

**Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»**

Г.А. ГУБАРЕВА, Н. С. ЗУБАРЕВА

**ПСИХОЛОГИЯ
АКТИВНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ**

**Учебно-методический комплекс
по дисциплине «Психология активности и поведения»
для студентов, обучающихся по специальности 1-23 01 04
«Психология»**

**Брест
БрГУ имени А.С. Пушкина
2014**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Личность человека – центральное звено в психологической науке. О том, какая это личность, какие скрытые процессы происходят в ней, судят о внешнем проявлении этих процессов, т.е. поведении. Чем определяются поступки человека, каковы причины его активности, именно эти вопросы интересуют современные науки в целом.

Одним из предметов современной психологии принято считать изучение поведения. Поведение человека наблюдаемо и измеряемо, поэтому научная психология сосредотачивается на нем.

Актуальность курса «Психология активности и поведения» в том, что перед студентами раскрываются причины поведения, обусловленные множеством факторов.

Представители различных направлений психологии по-разному трактуют эти причины, но, безусловно, данная дисциплина позволит студентам расширить знания в области психологических исследований, связанных с особенностями поведения и активности человека.

Цель учебно-методического комплекса (УМК) – создание условий для личностного и профессионального роста обучаемых, овладения ими психологическими знаниями и умениями в области психологии поведения и активности, необходимыми для их научно-обоснованного практического применения в вопросах прогнозирования будущих действий окружающих людей и создания необходимых условий, для полноценного и многогранного становления личности. Цель предполагает решение следующих **задач**:

- овладение основами теоретических, методологических и практических знаний по психологии активности и поведения;
- развитие психологической компетентности в области разработки эффективных стратегий поведения;
- формирование систематизированных представлений о поведении как о сложно детерминированном и объективно регистрируемом феномене, в котором выражаются и через который реализуются психологические потенциалы личности;
- актуализация и развитие потребности в осознанном отношении к социально-этической и юридической сторонам поведения как социального феномена.

В результате освоения содержания УМК обучаемый должен **знать**:

- общетеоретические проблемы психологии поведения и активности;
- виды и единицы активности;
- экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля К. Левина.

различать:

- принципы и способы построения психологически эффективной стратегии поведения в нестандартной социальной ситуации;
- особенности ошибочных действий;

выделять:

- проблемы психологической эффективности поведения;

оценивать:

- успешные способы саморегуляции поведения.

Особенностью изучения содержания УМК выступает его практический характер, ориентация на самостоятельную и творческую работу обучающихся. Он позволяет систематизировать и переложить на новую предметную основу теоретические знания студентов в области психологии личности и методологии психологических исследований.

В рамках данного учебно-методического комплекса происходит закрепление практических умений обучающихся в проведении прикладных исследований и составлении исследовательских программ.

Развитие аналитических и рефлексивных способностей осуществляется в ходе оценки различных стратегий поведения в проблемных жизненных ситуациях и создания своей собственной психологической стратегии поведения.

Организация работы строится на основе аудиторной работы, самостоятельных и творческих заданий.

В завершении освоения комплекса «Психология активности и поведения» обучающийся должен **уметь:**

- применять по образцу основные понятия психологических категорий предмета;
- осуществлять психологическую оценку стратегии поведения и её эффективности в социуме;
- выявлять источники ошибочных действий;
- использовать позитивное и негативное подкрепление в условиях нестандартной ситуации;
- применять в стандартных и нестандартных ситуациях навыки прогнозирования действий других людей, а также создание эффективных стратегий поведения с учетом последствий и результатов этих действий.

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(дневная форма получения образования)

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
	Психология активности и поведения (84 часа)	50	34				Экзамен
	Характеристика активности в психологии (12 ч.)	8	4				
1.1	Введение в дисциплину. Предмет и задачи курса. Основные понятия психологии активности и поведения. Феномен «активность» в пространстве научных взглядов. Поведение как предмет психологии. Соотношение понятий «активность» и «поведение».	2					
1.2	Активность как предмет исследования. Понятие активности. Произвольная и непроизвольная активность. Единицы активности. Нормативность и индивидуальность активности. Типология активности.		2				Фронтальный опрос, опрос-дискуссия
1.3	Сферы и направления исследования активности. Психическая активность. Когнитивная и интеллектуальная активность. Творческая активность.	2					Фронтальный опрос, круглый стол

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
	Поведенческая активность. Коммуникативная активность. Трудовая активность. Социальная активность.						
1.4	Психологические механизмы активности. Характеристика психологических механизмов активности. Виды психологических механизмов. Адаптационный механизм. Механизм спонтанной активности. Механизмы регуляции деятельности: локус контроля, идентификация, динамическое равновесие. Факторы, определяющие активность личности.	2	2				Фронтальный опрос, круглый стол
2	Проявление активности в различных сферах жизни личности (18 ч.)	10	8				
2.1	Деятельность как форма активности личности. Понятие деятельности. Виды деятельности. Действия как акт деятельности. Параметры личностной детерминации действия. Различия в поведении в зависимости от типа проблемных ситуаций	2	2				Фронтальный опрос, рефераты
2.2	Индивид и ситуация. Индивид и ситуация: локализация причинности поведения. Взаимодействие индивида с ситуацией.	2	2				Фронтальный опрос, компьютерные

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
	Взаимодействие как процесс взаимовлияния. Поведение: ситуация и действие.						презентации
2.3	Общение как сфера активности личности. Общение и его функции. Средства и техника общения. Паралингвистические средства общения. Формы межличностного психического взаимодействия.	2					Фронтальный опрос, круглый стол
2.4	Рефлексия как форма активности личности. Понятие рефлексии и ее сущность. Виды и уровни рефлексии. Рефлексивный механизм и его этапы.	2	2				Фронтальный опрос, презентации и компьютерные
2.5	Поведение как форма активности личности. Сущность поведения. Нейропсихические элементы поведения. Базисные факторы в поведении. Привычки и поведение. Дефекты поведения.	2	2				Фронтальный опрос, круглый стол
3	Проблема поведения в психологии (54 ч.)	32	22				
3.1	Поведение в психоанализе. Понятие поведения в психоанализе. Влечения как движущая сила поведения. Характеристики влечений. Закономерности проявлений	2	2				тест

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
	влечений.						
3.2	<p>Действия. Ошибочные действия. Ошибочные механизмы действий случайные, симптоматические, комбинированные.</p>	2					Фронтальный опрос
3.3	<p>Теория поля К. Левина. Основные понятия теории поля. Уравнение поведения.</p>	4	2				тест
3.4	<p>Модель личности. Понятия области, напряженной системы. Тенденция к уравниванию. Понятие валентности. Модель окружения. Детерминация поведения. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля.</p>	2	2				Тест, компьютерные презентации
3.5	<p>Теория классического (респондентного) обусловливания. Принципы классического обусловливания. Элементы респондентного обусловливания.</p>	4	2				Тест, фронтальный опрос

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
3.6	Теории оперантного обусловливания. Оперантное обусловливание. Процесс оперантного обусловливания. Типы подкреплений. Генерализация и различение стимулов. Режимы подкрепления. Виды подкрепления. Контроль поведения посредством аверсивных стимулов.	2	2				Фронтальный опрос, тест
3.7	Социально-когнитивная теория поведения. Модель взаимного детерминизма. Предвидение последствия. Саморегуляция и познание в поведении.	4	2				Фронтальный опрос, тест
3.8	Научение через моделирование. Основные процессы научения через наблюдение. Подкрепление в научении через наблюдение. Косвенное обусловливание. Самоподкрепление: самонаблюдение, самооценка, самоответ.	4	2				Фронтальный опрос, тест
3.9	Бихевиоризм и проблема поведения. Центральная тема бихевиоризма. Положения, теории. Сущность бихевиоризма. Основная задача.	2	2				Фронтальный опрос, тест
	Социально-когнитивная теория Бандуры. Понятие						Фронтальный

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
3.10	научения в теории. Детерминанты регуляции поведения. Косвенное подкрепление и самоподкрепление. Саморегуляция, самоконтроль, самоэффективность. Поступки позитивные, поступки негативные. Неадаптивное поведение. Адекватное поведение. Понятие самоэффективности личности.	2	2				опрос, тест
3.11	Когнитивная теория Р. Солсо. Когнитивные характеристики. Модель когнитивной психологии. Сфера когнитивной психологии.	2	2				Фронтальный опрос, тест
	Основные направления исследований в когнитивной психологии. Интеллект: человеческий, искусственный. Возрождение когнитивной психологии.						
3.12	Социальное поведение. Сфера социального поведения. Поведенческий акт, действие, поступок, деяние. Целостное, целенаправленное поведение. Виды социального поведения. Социальная регуляция поведения личности. Внешние факторы регуляции поведения. Внутренние регуляторы	2	2				Фронтальный опрос, тест

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов					Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента	
	2		4		5	6	9
	поведения. Динамика внешней и внутренней регуляции поведения. Механизмы социальной регуляции поведения.						
	Всего: 84 часа	50	34				Экзамен

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел 1. Характеристика активности в психологии

Тема 1.1 Введение в дисциплину

Предмет и задачи курса. Основные понятия психологии активности и поведения. Феномен «активность» в пространстве научных взглядов. Поведение как предмет психологии. Соотношение понятий «активность» и «поведение».

Тема 1.2 Активность как предмет исследования.

Понятие активности. Произвольная и непроизвольная активность. Единицы активности. Нормативность и индивидуальность активности. Типология активности.

Тема 1.3 Сферы и направления исследования активности. Психическая активность. Когнитивная и интеллектуальная активность. Творческая активность. Поведенческая активность. Коммуникативная активность. Трудовая активность. Социальная активность.

Тема 1.4 Психологические механизмы активности. Характеристика психологических механизмов активности. Виды психологических механизмов. Адаптационный механизм. Механизм спонтанной активности. Механизмы регуляции деятельности: локус

контроля, идентификация, динамическое равновесие. Факторы, определяющие активность личности.

Раздел 2. Проявление активности в различных сферах жизни личности

Тема 2.1 Деятельность как форма активности личности.

Понятие деятельности. Виды деятельности. Действия как акт деятельности. Параметры личностной детерминации действия. Различия в поведении в зависимости от типа проблемных ситуаций.

