и «сов»
130.	Особая форма переживания, возникающая в экстремальной жизненной ситуации, требующая от человека мобилизации нервно-психологических сил	А) удивление
		Б) одобрение
		В) радость
		Г) смех
		Д) стресс
131.	Психологические свойства, процессы и состояния человека, находящиеся	А) бессознательное
		Б) мышление
		В) нравственность
		Г) социализация

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	вне сферы его сознания, но оказывающие такое же влияние на его поведение, как и сознание	Д) онтогенез
132.	Особенности интеллекта зависят от	А) веса мозга Б) общего психического развития В) количества извилин Г) национальности Д) социального окружения
133.	Иллюзорное состояние, при котором в сознании много необдуманного, неосмысленного, много стереотипов и психологических защит, называется:	А) бессознательным Б) фантомным В) живым Г) мертвым Д) фантастическим
134.	Самосознание можно определить как:	А) любовь к себе Б) уровень собственных притязаний В) сомнение в себе Г) уверенность в себе Д) образ себя
135.	Высшая форма психического отражения, свойственная только человеку	А) сознание Б) мышление В) интеллект Г) рефлекс Д) воображение
136.	Нормальное (обычное) состояние сознания характеризуется уровнем психической активности:	А) пониженным Б) средним В) низким Г) высоким Д) повышенным
137.	Понятие «бессознательного» обрело конкретно-психологический смысл в концепции:	А) А. Адлера Б) З. Фрейда В) Г. Лейбница Г) И.Ф. Гербарта Д) Г.Фехнера
138.	Кратковременное состояние, проявляющееся как взрыв эмоций, не контролируемое сознанием	А) любовь Б) страдание В) сомнение Г) ненависть Д) аффект
139.	Мыслительный процесс желаемого будущего:	А) сновидения Б) иллюзии В) мечты Г) гиперболизация Д) галлюцинации
140.	Эмоционально окрашенное, повышенное внимание человека к какому-либо объекту или явлению	А) интерес Б) усталость В) депрессия Г) апатия Д) регресс
141.		А) меньшей содержательностью

№	Содержание вопроса	Варианты ответов
	Представления от восприятия отличаются	Б) меньшей яркостью В) опасностью Г) продуманностью Д) непредсказуемостью
142.	Пассивное воображение может возникать:	А) в процессе работы Б) в процессе общения В) в процессе обучения Г) при активизации внимания Д) при ослаблении контролирующей роли сознания
143.	Комплекс обобщенных взглядов данной личности об окружающем мире и себе, о своем месте в мире, своих отношениях к окружающей действительности и к себе	А) мировоззрение личности Б) эго личности В) бессознательное Г) филогенез Д) социализация
144.	Перцепция – это	А) творческая деятельность Б) цепь логических рассуждений В) консультационная деятельность Г) метод познания Д) анализ и осмысление получаемой через органы чувств информации об окружающем мире

3.2. Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Общее представление о психологии как науке.
2. Этапы развития психологического знания.
3. Основные современные направления развития психологии.
4. Основные принципы и ведущие категории психологии.
5. Система психологических наук.
6. Взаимосвязь психологии с другими науками.
7. Методология и методы психологических исследований.
8. Этапы и этические нормы психологических исследований.
9. Психика как свойство высокоорганизованной материи. Физиологическая основа и содержание психики.
10. Функции, уровни, структура психики.
11. Сознание как высшая форма развития психики. Уровни сознания.

12. Познание. Общая характеристика психических познавательных процессов. 13. Общая характеристика коммуникативных и регулятивных психических процессов.

14. Ощущения в жизни и деятельности человека. Виды и свойства ощущений.

15. Понятие о восприятии. Виды, свойства восприятия.

16. Особенности внимания как психического процесса и состояния человека. Виды и свойства внимания.

17. Память – основа психической деятельности. Виды памяти.

18. Основные процессы памяти. Аномалии памяти.

19. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности.

20. Мышление и речь.

21. Основные виды умственных операций. Индукция и дедукция как способы производства умозаключений.

22. Воображение. Роль воображения в творческой деятельности.

23. Понятие об эмоциях. Классификация и виды эмоций.

24. Эмоциональные состояния: настроение, аффект, стресс, фрустрация, тревожность, агрессия, страсть.

25. Чувства и личность. Виды чувств.

26. Понятие о человеке, индивиде, личности, индивидуальности. Различия в содержании понятий.

27. Личность. Социальная и биологическая подструктуры личности

28. Потребности как источник активности личности.