Тема 2.2 Индивид и ситуация.

Индивид и ситуация: локализация причинности поведения. Взаимодействие индивида с ситуацией. Взаимодействие как процесс взаимовлияния. Поведение: ситуация и действие.

Тема 2.3 Общение как сфера активности личности.

Общение и его функции. Средства и техника общения. Паралингвистические средства общения. Формы межличностного психического взаимодействия.

Тема 2.4 Рефлексия как форма активности личности.

Понятие рефлексии и ее сущность. Виды и уровни рефлексии. Рефлексивный механизм и его этапы.

Тема 2.5 Поведение как форма активности личности.

Сущность поведения. Нейропсихические элементы поведения. Базисные факторы в поведении. Привычки и поведение. Дефекты поведения.

Раздел 3. Проблема поведения в психологии

Тема 3.1 Поведение в психоанализе.

Понятие поведения в психоанализе. Влечения как движущая сила поведения. Характеристики влечений. Закономерности проявлений влечений.

Тема 3.2 Действия.

Ошибочные действия. Механизмы ошибочных действий Действия: случайные, симптоматические, комбинированные.

Тема 3.3 Теория поля К. Левина.

Основные понятия теории поля. Уравнение поведения. Схема психологического изучения человеческого поведения.

Тема 3.4 Модель личности. Модель окружения

Понятия области, границы, напряженной системы. Тенденция к уравниванию. Понятие валентности. Модель окружения. Детерминация поведения. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля.

Тема 3.5 Теория классического (респондентного) обусловливания.

Принципы классического обусловливания. Элементы респондентного обусловливания.

Тема 3.6 Теории оперантного обусловливания.

Оперантное обусловливание. Процесс оперантного обусловливания. Типы подкреплений. Генерализация и различение стимулов. Режимы подкрепления. Виды подкрепления. Контроль поведения посредством авersiveвных стимулов.

Тема 3.7 Социально-когнитивная теория поведения.

Модель взаимного детерминизма. Предвидение последствия. Саморегуляция и познание в поведении.

Тема 3.8 Научение через моделирование.

Основные процессы научения через наблюдение. Подкрепление в научении через наблюдение. Косвенное обусловливание. Самоподкрепление: самонаблюдение, самооценка, самоответ.

Тема 3.9 Бихевиоризм и проблема поведения.

Центральная тема бихевиоризма. Положения, теории. Сущность бихевиоризма. Основная задача.

Тема 3.10 Социально-когнитивная теория Бандуры.

Понятие научения в теории. Детерминанты регуляции поведения. Косвенное подкрепление и самоподкрепление. Саморегуляция, самоконтроль, самоэффективность. Поступки позитивные, поступки негативные. Неадаптивное поведение. Адекватное поведение. Понятие самоэффективности личности.

Тема 3.11 Когнитивная теория Р. Солсо.

Когнитивные характеристики. Модель когнитивной психологии. Сфера когнитивной психологии. Основные направления исследований в когнитивной психологии. Интеллект: человеческий, искусственный. Возрождение когнитивной психологии.

Тема 3.12 Социальное поведение.

Сфера социального поведения. Поведенческий акт, действие, поступок, деяние. Целостное, целенаправленное поведение. Виды социального поведения. Социальная регуляция поведения личности. Внешние факторы регуляции поведения. Внутренние регуляторы поведения. Динамика внешней и внутренней регуляции поведения. Механизмы социальной регуляции поведения.

КУРС ЛЕКЦИЙ

1. ХАРАКТЕРИСТИКА АКТИВНОСТИ В ПСИХОЛОГИИ

Тема 1.1 Введение в дисциплину.

Предмет и задачи курса. Основные понятия психологии активности и поведения. Феномен «активность» в пространстве научных взглядов. Поведение как предмет психологии. Соотношение понятий «активность» и «поведение».

Понятие «активность» в сфере научных знаний неоднозначно, и в должной мере не освещается ни в общенаучных, ни в философских, ни в специальных психологических энциклопедиях и словарях. Однако практически всегда активность выступает как универсальное свойство, присущее всему живому. Но в одних случаях она соотносится с поведением; в других сопоставляется с деятельностью; в третьих определяется по составляющим ее компонентам.

Термин **активности** широко используется в различных сферах науки как самостоятельно, так и в качестве дополнительного в различных сочетаниях.

«Толковый словарь живого великорусского языка» В. Даля содержит следующее определение активности: «Активный — это деятельный, действующий, жизненный, живой, не косный».

В «Толковом словаре русского языка» под редакцией Д.Н. Ушакова активностью называется «активная, энергичная деятельность».

В «Кратком психологическом словаре» термин **«активность»** обозначается как «всеобщая характеристика живых существ, их собственная динамика, источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром, способность к самостоятельной силе реагирования... Она характеризуется в большой степени обусловленностью производимых действий, спецификой внутреннего состояния субъекта».

В философии понятие активности рассматривается как универсальное, всеобщее свойство материи, выступающее в одних случаях «мерой направленного действия»; в других - «возбужденным состоянием объекта, обуславливающим обратное воздействие на действие», а в третьих - «способностью материальных объектов вступать во взаимодействие с другими объектами».

В социологии чаще всего используется понятие социальной активности. Социальная активность рассматривается как явление, как

состояние и как отношение. В психологическом плане существенным представляется характеристика активности как состояния — как качество, которое базируется на потребностях и интересах личности и существует как внутренняя готовность к действию. А также как отношения - как более или менее энергичная самодеятельность, направленная на преобразование различных областей деятельности и самих субъектов.

В психологии понятие «**активность**» применяется для обозначения грех неодинаковых явлений:

- 1) определенная, конкретная деятельность индивида;
- 2) состояние, противоположное пассивности (это не всегда актуальная деятельность, а порой только лишь готовность к деятельности, состояние, близкое к тому, что обозначается термином «уровень бодрствования»);
- 3) инициативность, или явление, противоположное реактивности (действие субъекта внутренне вовлеченно, а не бездумное реагирование).

Общим во всех, этих и других вариантах выступает указание на связь активности с энергией и мобилизованностью.

Научно обоснованный подход к осмыслению понятия активности подготовлен в отечественной психологии идеями Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Д.Н. Узнадзе, Н.А. Бернштейна, Н.С. Лейтеса, работами К.А. Абульхановой, А.Г. Асмолова, Л.И. Брушлинского, А.В. Петровского, В.А. Петровского и других исследователей, раскрывших положения о культурно-историческом опосредовании психических процессов, о деятельности, соотношении «внешнего» и «внутреннего» и т.п.

Активность, по мнению Н.С. Лейтеса, выступает «как фактор, характеризующий психические процессы и свойства личности». При этом «под психической активностью - в самом общем виде - можно понимать меру взаимодействия субъекта с окружающей действительностью... как в форме внутренних процессов, так и... внешних проявлений».

Большое значение в науке придается «**принципу активности**». Н.А. Бернштейн (1966), вводя в психологию этот принцип, представлял его суть в провозглашении определяющей роли внутренней программы в актах жизнедеятельности организма. В действиях человека существуют безусловные рефлексы, когда движение непосредственно вызывается внешним стимулом, но это как бы вырожденный случай активности. Во всех же других случаях внешний стимул только запускает программу принятия решения, а собственно движение в той или иной степени связано с внутренней программой человека. В случае полной зависимости от неё мы имеем место с так называемыми «произвольными» актами, когда инициатива начала и содержание движения задаются изнутри организма.

В психологии в рамках деятельностного подхода также наблюдается некоторое расхождение в трактовке активности. Психологическая теория деятельности рассматривает макроструктуру деятельности в виде сложного иерархического строения. В её состав включают несколько уровней, в числе которых называют: особые виды деятельности, действия, операции, психофизиологические функции. Особенности виды деятельности в этом случае выступают как совокупность действий, вызываемых одним мотивом. К ним обычно относят игровую, учебную и трудовую деятельность. Их же называют формами активности человека (Ю.Б. Гиппенрейтер 1997). Борис Ананьев, помимо указанных, к множеству «активно-деятельностных форм отношения человека к миру» причисляет также боевую и спортивную деятельность, познание, общение, управление людьми, самодеятельность. Активность, в данном случае, соответствует особенной форме деятельности или особенной деятельности.

Сергей Рубинштейн выдвинул принцип, согласно которому внешние воздействия вызывают эффект, лишь преломляясь сквозь внутренние условия. Данный принцип противостоял как представлениям о фатальной предопределенности активности со стороны внешних воздействий, так и истолкованию активности как особой силы, не зависящей от взаимодействия субъекта с предметной средой. С данным принципом тесно связаны представления о направленности личности и идея пассивно-активного характера потребностей человека.

Особый подход к проблеме соотношения «внешнего» и «внутреннего» утверждается в работах Алексея Леонтьева. В своей книге «Деятельность. Сознание. Личность» он предложил формулу активности: «Внутреннее (субъект) воздействует через внешнее и этим само себя изменяет».

Дмитрий Узнадзе в своей теории указывал на наличие зависимости характера активности субъекта от имеющейся у него установки, то есть готовности человека воспринимать мир определенным образом, действовать в том или ином направлении. Активность при этом выступает как направляемая установкой и существующая благодаря установке, как устойчивая к возмущающим воздействиям среды.

Вызывает интерес трактовка понятия **активности** В.А. Петровского (1996), предлагающего рассматривать личность как подлинный субъект активности. В истории становления деятельности В.А. Петровский выделяет три последовательных этапа:

1-й этап - функционирование (или жизнедеятельность особи как предпосылка деятельности). Функционирование - первое и простейшее проявление жизни - может быть описано в плане взаимодействия субъекта с объектом, в ходе которого обеспечивается целостность присутствующих

субъекту телесных структур. Функционирование опирается на возможности непосредственного взаимодействия субъекта с его окружением. Отлучение живых тел от источников их существования оказывается губительным, так как способности к функционированию ещё недостаточно для преодоления возникших барьеров;

2-й этап — деятельность как условие выживания субъекта. Деятельность снимает присущие предыдущей ступени развития ограничения. Посредством деятельности субъект получает возможность достичь предмет, прежде удаленный от него, но необходимый для функционирования;

3-й этап - активность как высшая форма развития деятельности. В процессе развития человека возникают новые, вспомогательные формы взаимодействия с миром, нацеленные на обеспечение и поддержание самой возможности деятельности субъекта. Эти формы движения складываются внутри предшествующих деятельностей и, перерастая в деятельность, носящую самоподчиненный характер, они становятся тем, что может быть названо активностью субъекта.