29. Мотивы и мотивация.

30. Общая характеристика воли и ее основные признаки. Волевые качества личности.

31. Специфика человеческой деятельности.

32. Основные виды деятельности: игра, учение, труд.

33. Сущность и отличительные особенности темперамента.

34. Основные типы темперамента и их характеристика.

35. Понятие о характере человека. Структура характера. Основные типы.

Уровни развития способностей

37. Общие и специальные способности.

38. Психологические особенности творческой личности.

39. Креативная способность как ядро творческой личности.

40. Интуиция как один из основных психологических феноменов бессознательного.

3.3. Темы рефератов

1. Память в ряду познавательных процессов.
2. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение, забывание.
3. Классификация видов памяти.
4. Память и деятельность.
5. Память и представление.
6. Воображение, его основные отличия от образов памяти и восприятия.
7. Взаимосвязь воображения с чувственным познанием и мышлением.
8. Роль фантазии в художественном и научном творчестве.
9. Виды воображения.
10. Творчество и развитие личности.
11. Мечта и практическая деятельность.
12. Воображение и личность.
13. Индивидуальные качества воображения.
14. Мышление как познавательный процесс.
15. Теории мышления (концепция Дж. Брунера, теория Ж. Пиаже и др.).
16. Теоретическое исследование проблемы мышления и речи (Л. С. Выготский).
17. Связь мышления с другими познавательными процессами.
18. Характеристика форм и видов мышления.
19. Основные мыслительные операции.
20. Основные свойства и функции речи. Речь как средство общения.
21. Общая характеристика эмоциональной сферы человека.
22. Физиологическая основа эмоций и чувств.
23. Эмоция. Классификация эмоций.
24. Чувства. Классификация чувств.
25. Настроение.
26. Волевые свойства личности.
27. Волевая регуляция деятельности.

28. Регуляция и саморегуляция эмоционального состояния человека.
29. Общее представление о личности.
30. История исследования личности в психологии.
31. Основные подходы к изучению личности (теории личности).
32. Психодинамический подход к изучению личности.
33. Психоаналитический. подход к изучению личности.
34. Гуманистический. подход к изучению личности.
35. Когнитивный. подход к изучению личности.
36. Поведенческий. подход к изучению личности.
37. Субъектно-деятельностный подход к изучению личности.
38. Диспозициональный подход к изучению личности.
39. Понятия «социализация личности», «механизм социализации», «инте-риоризация».
40. Стадии процесса и институты социализации.
41. Психологическая характеристика сознания и самосознания личности.
42. Понятие Я-концепции; ее структура и функции.
43. Защитные механизмы «Я».
44. Социальная регуляция деятельности. Социальная позиция, ожидание, роли и санкции.

4. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Учебная программа

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по учебной дисциплине «Общая психология» является необходимой составляющей подготовки будущих специалистов в сфере искусства эстрады и специалистов по управлению и коммуникациям.

Цель учебной дисциплины – формирование у студентов объективного представления о психологии как системе научного знания, психологических основах деятельности и поведения.

Основными задачами учебной дисциплины являются:

усвоение базовых категорий и понятий психологической науки,

формирование представлений об основных этапах ее развития,

формирование представлений о сущности психики и сознания, основных психических процессах, индивидуально-типологических особенностях и состояниях личности;

формирование представлений о потребностно-мотивационной и эмоционально-волевой сферах личности, основных закономерностях ее развития.

Психология относится к ряду важнейших наук о человеке, закономерностях и особенностях его психической деятельности. Наличие психологических знаний позволяет каждому специалисту, включенному в ту или иную сферу профессиональной деятельности, правильно понимать окружающих его людей и в рамках социального взаимодействия учитывать особенности их психической активности, индивидуально-типологические черты, свойства и состояния. Особенно это важно во всех видах социокультурной деятельности, где велика составляющая художественного творчества и межличностных коммуникаций. Понимание закономерностей развития психики является основой для формирования теоретической, практической и психологической готовности работать в

творческих коллективах и учреждениях образования, способствует повышению эффективности художественного обучения и воспитания.

Учебная дисциплина «Общая психология» состоит из четырех основных разделов: введение в психологию, познавательные психические процессы, эмоционально-волевая и мотивационно-потребностная сферы личности; индивидуально-психологические особенности личности. Их изучение обеспечит формирование у студентов методологических основ психологии, системы понятийного аппарата психологии, представления о психике в целом, основных психических процессах и состояниях, общего представления об индивидуально-психологических особенностях развития личности. Изучение данной учебной дисциплины осуществляется во взаимосвязи с учебными дисциплинами: «Философия», «Педагогика», «Политология», «Культурология» и др.

Требования к универсальным компетенциям специалиста

Специалист должен:

УК-1. Владеть основами исследовательской деятельности, осуществлять поиск, анализ и синтез информации;

УК-5. Быть способным к саморазвитию и совершенствованию в профессиональной деятельности;

УК-6. Проявлять инициативу и адаптироваться к изменениям в профессиональной деятельности;

Специалист должен обладать базовыми профессиональными компетенциями.

БПК-1. Применять на практике основные теории обучения и воспитания, современные педагогические системы, понимать их роль и место в образовательном процессе;

БПК-2. Определять и применять в профессиональной деятельности современные методы, формы, средства и технологии обучения и воспитания;

БПК-3. Учитывать в педагогической деятельности особенности возрастного физиологического и психологического развития человека на основе системных знаний о жизненных этапах его развития в биологическом, социальном и психологическом аспектах;

БПК-4. Осуществлять педагогическую деятельность в сфере художественного образования, создавать и применять современные образовательные технологии и педагогические инновации в целях личностного, духовно-нравственного, художественно-эстетического и профессионального развития обучающихся;

БПК-5. Применять методы и современные методики обучения эстраднему вокалу, преподавать специальные дисциплины на высоком научно-теоретическом уровне;

БПК-6. Применять знания в области теории и методики педагогической деятельности, понимать инновационные процессы в образовании.

В результате изучения учебной дисциплины студенты должны знать:

теоретические положения общей психологии;

основные категории, структуру, методы и направления современной психологической науки;

психологические процессы, состояния, свойства личности;

психологические особенности развития личности;

уметь:

самостоятельно использовать психологические знания в профессиональной деятельности;

эффективно реализовывать ценностно-рефлексивную деятельность в условиях художественно-творческого процесса, процесса обучения, воспитания и развития личности;

применять теоретические знания по общей психологии для решения практических задач профессиональной деятельности;

иметь навыки:

самоанализа,

психологического понимания и интерпретации поведения людей;

психологической культуры, приемов и методов самоактуализации личности.

При изложении учебного материала применяются такие формы и методы работы, как тестирование, подготовка презентаций и рефератов, проведение психологических игр и др.

В соответствии с учебным планом по учебной дисциплине предусмотрено 100 часов, из них: 50 часов аудиторных занятий, в том числе 40 часов лекционных, 10 часов семинарских, 50 часов самостоятельной работы для студентов очной (дневной) формы получения высшего образования (10 часов лекционных, 2 часа семинарских занятий, 88 часов самостоятельной работы – для студентов заочной формы получения высшего образования).

Форма промежуточной аттестации – экзамен.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ

Тема 1. Общая характеристика психологии как системы научного знания

Особенности формирования психологических знаний. Житейский, донаучный и научный уровни психологических знаний; их отличия и взаимосвязь. Связь психологической теории и практики.

Подходы к пониманию и определению предмета психологии в исторической ретроспективе. Становление экспериментальной психологии. Современные представления о предмете психологии.

Современная психология как система научных дисциплин. Фундаментальные (базовые) и прикладные (специальные) отрасли психологии. Роль общей психологии в развитии психологического знания. Задачи и структура общей психологии. Основные категории психологической науки. Связь психологии с естественными, философскими и социальными науками.

Основные этапы становления психологии как системы научного знания. Основные научные направления современной психологии.

Бихевиоризм. Необихевиоризм. Психоанализ. Аналитическая психология, гуманистический психоанализ. Гештальтпсихология. Гуманистическая психология. Когнитивная психология. Культурно-историческая теория (Л.С. Выготский и др.), общепсихологическая концепция деятельности (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин и др.).

Тема 2. Методология и методы современной психологии

Методология научного исследования. Взаимосвязь методологии, методов и методик психологических исследований. Методы исследования в современной психологии, их классификация и общая характеристика.

Организационные методы психологии (сравнительный метод, лонгитюдный, метод срезов, комплексный метод). Эмпирические методы. Наблюдение, его виды, особенности применения. Методы опроса, виды, особенности приме-

нения. Эксперимент как метод психологического исследования, его преимущества и недостатки. Требования к проведению эксперимента. Психологические тесты и их виды. Метод изучения продуктов деятельности, биографическом метод. Психодиагностические методы исследования. Интроспекция как метод исследования психики. Методы обработки и интерпретации данных.