По мнению К.А. Абульхановой-Славской (1991), посредством активности человек решает вопрос о согласовании, соизмерении объективных и субъективных факторов деятельности. Мобилизуя активность в необходимых, а не в любых формах, в нужное, а не в любое удобное время, действуя по собственному побуждению, используя свои способности, ставя свои цели. Тем самым, оценивая активность как часть деятельности, как ее динамическую составляющую, реализуемую ситуативно, то есть в нужный момент времени.

В 70-е годы, в начале разработки проблемы активности в отечественной психологии, интерес исследователей к категории активности был обусловлен также неприятием некоторых тенденций в общественной жизни, формировался особый взгляд на человека, преодолевающего барьеры своей природной или социальной ограниченности существа.

Поведение как предмет психологии Психика, поведение и деятельность

Поведение – это сложный комплекс реакций живого организма на воздействие внешней среды. Необходимо подчеркнуть, что для живых существ в зависимости от уровня их психического развития характерно поведение различной сложности. Самое сложное поведение наблюдается у человека, который в отличие от животных обладает не только

способностью реагировать на изменения внешней среды, но и способностью формировать мотивированное (осознанное) и целенаправленное поведение. Возможность осуществления столь сложного поведения обусловлена наличием у человека сознания.

Одной из важнейших проблем, которой занимается психология, является проблема генотипической и средовой обусловленности психики и поведения человека. Направление в науке, занимающееся исследованиями в этой области, получило название: социобиология (в США) и этология человека (в Европе). Среди ученого сообщества в настоящее время есть и сторонники этого направления, есть и его противники, так как отсутствуют убедительные, прямые доказательства непосредственной генетической детерминированности большинства видов и форм поведения человека.

Поиски ответа на вопрос, что же на самом деле зависит от среды, а что – от генотипа, начались с появления работы английского ученого Ф. Гальтона «Наследование таланта и характера» (1865). В конце 50-х – начале 60-х гг. XX в. развернулись исследования хромосом человека, что положило начало второму этапу разработки проблемы генетической обусловленности психики и поведения. Область науки, занимающейся исследованиями в этом направлении, называется генетикой поведения.

Все живые организмы, стоящие на более высокой ступени эволюционного развития, отличаются от организмов, стоящих на более низких ступенях, степенью активности. Жизнь во всех ее формах связана с движениями, и по мере ее развития приобретает все более совершенные формы. Активность человека может быть самой разнообразной. Кроме видов и форм, характерных для живых организмов, стоящих на более низкой эволюционной ступени, она содержит особую форму, называемую деятельностью.

Деятельность – это специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, это активное взаимодействие человека со средой, в которой он достигает сознательно поставленной цели, возникшей в результате появления у него определенной потребности, мотива, это реальная связь субъекта (человека) с объектом (предметом), в которую необходимым образом включена психика.

Деятельность человека носит не только потребительский, но и продуктивный характер. Она отличается от вызванной лишь естественными потребностями активности животных тем, что порождается и потребностями в познании, творчестве, в самосовершенствовании и др.

Человеческая деятельность отличается от активности животных по формам и способам организации. Почти все они связаны со сложными двигательными умениями и навыками, которых нет у животных. Такие

умения и навыки приобретаются человеком в результате сознательного целенаправленного обучения.

Таким образом, главные отличия деятельности человека от активности животных можно обозначить пятью основными признаками.

Деятельность отличается не только от активности, но и от поведения. Поведение не всегда является целенаправленным, а также не предполагает создания определенного продукта и часто носит пассивный характер. Деятельность же всегда целенаправленна, активна, нацелена на создание некоторого продукта. Если поведение, как правило, спонтанно, хаотично, то деятельность организована, систематична.

В психологии выделяют следующие основные характеристики деятельности:

мотив, цель, предмет, средства

Мотив – это то, ради чего осуществляется деятельность. Мотивы деятельности человека очень разнообразны: органические, материальные, социальные, духовные и др.

Цель – это продукт деятельности. Целью может быть либо реальный физический предмет, либо знания, умения и навыки, либо результат творчества, например произведение искусства, мысль, теория.

Предмет – это то, с чем человек непосредственно имеет дело во время той или иной деятельности, например, предметом трудовой деятельности переводчика является предназначенный для перевода текст, летчика – самолет, повара – пищевые продукты, а предметом учебной деятельности студента – знания, умения и навыки.

Средства – это те инструменты, которые использует человек во время той или иной деятельности. Чем более совершенными являются средства деятельности, тем более продуктивной и качественной становится сама деятельность.

Структура деятельности (Действия – это относительно законченные элементы деятельности, направленные на достижение промежуточных целей, подчиненных общему замыслу.)

Любая деятельность имеет определенную структуру. В психологии выделяют основные виды деятельности: общение, игра, учение и труд.

Основные свойства деятельности:

♦ предметность – свойственна в развитой форме лишь человеческой деятельности; проявляется в социальной обусловленности деятельности человека, фиксированной в схемах действия, понятиях языка, ценностях, социальных ролях и нормах;

♦ субъектность – выражается в обусловленности психического образа субъекта прошлым опытом, потребностями, установками, эмоциями, мотивами.

Деятельность имеет социальную, общественно-историческую природу и всегда носит опосредованный характер. Результатом человеческой деятельности являются какие-либо преобразования как во внешнем мире, так и в самом человеке.

Литература:

1. Абаев, Н.В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в Средневековом Китае / Н.В. Абаев. – Новосибирск, 1983.
2. Гримак, Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1989. – 319 с.
3. Ждан, А.Н. История психологии: от античности к современности / А.Н. Ждан. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 512 с.
4. Лобазова, О.Ф. Религиоведение / О.Ф. Лобазова. – М.: Дашков и К, 2002. – 384 с.
5. Радхакришнан, С. Индийская философия / С. Радхакришнан. – М.: Психол. ин-т РАО, 1956. – 328 с.
6. Соколов, М.В. Очерки истории психологических воззрений в России в XI–XVIII веках / М.В. Соколов. – М.: Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1963. – 420 с.
7. Фрейджер, Р. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейджер. – М.: Мир, 2004. – 658 с.

Тема 1.2 Активность как предмет исследования.

Понятие активности. Произвольная и непроизвольная активность.
Единицы активности. Нормативность и индивидуальность активности.
Типология активности.

Понятие «активность» в сфере научных знаний неоднозначно, и в должной мере не освещается ни в общенаучных, ни в философских, ни в специальных психологических энциклопедиях и словарях. Однако практически всегда активность выступает как универсальное свойство, присущее всему живому, но в одних случаях она соотносится с поведением; в других сопоставляется с деятельностью; в третьих определяется по составляющим ее компонентам.

Термин активности широко используется в различных сферах науки как самостоятельно, так и в качестве дополнительного в различных сочетаниях. Причём в некоторых случаях это стало настолько привычным, что сформировались самостоятельные понятия. такие, как активный

человек, активная жизненная позиция, активное обучение, активист, активный элемент системы.

«Толковый словарь живого великорусского языка» В. Даля содержит следующее определение активности: «Активный – это деятельный, действующий, жизненный, живой, не косный» [63].

В «Толковом словаре русского языка» под редакцией Д.Н. Ушакова активностью называется «активная, энергичная деятельность». В «Кратком психологическом словаре» термин «активность» обозначается как «всеобщая характеристика живых существ, их собственная динамика, источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром, способность к самостоятельной силе реагирования... Она характеризуется в большой степени обусловленностью производимых действий, спецификой внутреннего состояния субъекта» [63].

В философии понятие активности рассматривается как универсальное, всеобщее свойство материи, выступающее в одних случаях «мерой направленного действия»; в других – «возбужденным состоянием объекта, обуславливающим обратное воздействие на действие», а в третьих – «способностью материальных объектов вступать во взаимодействие с другими объектами».

В социологии чаще всего используется понятие социальной активности. Социальная активность рассматривается как явление, как состояние и как отношение. В психологическом плане существенным представляется характеристика активности как состояния – как качество, которое базируется на потребностях и интересах личности и существует как внутренняя готовность к действию. А также как отношения – как более или менее энергичная самодеятельность, направленная на преобразование различных областей деятельности и самих субъектов.

В психологии понятие «активность» применяется для обозначения трех неодинаковых явлений:

- 1) определенная, конкретная деятельность индивида;
- 2) состояние, противоположное пассивности (это не всегда актуальная деятельность, а порой только лишь готовность к деятельности, состояние, близкое к тому, что обозначается термином «уровень бодрствования»);
- 3) инициативность, или явление, противоположное реактивности (действие субъекта внутренне вовлечено, а не бездумное реагирование) [63].

Общим во всех этих и других вариантах выступает указание на связь активности с энергией и мобилизованностью. Научно обоснованный подход к осмыслению понятия активности подготовлен в отечественной

психологии идеями Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Д.Н. Узнадзе, Н.А. Бернштейна, Н.С. Лейтеса, работами К.А. Абульхановой, А.Г. Асмолова, А.В. Брушлинского, А.В. Петровского, В.А. Петровского и других исследователей, раскрывших положения о культурно-историческом опосредовании психических процессов, о деятельности, соотношении «внешнего» и «внутреннего» и т. п.

Активность, по мнению Н. Лейтеса, выступает «как фактор, характеризующий психические процессы и свойства личности». При этом «под психической активностью – в самом общем виде – можно понимать меру взаимодействия субъекта с окружающей действительностью... как в форме внутренних процессов, так и... внешних проявлений».

Большое значение в науке придается «принципу активности». Н.А. Бернштейн (1966), вводя в психологию этот принцип, представлял его суть в провозглашении определяющей роли внутренней программы в актах жизнедеятельности организма. В действиях человека существуют безусловные рефлексы, когда движение непосредственно вызывается внешним стимулом, но это как бы вырожденный случай активности. Во всех же других случаях внешний стимул только запускает программу принятия решения, а собственно движение в той или иной степени связано с внутренней программой человека. В случае полной зависимости от неё мы имеем место с так называемыми «произвольными» актами, когда инициатива начала и содержание движения задаются изнутри организма.