Основные этапы проведения психологических исследований. Обоснованность выбора методов исследования и необходимость соблюдения этических норм.

Тема 3. Психика и сознание

Психика как субъективный образ объективного мира. Особенности психического отражения. Происхождение и развитие психики в фило- и онтогенезе. Основные функции психики. Этапы развития психики. Элементарная сенсорная психика. Перцептивная психика. Интеллектуальный этап развития психики. Сознание как высший уровень развития психики.

Структура психики. Психические явления, Психические процессы. Психические свойства и психические состояния. Основные формы проявления психики человека и их взаимосвязь. Проблема соотношения биологического, психического и социального в человеке. Сознание и неосознаваемые психические процессы. Уровни сознания. Структура сознания. Функции сознания. Формы сознания. Общественное и индивидуальное сознание.

Тема 4. Изучение личности в психологии

Общее представление о личности. Соотношение понятий «человек», «индивид», «личность», «индивидуальность».

Основные подходы к исследованию личности в психологии.

Развитие и формирование личности. Биологическое и социальное в структуре личности. Социализация личности, основные стадии и институты социализации

Тема 5. Психологическая характеристика деятельности

Деятельность и активность. Специфика человеческой деятельности, ее основные характеристики (цель, мотив, предмет, структура, средства). Интериоризация и экстериоризация деятельности. Основные виды деятельности и их роль

в развитии человека (игра, учение, труд, общение). Понятие ведущей деятельности и ее роль в развитии психики.

Единство сознания и деятельности человека. Структура деятельности.

Раздел 2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

Тема 6. Сенсорно-перцептивные процессы

Понятие и структура сенсорно-перцептивных процессов. Общие закономерности функционирования сенсорно-перцептивных процессов (А.П. Лобанов). Ощущения как составляющая сенсорно-перцептивных процессов психики. Ощущение как рефлекс. Органы чувств, их значение и взаимодействие. Основные классификации ощущений. Основные характеристики зрительных, слуховых, осязательных, тактильных, вкусовых, обонятельных и других ощущений. Взаимодействие (сенсбилизация, синестезия, контраст, компенсация) и адаптация ощущений.

Перцептивные процессы. Репрезентативные системы и каналы восприятия информации. Общие закономерности и характеристики (свойства) восприятия. Виды восприятия. Законы организации восприятия (перцептивной группировки). Восприятие нереальных объектов. Нарушения восприятия и причины их возникновения. Аперцепция, роль установки в восприятии. Избирательность восприятия. Личностные факторы восприятия, влияние мотивации на селективность восприятия.

Теории восприятия. Когнитивно-ориентированные теории восприятия (Дж. Бруннер, Р. Грегори, Й. Найссер, Ж. Пиаже, Д. Марр).

Тема 7. Внимание

Внимание как один из познавательных процессов психики. Виды внимания. Основные свойства внимания. Объем внимания. Селективность внимания. Концентрация, устойчивость, колебания внимания. Отвлечение внимания. Интенсивность внимания. Направленность внимания. Переключение и распределение внимания. Пути формирования внимания. Внимание и контроль. Послепроизвольное внимание. Методика двойной стимуляции.

Основные теории внимания. Внимание как функция умственного контроля (П.Я.Гальперин). Когнитивные теории внимания (Д. Бродбент, Д. и Э. Дойч, Д. Канеман).

Тема 8. Память

Память как один из познавательных процессов психики. Основные виды памяти. Эволюционно-исходные виды памяти. Виды памяти по содержанию запоминаемой информации, способу запоминания, времени хранения запомненного.

Процессы памяти. Произвольное и произвольное запоминание (кодирование информации). Хранение информации. Воспроизведение (извлечение) информации. Забывание.

Мнемоника. Изменение памяти во времени. Использование мнемических средств. Мнемические действия. Мнемотехника. Универсальные принципы работы механизмов памяти. Нарушения памяти.

Основные теории памяти. Генетическая теория памяти П.П. Блонского. Структурная теория памяти в гештальтпсихологии (В. Келер, К. Коффка, М. Вентгеймер). Теории памяти в когнитивной психологии (У. Джемс, Р. Аткинсон, Р. Шиффрин). Модель семантической памяти.

Тема 9. Мышление и речь

Мышление в структуре познавательных процессов. Особенности мышления. Мыслительные операции (анализ, синтез и др.). Содержательные компоненты мышления (понятие, суждение, умозаключение). Виды мышления (по степени оригинальности, содержанию, степени развернутости, функциям и др.).

Мышление и интеллект. Структура интеллекта. Развитие интеллектуальных способностей. Мышление и творчество. Продуктивные и репродуктивные формы умственной деятельности. Индивидуальные особенности мышления.

Понятие о языке и речи. Язык и сознание. Роль речи в протекании психических процессов, развитии интеллекта. Речь как средство общения и обобщения. Виды речи и их назначение. Речевая деятельность, речевое действие. Речевое поведение. Происхождение, значение и смысл слова. Слово и предложение. Понимание слов. Речевое высказывание. Основные формы речевого высказывания. Анализ процессов понимания.

Тема 10. Воображение

Общая характеристика воображения, отличие от образов памяти и восприятия. Возникновение воображения. Взаимосвязь воображения с чувственным познанием мира. Виды воображения: активное и пассивное; непроизвольное и произвольное; воссоздающее и творческое. Фантазия, мечта, сновидения, грезы, галлюцинации. Основные приемы воображения (агглютинация, аналогия, акцентирование и др.).

Воображение и творческое развитие личности. Способы создания образов воображения. Анализ полученных реальных впечатлений и пути их преобразования в воображаемые образы. Индивидуальные качества воображения.

Раздел 3. ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННО-ПОТРЕБНОСТНАЯ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ

Тема 11. Эмоционально-волевая сфера личности

Общая характеристика эмоций и чувств. Психологические теории эмоций и чувств. Основные функции эмоций. Структура и свойства эмоций. Виды эмоций. Виды чувств. Низшие и высшие чувства.

Эмоциональные состояния (радость, обида и др.). Эмоциональные переживания. Настроения, аффекты, аффективные состояния, страсти, фрустрация, стресс. Эмоционально-личностная сфера человека.

Проблема воли в психологии. Понятие воли и волевых действий. Основные признаки воли как психологического явления. Волевые свойства личности. Волевой акт. Условие его возникновения и осуществления. Психологическая характеристика различных уровней регуляции поведения (непроизвольного, произвольного и волевого). Особенности волевой регуляции поведения. Проблема выбора и принятия решения. Свобода воли и личностная ответственность. Развитие волевых качеств личности.

Тема 12. Мотивационно-потребностная сфера личности

Потребности организма и личности. Потребности как источник активности личности. Классификация потребностей (А. Маслоу). Последовательность проявления потребностей в онтогенезе. Основные виды социальных потребностей

(Э. Фромм). Стадии формирования и реализации потребности: напряжение, оценка, насыщение.

Потребности и мотивы личности. Структура мотива (Е.П. Ильин) и стадии его формирования. Осознаваемые и неосознаваемые мотивы личности. Внутренние и внешние мотивы. Мотивы творческой деятельности (Р. Крачфилд).

Мотивация. Теории внешней и внутренней мотивации.

Раздел 4. ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

Тема 13. Темперамент и характер

Понятие темперамента. Основные исторические и современные теории типологии темперамента. Физиологическая основа темперамента (И.П. Павлов). Современные представления о связи свойств нервной системы и темперамента. Свойства темперамента, характеристика основных типов (холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик). Темперамент и свойства личности. Темперамент и профессиональная деятельность личности.

Понятие характера. Сравнительная характеристика темперамента и характера. Структура характера. Социально-типическое и индивидуально-своеобразное в характере. Черты характера, возрастные особенности их становления. Влияние среды и воспитания. Акцентуации характера. Типы акцентуаций.

Тема 14. Способности и творческое освоение мира

Понятие способностей. Способности, задатки и индивидуальные различия людей. Развитие способностей. Способности и склонности. Природа человеческих способностей (условия и предпосылки развития). Общие и специальные способности, их роль в осуществлении деятельности. Виды способностей: учебные и творческие, умственные и специальные.

Формирование и развитие способностей. Понятие одаренности, таланта и гениальности.

Творческая личность. Теория развития творческой личности (Г.С. Альтшуллер). Творческая активность личности и ее духовно-психический потенциал. Типы творческой личности. Модель выдающейся личности (Е.Б. Старовойтенко).