В психологии в рамках деятельностного подхода также наблюдается некоторое расхождение в трактовке активности. Психологическая теория деятельности рассматривает макроструктуру деятельности в виде сложного иерархического строения. В её состав включают несколько уровней, в числе которых называют: особые виды деятельности, действия, операции, психофизиологические функции. Особенные виды деятельности в этом случае выступают как совокупность действий, вызываемых одним мотивом. К ним обычно относят игровую, учебную и трудовую деятельность. Их же называют формами активности человека (Ю.Б. Гиппенрейтер 1997). Б.Г. Ананьев, помимо указанных, к множеству «активно-деятельностных форм отношения человека к миру» причисляет также боевую и спортивную деятельность, познание, общение, управление людьми, самодеятельность. Активность, в данном случае, соответствует особенной форме деятельности или особенной деятельности.

С.Л. Рубинштейн выдвинул принцип, согласно которому внешние воздействия вызывают эффект, лишь преломляясь сквозь внутренние условия. Данный принцип противостоял как представлениям о фатальной предопределенности активности со стороны внешних воздействий, так и истолкованию активности как особой силы, не зависящей от

взаимодействия субъекта с предметной средой. с данным принципом тесно связаны представления о направленности личности и идея пассивно-активного характера потребности человека [47].

Особый подход к проблеме соотношения «внешнего» и «внутреннего» утверждается в работах А.Н. Леонтьева. В своей книге «Деятельность. Сознание. Личность» он предложил формулу активности: «Внутреннее (субъект) воздействует через внешнее и этим само себя изменяет» [27].

Д.н. Узнадзе в своей теории указывал на наличие зависимости характера активности субъекта от имеющейся у него установки, то есть готовности человека воспринимать мир определенным образом, действовать в том или ином направлении. Активность при этом выступает как направляемая установкой и существующая благодаря установке, как устойчивая к возмущающим воздействиям среды.

Вызывает интерес трактовка понятия активности В.А. Петровского (1996), предлагающего рассматривать личность как подлинный субъект активности. В истории становления деятельности В.А. Петровский выделяет три последовательных этапа:

- 1-й этап – функционирование (или жизнедеятельность особи как предпосылка деятельности). Функционирование – первое и простейшее проявление жизни – может быть описано в плане взаимодействия субъекта с объектом, в ходе которого обеспечивается целостность присущих субъекту телесных структур. Функционирование опирается на возможности непосредственного взаимодействия субъекта с его окружением. Отлучение живых тел от источников их существования оказывается губительным, так как способности к функционированию ещё недостаточно для преодоления возникших барьеров;

- 2-й этап – деятельность как условие выживания субъекта. Деятельность снимает присущие предыдущей ступени развития ограничения. Посредством деятельности субъект получает возможность достичь предмет, прежде удаленный от него, но необходимый для функционирования.

- 3-й этап – активность как высшая форма развития деятельности. В процессе развития человека возникают новые, вспомогательные формы взаимодействия с миром, нацеленные на обеспечение и поддержание самой возможности деятельности субъекта. Эти формы движения складываются внутри предшествующих деятельностей и, перерастая в деятельность, носящую самоподчиненный характер, они становятся тем, что может быть названо активностью субъекта [34].

В.А. Петровский и А.В. Петровский также ввели в психологию новое понятие «надситуативная активность», определяя ее в качестве движущего

момента деятельности: «В актах выхода субъекта за рамки ситуации через преодоление обусловленных ею ограничений, иначе говоря, в явлениях надситуативной активности, с отчетливостью выступает момент движения деятельности, то есть то, что мы обозначаем как собственно активность субъекта». Здесь речь идет о надситуативной активности, в которой преодолевается ситуация за счет повышения активности субъекта, обеспечивающей «выход за пределы ситуации».

По мнению К.А. Абульхановой-Славской (1991), посредством активности человек решает вопрос о согласовании, соизмерении объективных и субъективных факторов деятельности. Мобилизуя активность в необходимых, а не в любых формах, в нужное, а не в любое удобное время, действуя по собственному побуждению, используя свои способности, ставя свои цели. тем самым, оценивая активность как часть деятельности, как ее динамическую составляющую, реализуемую ситуативно, то есть в нужный момент времени.

В 70-е годы, в начале разработки проблемы активности в отечественной психологии, интерес исследователей к категории активности был обусловлен также неприятием некоторых тенденций в общественной жизни, формировался особый взгляд на человека, преодолевающего барьеры своей природной или социальной ограниченности существа.

Общая характеристика активности

Рассматривая человека как субъекта активности, выделяются внутренние и внешние характеристики ее строения.

Когда речь идет об активности субъекта, исследователи обычно ставят следующие вопросы: для чего и в чьих интересах осуществляется активность, в каком направлении и посредством чего. Иначе говоря, рассматриваются мотивационная, целевая и инструментальная основы активности (рис. 1).



Рисунок 1 – Основы активности

Мотивационная основа активности. живое существо, будучи активным, воспроизводит разнообразные жизненные отношения с миром. субъект активности представляет собой:

- «Индивидуальное я» человека и то, что он совершает, коренится в его собственных интересах и нуждах: «я поступаю так, потому что я хочу этого». Однако не всегда подлинным субъектом активности выступает сам человек, а скорее нечто в нем самом, что на поверку оказывается интересами и ожиданиями другого человека, который выступает истинным субъектом его активности. Например, абитуриент, поступающий в вуз, возможно, объясняет окружающим и себе самому, что его выбор сугубо самостоятелен и не зависит от каких-либо сторонних влияний. Проходит время – наступает разочарование. Он вынужден признаться, что выбор профессии был продиктован родителями или друзьями. При этом указания других людей не были осознаны им в качестве «директив». За этим признанием – критическая работа сознания, направленная на отделение «голоса» других людей от его собственного.

- «я другого во мне», когда «присутствие» другого ощутимо и может переживаться как своего рода вторжение в свой внутренний мир. Вместе с тем возможны ситуации, когда интересы другого вполне совместимы с собственными интересами человека. Следовательно позиция «я другого во мне» не означает непременно жертвенности, самоотречения. Последнее отмечается лишь тогда, когда интересы другого ставятся выше собственных.

- субъект активности «наиндивидуален», он не отождествим ни с кем из людей конкретно, но в то же время он имеет отношение к каждому, выражая собой то, что должно быть свойственно всем людям – «человеческое в человеке»: совесть, разум, добро, честь, красоту, свободу. Когда активность человека продиктована этими ценностями, говорят, что ее субъектом является «всеобщее я» в человеке. «Индивидуальное я» здесь слито с «я другого (других)».

- субъект активности безличен и отождествляется с природным телом индивида («не я»): он погружается при этом в стихию природного. В психологических концепциях это активное начало обозначают термином «Оно» (З.Фрейд) и рассматривают как средоточие сил любви (инстинкт продолжения рода) и смерти (инстинкт разрушения, агрессии). «Не я», однако, при таком взгляде не исчерпывается сугубо биологическими побуждениями: творчество, альтруизм и даже религиозные устремления иногда рассматривают как проявления чисто природного начала [63]. Понимание мотивационных основ активности не исчерпывается, однако, лишь обращенностью к различным интерпретациям субъектности человека как деятеля в четырех его ипостасях: «индивидуальное я», «я другого во

мне», «всеобщее я», «не я». Необходим анализ потребностей, которые удовлетворяет субъект, действуя в мире.

Потребности. Ради чего же человек становится активным? Ответ на этот вопрос обычно дает знание актуальной потребности субъекта деятельности. Потребность – это состояние живого существа, выражающее его зависимость от конкретных условий существования и выступающее источником его активности.

Момент зависимости, представленный в потребности, фиксируют термином «потребностное состояние» (А.Н. Леонтьев), имея в виду, что индивид выступает скорее как пассивное, «страдающее» существо. Активный же момент потребности заключен в устремлениях индивида удовлетворить потребность как бы то ни было.

К человеческим потребностям относятся:

- витальные нужды и устремления (от *vita* – жизнь): необходимость в пище, воде, во сне, телесных контактах, чувстве безопасности, продолжении рода и т.п.;

- социальные интересы: необходимость принадлежать к группе других людей, вступать в эмоциональные контакты, обладать определенным статусом, лидировать или подчиняться и т.п.;

- экзистенциальные побуждения: «быть субъектом собственной жизни», творить, чувствовать самоидентичность, подлинность своего бытия, развитие и т.п. [63]

Целевая основа активности. Процесс удовлетворения потребностей субъекта предполагает достижение им тех или иных целей. Цель – это то, к чему стремятся, что намечено достигнуть, предел, намерение, которое должно быть осуществлено. Цель деятельности есть предвосхищение ее результата, образ возможного как прообраз действительного. Важно различать цели и мотивы активности человека. В мотивах, так же как и в целях, предвосхищено возможное будущее. но оно соотносится с самим субъектом; в мотивах как бы записано, чем является активность для субъекта, что должно произойти с ним самим. Цели активности ориентированы вовне, в них предвосхищен результат, который должен существовать объективно. Цели, воплощаясь в продуктах активности, не теряют при этом своей принадлежности к миру субъекта: они субъективны по форме, но объективны по своему содержанию. В то время как в мотивах идеально представлен сам субъект, в целях активности представлен ее объект, а именно: что должно быть произведено, чтобы мотивы активности были реализованы. В отличие от мотивов, цели человеческой активности всегда сознаваемы. Цель есть предвосхищаемый в сознании результат, доступный пониманию самого субъекта, а также – других людей. Мотивы же – это достояние прежде

всего самого субъекта, они могут быть представлены уникальными и глубинными его переживаниями, далеко не всегда находящими отклик и понимание у кого-либо еще.

следует различать *конечную цель и промежуточные цели*. Достижение конечной цели равнозначно удовлетворению потребности. Иногда осуществление этой цели совершается в идеальном плане, а не практически. К промежуточным относятся цели, намечаемые человеком в качестве условия достижения цели конечной. Рассматривая сложные виды деятельности, можно заметить, что достижение конечной цели опосредствуется многими промежуточными, причем в первую очередь выдвигаются конечные цели, а в последнюю – те, которые должны быть достигнуты в первую очередь. Искусство построения деятельности и определяется во многом способностью человека в мыслях идти от конечных к первоочередным целям, а в действии – в противоположном направлении: от первоочередных, через цепь промежуточных, к конечным.