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(очная (дневная) форма получения общего высшего образования)

Номер темы	Название разделов и тем	Количество аудиторных часов			Кол-во часов СРС	Форма контроля
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия		
1	2	3	4	5	6	7
Раздел I. Введение в психологию						
1	Общая характеристика психологии как системы научного знания	6			2	Опорный конспект
2	Методология и методы современной психологии	2			2	Реферат
3	Психика и сознание	2		2		Опорный конспект
4	Изучение личности в психологии	2			2	Опорный конспект
5	Психологическая характеристика деятельности	2			2	Опорный конспект
Раздел 2. Познавательные психические процессы						
6	Сенсорно-перцептивные процессы	2		2		Тестирование
7	Внимание	2			2	Опорный конспект
8	Память	4				Опорный конспект
9	Мышление и речь	4				Тест
10	Воображение	2				Опорный конспект
Раздел 3. Эмоционально-волевая и мотивационно-потребностная сферы личности						
11	Эмоционально-волевая сфера личности	2		2	2	Реферат
12	Мотивационно-потребностная сфера личности	2				Опорный конспект
Раздел 4. Индивидуально-психологические особенности личности						
13	Темперамент и характер	4		2		Реферат
14	Способности и творческое освоение мира	4		2	2	Реферат
	Промежуточная аттестация				36	Экзамен
	Всего:	40		10	50	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(заочная формы получения общего высшего образования)

Номер темы	Название разделов и тем	Количество аудиторных часов			Кол-во часов СРС	Форма контроля
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия		
1	2	3	4	5	6	7
Раздел I. Введение в психологию						
1	Общая характеристика психологии как системы научного знания	1			6	Опорный конспект
2	Методология и методы современной психологии	1			6	Реферат
3	Психика и сознание	1				Опорный конспект
4	Изучение личности в психологии	1			6	Таблица-конспект
5	Психологическая характеристика деятельности				6	Опорный конспект
Раздел 2. Познавательные психические процессы						
6	Сенсорно-перцептивные процессы	1				Тестирование
7	Внимание	1			6	Конспект
8	Память	1				Конспект
9	Мышление и речь	1				Тестирование
10	Воображение			2		Тестирование
Раздел 3. Эмоционально-волевая и мотивационно-потребностная сферы личности						
11	Эмоционально-волевая сфера личности				6	Реферат
12	Мотивационно-потребностная сфера личности					Опорный конспект
Раздел 4. Индивидуально-психологические особенности личности						
14	Темперамент и характер	1			8	Реферат
15	Способности и творческое освоение мира	1			8	Реферат
	Промежуточная аттестация				36	Экзамен
	Всего:	10		2	88	

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Перечень рекомендуемых средств диагностики

В качестве средств диагностики результатов учебной деятельности по учебной дисциплине «Общая психология» используются экспресс-опросы (тесты) в письменной форме, оценка выступлений студентов с презентациями, сообщениями, проверка письменных работ (рефераты, перечни понятий, таблицы, списки литературы, аналитические обзоры, опорные конспекты, планы-конспекты).

Для оценки качества самостоятельной работы студентов осуществляется систематический контроль ее выполнения путем проверки подготовленных студентами заданий в соответствии с установленными сроками.

Организация самостоятельной работы студентов

Для эффективного освоения студентами учебной дисциплины «Общая психология» применяются обучающие методики и технологии, которые обеспечивают приобщение обучающихся к информационно-поисковой деятельности, освоению методических приемов анализа информации, формированию элементов нового научного знания и способствуют успешному освоению технологии учебно-исследовательской деятельности. Предусмотрено использование широко применяемых в психологии методов получения эмпирических данных, проведение тестирования на основе использования авторитетного инструментария.

Значительное внимание уделяется самостоятельной работе студентов, успешная реализация которой обеспечивает всестороннее изучение учебной дисциплины. Она занимает значительную часть времени, свободного от обязательных учебных занятий. Оба блока тесно связаны между собой, организованы по принципу взаимодополняемости.

Самостоятельная работа студентов направлена на освоение содержания учебной дисциплины в полном объеме. Она реализуется на основе предложенных преподавателем тем для рассмотрения на занятиях и для самостоятельного изучения. Предусматривает осуществление последовательного, упорядоченного постоянного самообразования, планирования обучающимися собственной самостоятельной деятельности, обеспечения ими самоконтроля во взаимодействии с контролем со стороны преподавателя.

Организация самостоятельной работы студентов должна вестись с учетом следующих методических требований:

текущее информирование студентов с начала чтения учебной дисциплины об учебных заданиях для самостоятельного освоения;

ориентирование на изученные самостоятельно темы/части тем при проведении семинарских занятий, проведение различных форм контроля их выполнения;

подготовка материалов обзорного характера на основе рекомендованных преподавателем источников информации, обращения к широкому спектру лицензионных электронных источников информации;

подготовка рефератов, презентаций, тестов.