Процесс постановки цели обозначается как *целеобразование*. ни мотивация деятельности, ни ее цели не могли бы быть воплощены в ее результате, если бы человек не использовал определенные инструменты преобразования ситуации, в которой протекает деятельность.

Инструментальная основа активности. Процесс осуществления деятельности предполагает использование человеком определенных средств в виде всевозможных приспособлений, инструментов, орудий. Циркуль, кисть, компьютер, слово, сказанное врачом пациенту или учителем ученику, – все это примеры инструментов активности в широком смысле. Органы человеческого тела также относятся к категории таких средств: в конечном счете, все операции, осуществляемые вовне, связаны с двигательной активностью самого индивида.

При использовании тех или иных инструментов человек продуманно или автоматически опирается на имеющиеся у него представления о том, как действовать с ними, как применять их. Каждое из таких представлений может рассматриваться как внутренняя образующая действий, совершаемых во внешнем плане. совокупность таких внутренних образующих характеризует то, что может быть названо инструментальной основой деятельности. Другим именем для обозначения инструментальной основы деятельности является часто используемое в последнее время слово «компетентность»; а это понятие в свою очередь в большинстве работ педагогической ориентации раскрывается как «знания», «умения», «навыки».

Знания в этом ряду не сводятся просто к сведениям о мире, они выступают здесь в своем функциональном аспекте, как предназначенные для чего-то, служащие чему-то. Знания как часть инструментальной

основы активности тесно взаимосвязаны с навыками.

Навыки – это освоенные до степени автоматизма способы употребления определенных средств деятельности: внешних орудий или органов собственного тела как проводников активности. Навыки, проявляясь в действии, характеризуют его как бы изнутри, в виде последовательно извлеченных из памяти индивида определенных «команд», указывающих, что и в каком порядке должно быть сделано для того, чтобы цель действия была достигнута. Данные команды осуществляются вне поля активного внимания; человек действует, как говорят, «машинально».

На основе знаний и навыков складывается фонд умений человека. К умениям относится освоенная человеком система приемов сознательного построения результативного действия. В отличие от навыков, каждый из которых образован серией автоматически следующих друг за другом «команд», обусловленных знаниями человека, умения проявляются в осознанном использовании человеком определенных «команд».

Каждое новое действие, ставя человека перед необходимостью приобретения нового опыта, объективно расширяет круг человеческих умений; опробование своих возможностей, вновь расширяет их круг и т.д. сферу того, что в точности умеет субъект и чего не умеет, очертить невозможно. В том случае, когда человек сам пытается это сделать, то есть определить грань между доступным и недоступным ему в деятельности, его активность приобретает характер безграничного самосовершенствования. Так рождается Мастер.

Все внутренние образующие активности – ее мотивационная, целевая, инструментальная основы – представляют собой более или менее связанное целое. В сочетании с внешними проявлениями активности и ответными воздействиями среды они образуют систему [63].

Итак, жизнь любого человека, представляет собой непрерывный поток активности. Этот поток включает не только разного рода действия или сообщения, но и переживания – психическую активность в виде восприятий, мыслей, чувств и представлений, проплывающих перед нашим внутренним взором в снах и грезах, до действий, произвольно осуществляемых по заранее намеченному плану [е. Klinger, 1971]. В психологии мотивации Х. Хекхаузен выделяет *произвольную и произвольную активность* в зависимости от их соответствия намерениям переживающего или действующего субъекта, от контроля их целесообразности и коррекции (или возможности такой коррекции).

Произвольной активностью называют, когда известно, что отдельные ее стадии согласуются с меняющимися условиями ситуации и продолжаются ровно столько, сколько необходимо для достижения

определенного результата. Это активность, при которой осознаны преследуемая цель, возможность контроля за ходом разворачивающихся процессов [e. Klinger, 1978]. только применительно к подобным единицам активности имеет смысл ставить вопрос «Зачем?» и искать мотивацию. Произвольная активность всегда проходит на фоне более или менее отчетливых ожиданий предполагаемого результата деятельности или возможных последствий такого результата [W. Witte, 1976]. Наиболее явно эти ожидания выступают в волевых действиях, однако они прослеживаются и в сугубо импульсивных реакциях. Даже когда волевые действия автоматизируются до уровня навыков, ожидания продолжают имплицитно играть свою роль в регуляции активности, что сразу же становится очевидным при нарушении протекания автоматизма.

Непроизвольными (или, по меньшей мере, промежуточными) являются единицы активности, связанные с переживаниями типа сна или грезы, когда человек предается размышлениям, как смотрящий спектакль зритель. К непроизвольному поведению относятся как чисто рефлекторные ответы, например мигательный рефлекс и ориентировочная реакция, так и условные сигнальные реакции. следует также выделить единицы поведения, нежданно, наподобие инородного тела, вклинивающиеся в упорядоченную последовательность действия и иногда даже разрушающие ее. Они напоминают то, что в психоанализе обозначалось как ошибочные или симптоматические действия, происходящие с субъектом непредвиденно и необъяснимо [S. Freud, 1901]. Применительно к непроизвольной активности, видимо, лишен смысла вопрос «Зачем?», поскольку ей нельзя приписать никакого намерения. Это, однако, не значит, что подобная активность беспричинна, нецелесообразна и не поддается объяснению. Ее объяснение связано с ответом на вопрос «Почему?», а не «Зачем?», например с раскрытием причинных зависимостей организмических процессов [R. Peters, 1958] [65].

Типология активности

Итак, активность – это не кратковременный акт проявления, выражения личности, ее позиции. Активность – это постоянное разрешение субъектом проблем его жизнедеятельности, даже при отсутствии выраженных форм действия, поведения. Пространство активности – пассивность существует как поле борьбы мотивов, выбора форм действий, утверждения принципов и т.д., где пассивность занимает важное место в выработке позиции субъекта. Активность/пассивность представляет собой сложно структурированное состояние, присущее в разных формах каждому индивиду. Поэтому очень важно различать

разные типы, уровни и формы проявления активности.

При рассмотрении человеческой активности выделяются и анализируются самые разные ее уровни и типы:

- физиологический (В.М. Бехтерев, И.П. Павлов, И.М. Сеченов, А.А. Ухтомский и др.);

- психофизиологический (К. Анохин, Н.А. Бернштейн, М.В. Бодунов, Э.А. голубева, А.И. Крупное, А.Р. Лурия, В.Д. Небылицын);

- психический (М.Я. Басов, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.С. Лейтес, В.Н. Мясищев, С.Л. Рубинштейн, Д.Н. Узнадзе и др.);

- социальный (К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Асмолов, Б.Ф. Ломов, Е.В. Шорохова и др.);

- субъектный (В.А. Петровский, В.И. Слободчиков, В.О. Татенко, В.Э. Чудновский) [63].

К дифференциации форм активности подходы в психологии также различны.

Так, Ананьев Б.Г. выделял три основные формы человеческой активности: познание, труд и общение, которые проявляются в процессе жизнедеятельности в связи с решением определенных задач, в конкретных поступках.

Как особая форма активности выделяется техническое и научное творчество, рассматриваемое многими исследователями (Э.С. Чугунова, Е.С. Кузьмин, А.Л. Журавлев, А.И. Китов, Б.Ф. Ломов и др.).

К формам активности также относят: рефлексию и поведение (В.И. Секун); ценностно-ориентационную, преобразовательную или творческую, коммуникативную, художественную (М.С. Каган); практическую, когнитивную (А.А. Грачев); информационно-коммуникативную, побудительную (Г.М. Андреева, Л.А. Карпенко, Б.Ф. Ломов) (рис. 2).

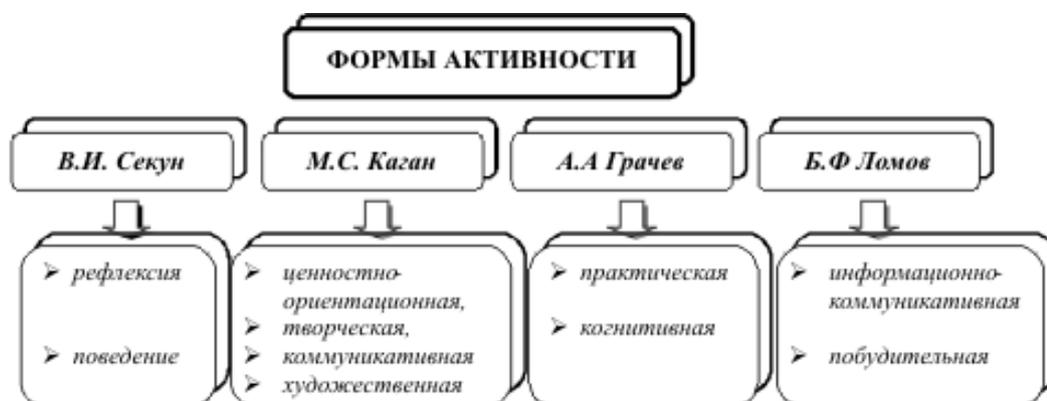


Рисунок 2 – Формы активности

По мнению Д.Н. Узнадзе, формы активности образуют определенную иерархию:

- активность индивида – общение, потребление, удовлетворение любознательности, игра;
- активность субъекта – удовлетворение эстетических потребностей, развлечения, уход за другими и за собой, выполнение общественных требований;
- активность личности – художественное творчество, спорт умственный и физический, обслуживающий труд, общественная деятельность [63].

А.В. Брушлинский все вышеназванные формы называет видами активности, дополняя их созерцанием.

Кроме того, в современной психологической литературе активность человека подразделяется на произвольную и произвольную формы ее проявления.

В исследованиях К.А. Абульхановой-Славской выделены типы активности, различающиеся по признакам: устойчивость–неустойчивость, уверенность–неуверенность, преобладание либо сочетание инициативы и ответственности. При этом для характеристики активности личности исследователь пользовалась такими показателями, как удовлетворенность – неудовлетворенность (действиями), стремление к успеху – избегание неудачи, уровень притязаний.

По ее мнению, активность представляет собой личностный уровень, способ и качество удовлетворения высших ценностных потребностей личности, которая ищет, создает или преобразует условия их удовлетворения в соответствии с позициями личности, ее ценностями и предъявляемыми к ней требованиями. «Активность – это и способ выражения потребностей личности, в котором уже интегрируются представления личности о своих способностях и возможностях. Здесь личность формулирует свое «право» на удовлетворение потребности, которое и выражается в определенном уровне притязаний».

Исходя из этого понимания активности, исследователь полагает, что она носит не универсальный, а индивидуализированно-типологический характер. единые структуры и тенденции активности складываются в некоторые варианты, которые мы называем типами.

Одни личности преимущественно опираются на внешние социально-психологические опоры, другие – преимущественно на внутренние, третьи оптимальным или противоречивым образом их соединяют и т.д. Первые регулируются механизмами подражания, поддаются внушению, действуют адаптивным образом, вторые опираются на собственные критерии, саморегулятивны, уверены в своих действиях, автономны в своих

решениях и т.д.

Указанная типология, помимо притязаний и саморегуляции (характера внешних и внутренних опор, определяющих степень автономии механизмов саморегуляции), включает удовлетворенность, то есть отношение к результату.

Итак, К.А Абульханова-Славская в своем исследовании активности личности раскрыла и обосновала различные типы личности, отличающиеся по характеру проявления активности, определяемой исследователем по взаимосвязи между проявлениями инициативы и ответственности:

I. *Гармонический тип*. К нему относятся люди, для которых связь между инициативой и ответственностью оказалась наиболее оптимальной. Лица данного типа, выдвигая инициативу, принимали на себя ответственность за ее выполнение. Замыслы по реализации инициативы были проблемными и конструктивными.

II. *Продуктивный тип*. К нему относятся лица, которые, выдвигая проблемную инициативу для решения задачи, не видели себя исполнителями инициативы, однако ввиду увлеченности брали на себя ответственность.

III. *Рефлексивный тип*, представители которого обладали гиперответственностью, повышенным контролем, самокритичностью. Но эти качества ослабляли инициативу. В результате люди данного типа проявляли несамостоятельность, ища поддержки со стороны.

IV. *Исполнительский тип*, к которому относятся лица, принимающие на себя ответственность за решение задачи, но не проявляющие самостоятельность на стадии исполнения. Они при этом прибегают к помощи инструкций или подражания, гася свою инициативу.

V. *Функциональный тип* личности, который характеризуется тем, что люди не принимают на себя ответственность, однако ориентируясь на социально-психологическое окружение и воспользовавшись готовыми способами исполнения заданий, не проявляя самостоятельности, они активны при реализации готового решения, то есть обнаруживают продуктивность.

VI. *Созерцательный тип*, к которому относятся лица, выдвигающие сложные конструктивные инициативы, но не берущие на себя ответственность за их исполнение, не проявляющие самостоятельности. Лица данного типа отличаются стремлением заявить о себе. Проявление собственного «я» гасит возможность реализации выдвигаемых инициатив [63].

Таким образом, инициатива, ответственность и различные формы их связи выступают как разные способы моделирования пространства активности (проблемно- или личностно-конструктивные) с

преобладающим использованием внутренних или социально-психологических критериев, опор и т.д. наиболее высокий уровень активности проявляется при гармоническом и продуктивном сочетании инициативы и ответственности с сохранением автономии личности.

В.А. Петровский обосновал особый тип проявления активности субъекта – *надситуативную активность*, которая «характеризует тенденцию субъекта действовать над порогом внешней или внутренней ситуативной необходимости, выходить из рамки исходной ситуации...».

Определяя описанные случаи выхода из ситуации как явления надситуативной активности, В.А. Петровский выделяет два их уровня:

1) как явления «сверхситуативности», то есть избыточности действий субъекта по отношению к тем требованиям ситуации, которые определяют критерии эффективности его поведения и принимаются им за исходные;

2) надситуативная активность может выступать на уровне «контрситуативности». «Это случай, когда субъект действует вопреки побуждениям, ограничивающим возможности свободного развития его... Всякое контрситуативное действие сверхситуативно (избыточно), но, разумеется, не всякое действие, выполняемое над порогом ситуативной необходимости, является действием, направленным на преодоление ситуативных ограничений... Именно в случае контр-ситуативности говорится о факте выраженного несовпадения процессов реализации деятельности на заданном уровне и процессов развития деятельности, иначе говоря, о факте обособления момента активности в самостоятельный момент движения...» [34].

Главная особенность явлений надситуативной активности состоит в том, «что субъект, действуя в направлении реализации исходных требований ситуации, выходит за границы этих требований; моменты активности предстают при этом как бы обособленно в фактах «выхода» субъекта за рамки ситуации».

Итак, в настоящее время не существует единого подхода к дифференциации активности, как в определении ее сущности, так и в подходах к типологии. В ряде случаев по одним и тем же признакам выделяются формы, в других – типы, в третьих – виды или уровни активности. То есть отсутствует четкая иерархия подразделения и взаимосвязи форм, типов, видов, уровней активности, что приводит к подвижности, неустойчивости существующей классификации активности.

Вопросы для самопроверки

1. Что понимается под активностью с точки зрения психологии?
2. Ради чего становится активным человек? Каковы основные его потребности?
3. Какие этапы в становления деятельности выделял В.А. Петровский?
4. Укажите три основы активности, в русле которых идет ее изучение.
5. Какова проблема типологии активности?
6. Перечислите основные типологии активности (В.И. Секун), (М.С. Каган), (А.А. Грачев), (Б.Ф. Ломов).
7. Какие два вида активности, в зависимости от намерения субъекта, выделял Х. Хекхаузен?
8. Какова иерархия форм активности, приведенная Д.Н. Узнадзе?
9. Какие типы личности, отличающиеся по характеру проявления активности, выделяла К.А. Абульханова-Славская.
10. Какова суть явления надситуативной активности (В.А. Петровский)?

Литература:

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Леонтьев, А.н. Деятельность. сознание. Личность / А.н. Леонтьев. – М.: смысл, 2004. – 352 с.
3. Петровский, А.В. Основы теоретической психологии / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М.: ИнФРА-М, 1998. – 528 с.
4. Петровский, В.А. К психологии активности личности / В.А. Петровский // Вопросы психологии. – 1975. – № 3. – с. 26–38.
5. Рябоконь, Н.В. саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконь. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
6. Фурманов, И.А. социально-психологические проблемы поведения: курс лекций для студентов отделения психологии / И.А. Фурманов. – Минск: БГУ, 2002. – 91 с.
7. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учеб.-метод. пособие / В.Л. Хайкин. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.
8. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

Тема 1.3 Сферы и направления исследования активности.

Психическая активность. Когнитивная и интеллектуальная активность. Творческая активность. Поведенческая активность. Коммуникативная активность. Трудовая активность. Социальная активность.

В связи с тем, что активность присуща всему живому и является способом адаптации и условием воспроизводства его различных видов, то тема активности, весьма значима для многих наук о человеке, в том числе и для психологии. В предыдущей теме рассматривались различные подходы к типологии активности, практически в соответствии с типологиями вычленяются и направления исследования в психологии активности.

наиболее четко выделяются активности: психическая, когнитивная; умственная, интеллектуальная, творческая, познавательная, художественная, трудовая, поведенческая, которые, по мнению В.Д. Небылицына, «существенно зависят от уровня возбуждения, создаваемого в лобных структурах коры восходящими влияниями ретикулярной формации среднего мозга». В.Л. Хайкин в труде «Активность: характеристика и развитие» обобщил имеющуюся информацию по основным направлениям и сферам активности (табл. 1) [63].

Психическая активность. Одной из наиболее разработанных сфер является психическая активность.

В данных исследованиях выдвинут ряд важных позиций при сопоставлении психической активности со свойством активированности, то есть с индивидуальным уровнем активации, выделенным Э.А. Голубевой, что приобретает большое значение в познании активности в широкой ее представленности.

Активированность трактуется Э.А. Голубевой как «безусловно-рефлекторный баланс возбуждения и торможения, выражающийся в параметрах устойчивых характеристик разных людей по соотношению активирующих и инактивирующих влияний в их энцефалограммах». Характеристиками индивидуального уровня активации в работах Э.А. Голубевой и ее сотрудников служат ЭЭГ-показатели: альфакомплекс, гармоника и амплитуда вертекс-потенциала. Названные показатели рассматриваются как природные особенности отдельных людей, определяющие у них уровень активированности.

Раскрывая нейрофизиологические предпосылки активности, исследователи (как Э.А. Голубева, так и Н.С. Лейтес, А.И. Крупнов, Б.Р.

Кадыров и В.Д. Мозговой, И.М. Палей, В.М. Русалов и др.) показали сложное отношение между природными особенностями, обуславливающими уровень активации, и психической активностью [63].

Так, Б.Р. Кадыров в своем исследовании выявил U-образную зависимость между ними, объясняемую сознательной, выработанной установкой на новизну в группе низкоактивированных лиц, которая обеспечивает достижение ими уровня высокоактивированных лиц, имеющих реальную тягу к «разнообразию».

Эти выводы, раскрывающие, в частности, источники, пути реализации и повышения активности, приобретают важное значение, ибо в целом многочисленные исследования психической активности позволили представить ее структуру, выделить отдельные компоненты, характеристики, понять их взаимосвязь.

Когнитивная активность. Практически в любой ситуации жизнедеятельности человека проявляется когнитивная активность. Когнитивная активность имеет связь с важнейшими психологическими характеристиками человеческой активности. Эта активность предполагает получение когнитивного результата, переживаемого человеком как чувство удовлетворения от получения информации, как явление «инсайта» при решении проблемы, сопровождающегося положительными эмоциями, чувством удовлетворенности от самого процесса и его результата.

Умственная активность. Лисина М.И., как исследователь умственной активности, считает, что центральное ядро умственной активности, имеющей более ограниченный объем, чем активность вообще или активность психическая, составляют когнитивные функции и процессы.

Д.Б. Богоявленская и И.А. Петухова определяют умственную активность как «потребность в умственной деятельности», а Н.С. Лейтес дает расширенную формулировку, указывая, что «умственная активность... во многом выражает природно обусловленную потребность в умственных впечатлениях и умственных условиях». Причем простейшей формой умственной активности выступает, как установил Б.Р. Кадыров, стремление к разнообразию.