Самостоятельная работа организуется с учетом психологических особенностей студентов, тематических предпочтений и приоритетов выбора форм представления информации.

Требования к выполнению самостоятельной работы студентов

№ п/п	Название раз-дела, темы	Кол-во ча-сов на СРС (дневная/за-очная)	Задание	Форма выполне-ния	Цель или задача СРС
1	2	3	4	5	6
1.	Тема 1. Общая характеристика психологии как системы научного знания	2/6	Дать развернутую характеристику основных этапов развития психологии как науки	Таблица «Основные этапы развития психологии как науки»	Формирование умений систематизации изученного материала; работа с учебной и научной литературой
2.	Тема 2. Методология и методы современной психологии	2/6	Описать какой-либо проведенный психологический эксперимент	Реферат (описание эксперимента)	Формирование представлений об особенностях проведения исследований в психологии
3.	Тема 4. Изучение личности в психологии	2/6	Дать характеристику основных современных направлений психологии по изучению личности	Таблица «Основные направления психологии личности»	Формирование умений систематизации изученного материала; работа с литературой
4.	Тема 5. Психологическая характеристика деятельности	2/6	Проанализировать основные теоретические подходы к рассмотрению ведущих видов деятельности	Реферат	Формирование умений систематизации изученного материала, навыков работы с научной литературой
5.	Тема 7. Внимание	2/6	Подобрать дидактическую игру для развития внимания	Краткий план-конспект игры	Формирование умений по подбору и проведению психологических игр
1	2	3	4	5	6
6.	Тема 11. Эмоционально-волевая сфера личности	2/6	Анализ проявления эмоций личности в художественном произведении (на выбор)	Реферата с анализом и рекомендациями по управлению эмоциями	Формирование аналитических умений работы с литературными источниками
7	Тема 13. Темперамент и характер	/8	Определение типа темперамента литературного героя (героев) (по выбору)	Реферат с анализом одного из типов темперамента	Сформировать представление о типах темперамента

8	Тема 14. Способности и творческое освоение мира	2/8	На основе рекомендованной литературы проанализировать различные уровни способностей	Реферат с описанием одного из уровней способностей	Сформировать представление об уровнях развития способностей
---	---	-----	---	--	---

РЕПОЗИТОРИЙ ИСЗ

4.2. Список литературы

Основная

1. Абрамова, Г. С. Общая психология : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям подготовки 37.03.01 «Психология», 37.03.02 «Конфликтология», 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (квалификация (степень) "бакалавр") / Г. С. Абрамова. – 2-е изд., стереотипное. – М. : Инфра-М, 2020. – 495 с. : табл. – (Высшее образование – бакалавриат).
2. Дудаль, Н. Н. Общая психология. Познавательные процессы : практическое пособие для студентов специальности 1-23 01 04 «Психология» / Н. Н. Дудаль; Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины». – Гомель : ГГУ, 2018. – 42 с.
3. Ильин, Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 448 с. : ил. – (Мастера психологии).
4. Крысько, В. Г. Общая психология в схемах и комментариях: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям подготовки высшего образования / В. Г. Крысько. – 8-е изд., исправленное. – Москва: Инфра-М, 2020. – 195 с. : ил., схемы. – (Высшее образование – бакалавриат).
5. Лобанов, А. П. Когнитивная психология: учебное пособие для студентов учреждений высшего образования по психологическим и педагогическим специальностям / А. П. Лобанов. – 2-е изд. – Минск: Новое знание; М. : Инфра-М, 2012. – 376 с.: ил., табл. – (Высшее образование).
6. Лютова, С. Н. Основы психологии и коммуникативной компетентности: курс лекций / МГИМО(У) МИД России, каф. философии. – М.: МГИМО-Университет, 2007. – 267 с.
7. Маклаков, А. Г. Общая психология : учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. [и др.]: Питер, 2023. – 582 с. – (Учебник для вузов).

8. Общая психология : пособие для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по специальностям профиля А – Педагогика / [Т. С. Юрочкина и др.; под научной редакцией М. Ф. Бакунович, С. А. Месникович]; Министерство образования Республики Беларусь, Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка. – Минск : БГПУ, 2020. – 199, [1] с.: ил., табл.