Н.С. Лейтес также пришел к выводу о сущности умственной активности как широкой любознательности, какими бы психологическими средствами она не реализовывалась: интеллектуальными, перцептивными или даже чисто сенсорными.

Таблица 1

Направленность исследования	Авторы	Характеристика сферы исследования
Психическая активность	<i>Э.А. Голубева, Б.Р. Кадыров, А.И. Крупное, Н.С. Лейтес, В.Д. Мозговой, В.Д. Небылицын, И.М. Палей, В.М. Русалов</i>	Сопоставляется в психофизиологических исследованиях с активированностью (индивидуальным уровнем активации). Важнейшим компонентом психической активности является ориентировочно-исследовательская деятельность.
Когнитивная активность	<i>К.В. Бардин, Л.Н. Ланда, А.М. Матюшкин, Н.А. Менчинская</i>	Особая роль связывается с получением когнитивного результата, переживаемого человеком как чувство удовлетворения от полученной информации.
Умственная активность	<i>Д.Б. Богоявленская, Е.И. Бойко, Б.Р. Кадыров, М.И. Лисина, И.А. Петухова</i>	Ее центральное ядро составляют когнитивные функции и процессы, в т.ч. стремление к разнообразию, любознательность.
Интеллектуальная активность	<i>А.С. Байрамов, Д.Б. Богоявленская, М.Р. Гинзбург</i>	Мыслительная деятельность, разворачивающаяся в своеобразных условиях, компонентами которой выступают как интеллектуальные, так и мотивационные факторы.
Творческая активность	<i>В.В. Давыдов, Г. Уоллес, А.М. Матюшкин, В.Н. Пушкин, Н.Н. Поддьяков, И.В. Страхов</i>	Способность субъекта к внутреннему, «спонтанному» целеполаганию.
Познавательная активность	<i>В.В. Давыдов, З.И. Калмыкова, А.Р. Лурия, М.И. Лисина</i>	Состояние готовности к позитивной деятельности, близкое к уровню потребности в ней, любознательность, любопытство.
Поведенческая активность	<i>Д.Н. Узнадзе, В.Б. Швырков</i>	Классифицируется в зависимости от вида потребности, подразделяясь на ряд уровней.
Личностная активность	<i>К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Асмолов, А.В. Брушлинский, Л.П. Буева</i>	Направленность на выполнение долга, достижение чувства удовлетворения, соответствие уровню притязаний.
Коммуникативная активность	<i>Г.М. Андреева, А.А. Бодаев, А.И. Донцов, Л.А. Карпенко, Я.Л. Коломинский, Б.Ф. Ломов</i>	Проявляется в ситуации общения, определяясь социальными функциями людей.

Трудовая активность	<i>Ф.Д. Горбов, Е.А. Климов, В.В. Чебышева</i>	Тесно взаимосвязана с интеллектуальными, мыслительными процессами.
Социальная активность	<i>Л.И. Анцыферова, А.В. Петровский, В.А. Петровский, Д.И. Фельдштейн, И.Ч. Христова</i>	Степень проявления сил, возможностей и способностей человека как члена социума.
Надситуативная активность	<i>В.А. Петровский</i>	Собственно активность субъекта, выходящего за рамки ситуации, ее ограничений.

Интеллектуальная активность. начиная с 60–70-х годов XX столетия, все тщательнее изучается еще более узкое понятие в ряду активность – психическая активность – умственная активность – понятие интеллектуальной активности, которая фактически выделяется в особое направление исследования. Это понятие обозначает только мыслительную (а не вообще когнитивную) деятельность, да еще разворачивающуюся в своеобразных условиях. Выдвижение и наиболее частое использование данного термина связано с работами Д.Б. Богоявленской.

«Интеллектуальная активность, – по ее мнению, – является интегральным свойством некоторой гипотетической системы, основными компонентами (подсистемы) которой выступают интеллектуальные (общие умственные способности) и неинтеллектуальные (прежде всего мотивационные) факторы умственной деятельности. При этом интеллектуальная активность не сводится ни к тем, ни к другим в отдельности».

По данным М.Р. Гинзбурга, «интеллектуальная активность является адекватной единицей, отражающей процесс взаимодействия познавательных и мотивационных характеристик творчества в их единстве».

Творческая активность. Понятие интеллектуальной активности теснейшим образом связано с явлением креативности, которая, по мысли Н.В. Пушкина, означает наиболее высокие формы этой активности. В данном русле изучается такая сфера, как творческая активность. Эта активность человека проявляется в процессе создания материальных и духовных ценностей, отличающихся новизной, оригинальностью, уникальностью. Психологической основой для проявления творческой активности являются способности, мотивы, умения человека. Для проявления творческой активности важную роль играет уровень развития воображения, интуиции, неосознаваемые компоненты умственной активности, потребности личности в самоактуализации. При первоначальном изучении творческой активности на основе самоотчетов

деятелей искусств и науки (методы интроспекции) особую роль в ней отводили инсайту, внезапному озарению, вдохновению, приходящему на смену умственной активности.

Г. Уоллес рассмотрел четыре фазы творческого процесса:

- подготовку;
- созревание идеи;
- озарение;
- проверку [63].

Центральным звеном процесса считалось озарение – интуитивное схватывание искомого результата, что послужило доводом в пользу решающей роли подсознательных и иррациональных факторов в творческой деятельности. Однако экспериментальные исследования показали, что бессознательное и сознательное, интуитивное и рассудочное в процессе творчества дополняют друг друга.

В исследованиях творческой активности последних лет особую роль придают воображению, гибкости ума, дивергентному мышлению, а также внутренней мотивации, увлеченности. В США наиболее эффективным методом стимуляции творческой активности считают метод «мозговой атаки» («брейн-шторминг») и синектику. При использовании мозговой атаки исходят из того, что контрольные механизмы сознания, служащие адаптации к внешней среде, препятствуют выявлению творческих возможностей ума. Нейтрализации этих барьеров добиваются разделением процессов генерирования идей и их критической оценки. Синектика предполагает актуализацию интуитивных и эмоциональных компонентов умственной деятельности в условиях группового творчества.

Исследованиями Н.Н. Поддьякова, Н.П. Калошиной, Н.И. Лапина, В.В. Сазонова показана важная роль нормативных знаний в стимулировании творческой активности как детей-дошкольников, школьников, так и взрослых людей. Например, развитие творческих способностей в учебном процессе осуществляется при решении учебных задач (А.М. Матюшкин, В.В. Давыдов).

Познавательная активность. Особую сферу активности составляет активность познавательная. По утверждению М.И. Лисиной, познавательная активность занимает «структурное место, близкое к уровню потребности. Это состояние готовности к познавательной деятельности, то состояние, которое предшествует деятельности и порождает ее». «Познавательная активность, – по ее мнению, – это потребность, уже отягощенная материей движения и слов, предвкушений и воспоминания». Включая в себя признаки интереса, внимания, готовности к действию, познавательная активность близка к понятиям

любопытности, или любопытства, распространенных в англоязычной психологической литературе, где подчеркивается потребность в новой информации, готовность к ее переработке, инициативный и целеустремленный поиск.

Поведенческая активность. Значительное место в психологии отводится изучению поведенческой активности. Здесь особый интерес представляют работы Д.Н. Узнадзе и его учеников в рамках теории установки. Согласно данной теории, в зависимости от потребности предметной и социальной среды создается определенная установка, в соответствии с которой осуществляются три типа поведения. Под влиянием потребности и окружающей ситуации в данный момент времени может возникнуть *импульсивное поведение*. Узнадзе выделяет также *принудительное поведение*, вызванное принуждением со стороны других людей, социальной среды и направленное на удовлетворение потребностей групп, общества, других людей. Поведение такого типа протекает на сознательном уровне вследствие признания субъектом норм общественного поведения. Установка на реализацию такого поведения может формироваться мотивацией безопасности или потребностью признания, причастности к обществу (группе).

Если поведение формируется при активном участии самой личности и человек принимает решение действовать в определенном направлении, то у него возникает установка на *волевое поведение*. Это поведение связано с удовлетворением личностно значимых потребностей, соответствующих ценностным ориентациям индивида и социальным требованиям, с осознанием возможных результатов поведения. Волевому поведению предшествует и сопутствует интенсивная внутренняя активность.

Личностная активность. В качестве особой сферы выступает личностная активность. При ее изучении особое внимание уделяется формам, уровням проявления, зависимости от условий и характера осуществления деятельности, в которой она реализуется. Установлено, в частности, что личностная активность характеризуется направленностью на достижение конечного результата, который должен привести к чувству удовлетворения от достижения намеченного, к чувству выполнения долга и утверждению себя в осуществляемой деятельности. Реализация личностной активности зависит от степени эффективной организации ситуаций, обеспечивающих возможности их соответствия уровню притязаний, потенциальным возможностям личности и внешним требованиям к результату.

Коммуникативная активность. Предметом устойчивого внимания выступает коммуникативная активность. Коммуникативная активность человека в окружающем его многомерном пространстве изучается на

разном уровне и в разных формах ее проявления. Особый интерес она вызывает в связи с развитием информационных систем, включая Интернет, вытягивающих человека в новые формы связей, ситуации диалога.

Значительный опыт накоплен в этой сфере в плане изучения общения людей. Результатом общения как особой формы активности, по выражению Б.Ф. Ломова, является «не преобразованный предмет (материальный или идеальный), а отношения с другим человеком, с другими людьми». Эта форма активности и ее динамика определяются социальными функциями людей, их положением в системе общественных и производственных отношений, ролью в той или иной общности людей, сложившимися в обществе писаными и неписаными правилами, нравственными, правовыми нормами и т.д.

Коммуникативная активность, непосредственная или косвенная (опосредованная), прежде всего через письменность и другие средства массовой коммуникации создает человеку условия для его социального, культурного, физического функционирования. Благодаря коммуникации человек осваивает опыт прошлого, существует в реальном социально-культурном пространстве настоящего, планирует будущее.