9. Общая психология : опорные конспекты / [составитель С. С. Ладысюк]. – Минск : Зорны Верасок, 2018. – 126, [1] с.: табл.

10. Петровский, А. В. Психология : учебник /А. В. Петровский. – 4-е изд., стереотип. – М. : Academia, 2005. – 501 с.

11. Самыгин, С. И. Психология и педагогика : учебное пособие / С. И. Самыгин, Л. Д. Столяренко. – М. : КноРус, 2016. – 474 с. – Дата доступа: 15.06.2023.

12. Шадриков, В. Д. Общая психология : учебник для академического бакалавриата: для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям и специальностям / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилев; Высшая школа экономики, национальный исследовательский университет. – М. : Юрайт, 2016. – 410, [1] с.: илл.

Дополнительная

1. Байстер, Майк. Быстрый ум. The Power of Forgetting: как забывать лишнее и помнить нужное / Майк Байстер и Кристин Лоберг. – М. : Альпина нон-фикшн, 2016. – 324 с.

2. Высоков, И. Е. Психология познания : учебник для бакалавриата и магистратуры: для студентов высших учебных заведений, обучающихся по психолого-педагогическим направлениям и специальностям / И. Е. Высоков ; Рос. гос. гуманит. ун-т. – М. : Юрайт, 2015. – 398 с.

3. Губарева, Г. А. Общая психология : пособие для студентов специальности 1-03 04 01 «Социальная педагогика» / Г. А. Губарева, Н. С. Зубарева ; Учреждение образования «Брестский государственный университет им. А. С. Пушкина». – Брест : БрГУ, 2018. – 146 с.

4. Кашапов, М. М. Психология творческого мышления профессионала / М. М. Кашапов. – М. : ПЕРСЭ, 2006. – 687 с.
5. Козлов, Н. И. Психологос : энциклопедия практической психологии: все, что нужно знать о психологии, чтобы изменить свою жизнь / Николай Козлов. – Москва: Эксмо, 2015. – 749 с.
6. Лобанов, А. П. Общая и когнитивная психология: учеб. пособ. / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова. – 3-е изд. – Минск: РИВШ, 2021. – 206 с.: ил..
7. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для СПО : для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / И. В. Макарова ; Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики". – М. : Юрайт, 2016. – 181, [1] с. – (Профессиональное образование) (УМО СПО рекомендует).
8. Общая психология. Введение в общую психологию : учебное пособие для вузов: для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям / Д. А. Донцов [и др.]; под научной ред. Д. А. Донцова, З. В. Луковцева [т. е. З. В. Луковцевой]. – М. : Юрайт, 2021. – 177, [1] с. : ил., табл. – (Высшее образование) (УМО ВО рекомендует).
9. Руденко, А. М. Психология в схемах и таблицах: учеб. пособие для бакалавров и студентов вузов / А. М. Руденко. – Ростов-н/Дону : Феникс, 2015. – 379 с.
10. Столярченко, Л. Д. Общая психология : учебник для вузов: для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям / Л. Д. Столярченко, В. Е. Столярченко. – М. : Юрайт, 2021. – 354, [1] с. : ил., табл., схемы. – (Высшее образование) (УМО ВО рекомендует) (Соответствует программам ведущих научно-образовательных школ).

Содержание

Введение.....	3
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	7
1.1. Конспект лекций.....	7
2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ	77
2.1. Тематика семинарских занятий	77
3. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ.....	82
3.1. Вопросы для самопроверки и текущей аттестации успеваемости	82
3.2. Примерный перечень вопросов к экзамену.....	98
3.3. Темы рефератов.....	101
4. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	103
4.1. Учебная программа	103
4.2. Список литературы.....	119

Учебное электронное издание

Составитель
Кузьминич Татьяна Васильевна

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

*Электронный учебно-методический комплекс
для обучающихся специальностям
6-05-0215-02 Музыкальное искусство эстрады,
6-05-0215-10 Компьютерная музыка,
6-05-0314-03 Социально-культурный менеджмент и коммуникации*

[Электронный ресурс]

Редактор *И. П. Сергачева*
Технический редактор *Ю. В. Хадьков*

Подписано в печать 30.12.2024.
Гарнитура Times Roman. Объем 1,0 Мб

Частное учреждение образования
«Институт современных знаний имени А. М. Широкова»
Свидетельство о регистрации издателя №1/29 от 19.08.2013
220114, г. Минск, ул. Филимонова, 69.

ISBN 978-985-547-472-3



9 789855 474723