Коммуникативная активность проявляется в «субъект-субъектных» отношениях в виде содействия-противодействия, согласия-противоречия, сопереживания и т.п. Раскрытие механизмов, связей, смыслового содержания, структуры индивидуальных значений общения, взаимодействия становится важной задачей психологического исследования коммуникативной активности личности.

Так, Б.Ф. Ломов выделяет три класса функций общения:

- информационно-коммуникативную – охватывает процессы передачи и приема информации и связана с психологическим механизмом, определяющим активность субъектов, участвующих в этих процессах;

- регуляционно-коммуникативную – проявляется во взаимной регуляции и коррекции поведения субъектов, участвующих в общении. В процессах общения индивид может воздействовать на мотив, цель, программу принятия решения, на выполнение отдельных действий, определяющих активность партнера. Регуляционно-коммуникативная функция общения приводит к активности субъекта, возникающей на основе подражания, внушения, убеждения;

- аффективно-коммуникативная функция общения – относится к эмоциональной сфере человека. В процессе общения людей изменяется их эмоциональное состояние, которое существенно влияет на уровень и направленность их активности [63].

Трудовая активность. специальному анализу подвергается трудовая активность. наиболее действенная в преобразовании окружающей среды

трудовая активность приводит не только к изменениям в окружающей среде, но и вызывает изменения в самом субъекте. Она не может происходить без участия интеллектуальных, мыслительных процессов планирования и контроля, разрешения проблемной ситуации. В производстве, в любой операции, которую может выполнять автомат, машина, механизм, где не требуется непосредственное участие человека, опосредованно все равно проявляется активность творца тех автоматов, машин, механизмов.

Трудовая активность представляет собой необходимое состояние и определяющую характеристику любой профессиональной деятельности (являющейся в свою очередь характеристикой и состоянием трудовой), деятельности социально значимой, обеспечивающей основания воспроизводства жизнедеятельности человека, изменения, самоизменения его самого. Поэтому здесь возникает ряд специфических проблем, решение которых предполагает дифференцированный подход к профессиональной деятельности как особой трудовой и одновременно при выделении общих характеристик трудовой активности в ее психологических измерениях.

Социальная активность. Важнейшую сферу и особый уровень активности человека составляет *социальная активность*. Разные авторы по-разному трактуют понятие социальной активности, порой противопоставляя, а порой смешивая его с понятием общественной активности (*Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Д.Н. Узнадзе, а также Г.М. Андреева, Л.И. Анцыферова, Д.М. Архангельский, В.Г. Афанасьев, М.С. Каган, К.К. Платонов, А.В. Петровский, Э.Г. Юдинидр*). При различиях в определении этих понятий, до сих пор не установилось единого подхода к понятиям «социальная» и «общественная» активность. Одни отождествляют эти понятия. Так, В.Г. Мордкович синонимично понятию «общественная активность» употребляет понятие «социальная активность». Н.А. Степанова, например, рассматривает понятие «социальная активность» как родовое по отношению к понятию «общественная активность». В то же время А.С. Капто, наоборот, употребляет понятие «общественная» активность как родовое по отношению к понятию «социальная» активность.

А.В. Брушлинский совершенно справедливо указывает на необходимость «различать обычно отождествляемые два понятия (и термина):

- 1) социальное и 2) общественное.

Всегда связанное с природным социальное – это всеобщая, исходная и наиболее абстрактная характеристика субъекта и его психики в их *общечеловеческих* качествах. Общественное же – это не синоним социального, а более конкретная – *типологическая* – характеристика

бесконечно различных частных проявлений всеобщей социальности: национальных, культурных и т.д.».

Но, несмотря на отсутствие единства в определении понятия «социальная активность», оно является предметом повышенного внимания исследователей.

Социальная активность человека рассматривается как «степень проявления его сил, возможностей и способностей как члена коллектива, члена общества» (*А.С. Канто*). Ряд авторов (*И.Ч. Христова, Е.Г. Комаров, Т.В. Тищенко*) определяют социальную активность как «объективно детермированное субъективное отношение и социально-психологическую готовность личности к деятельности, которая проявляется в соответствующих актах поведения и представляет собой целенаправленную творческую социальную деятельность, преобразующую объективную действительность и саму личность». Однако данное определение в известной степени тавтологично: под социальной активностью понимается готовность к деятельности, которая «представляет целенаправленную творческую социальную деятельность». Вместе с тем выделение готовности и отношения личности к выполнению социально значимой деятельности, безусловно, является важным для характеристики социальной активности, хотя и не определяет ее в полной мере.

Как психологическое качество личности понимают социальную активность *Л.Н. Жилина* и *Н.Т. Фролова*. «Неравнодушие ко всему, что происходит вокруг, заинтересованность событиями не только рядом, в производственном коллективе, но и поселке, городе, деревне, в стране, во всем мире, неравнодушие, сказывающееся во всем поведении личности – в ее труде, опыте, в общественной работе и в отношениях с друзьями, – это и есть социальная активность» (*Л.Н. Жилина, Н.Т. Фролова*). Когда говорят об активности личности, то имеют в виду «меру участия в общественно-трудовой жизни», – утверждает *А.Г. Ковалев* [63].

Наиболее развернутым и реализующим главный смысл социальной активности представляется определение ее *В.З. Коганом* – «социальная активность – это сознательная и целенаправленная деятельность личности и ее целостно-социально-психологическое качество, которые, будучи диалектически взаимообусловлены, определяют и характеризуют степень или меру персонального воздействия субъекта на предмет, процессы и явления окружающей действительности. Деятельность выступает как способ существования социального субъекта и является реальным проявлением его социальной активности».

Надситуативная активность. Особую сферу активности составляет надситуативная активность, специально вычлененная и обоснованная *В.А.*

Петровским. По его мнению, «в актах выхода субъекта за рамки ситуации через преодоление обусловленных ею ограничений, иначе говоря, в явлениях надситуативной активности, с отчетливостью выступает момент движения деятельности, то есть то, что мы обозначаем как собственно активность субъекта».

Особенности надситуативной активности изучались В.А. Петровским в явлениях «бескорыстного» риска, альтруистического поведения, «сверхнормативности» в коллективной деятельности и пр.[34].

Итак, рассмотрение сфер, направлений исследования активности свидетельствует об огромном объеме накопленных в этом плане знаний. Фиксируется сложное пространство познания данного феномена. Несмотря на то, что, как уже отмечалось, отсутствует четкое определение понятия человеческой активности, дифференцированного от активности всего живого, именно эти многочисленные выделяемые направления, отражающие разные ее аспекты и раскрывающие функциональные особенности, соотносящиеся с активностью человеческой, обеспечивают формирование ее понятийного содержания, что является необходимым условием выработки научного понятия.

Вопросы для самопроверки

1. Как трактует активированность Э.А. Голубева?
2. Перечислите сферы и направления исследования активности.
3. Укажите авторов, занимающихся исследованиями в сфере психической активности.
4. Как определяет умственную активность Н.С. Лейтес?
5. Какие четыре фазы проходит творческий процесс (Г. Уоллес)?
6. Раскройте сущность понятия когнитивная активность.
7. Какие три класса функций выделяет Б.Ф. Ломов в общении?
8. Укажите авторов, занимающихся исследованиями в сфере социальной активности.
9. Какова суть исследований в сфере коммуникативной активности?

10. Назовите исследователя, изучавшего надситуативную активность.

Литература:

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Леонтьев, А.н. Деятельность. сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: смысл, 2004. – 352 с.
3. Петровский, А.В. Основы теоретической психологии / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М.: ИнФРА-М, 1998. – 528 с.
4. Петровский, В.А. К психологии активности личности / В.А. Петровский // Вопросы психологии. – 1975. – № 3. – с. 26-38.
5. Рябоконт, Н.В. саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
6. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун // Адукацыя і выхаванне. 1996. – 280 с.
7. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учеб.-метод. пособие / В.Л. Хайкин. – М.: МПсИ, 2000. – 448 с.
8. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

Тема 1.4 Психологические механизмы активности.

Характеристика психологических механизмов активности. Виды психологических механизмов. Адаптационный механизм. Механизм спонтанной активности. Механизмы регуляции деятельности: локус контроля, идентификация, динамическое равновесие. Факторы, определяющие активность личности.

Общая характеристика психологических механизмов

В изучении проблемы активности как особого явления важное место занимает раскрытие механизмов ее осуществления. В современной психологической литературе не существует единого подхода к определению сущности психологического механизма. Однако чаще всего психологический механизм определяется как «субъективное описание», или отражение на субъективном уровне тех объективных процессов, которые обеспечивают взаимодействие человека с окружающей средой. При этом психологический механизм является не простой констатацией данных процессов, а скорее раскрывает их содержательные и функциональные характеристики. Психологический механизм в основе своей выполняет регулятивную функцию в управлении различными

энергетическими уровнями взаимодействия человека с окружающей средой.

В.Г. Агеев, говоря о сущности понятия «психологический механизм», замечал: «Идея механизма, то есть некоторого более элементарного уровня анализа, к которому не сводима специфика более высокого уровня, но который способен выполнить здесь функцию средства, всегда была заманчива для психологического исследования. Шла ли речь о наследственных, инстинктивных механизмах человеческого поведения или же о психофизиологических механизмах сенсорных процессов, сама возможность объяснить нечто сложное, неуловимое, ускользающее через нечто более простое, понятное, позволяющее себя зафиксировать, классифицировать, «квантифицировать» и т.д., естественно, казалась в высшей степени привлекательной и разумной. Можно приводить бесчисленное множество примеров подобного объяснения сложного через простое. Простое при этом чаще всего обозначалось термином «механизм», а сложное – тем содержательным феноменом, которое получает объяснение, когда понятно действие механизма, лежащего в его основе» [63].

Наиболее простые формы действия психологических механизмов связаны со *спонтанной активностью*. Представление о механизме спонтанной активности основывается на явлении, которое присуще всем живым системам, являясь существенным их свойством, глубинной потребностью организма. ее необходимо возбуждать и вызывать какими-либо стимулами. Она всегда есть в нем, как и в любом другом живом организме. Жизнь есть активность. Следовательно, важно обеспечить лишь поиск необходимых условий для проявления уже существующей активности. «При таком понимании природы активности, – пишет Г.С. Сухобская, – мотивация выступает как проблема регуляции активности, а не создания ее. Основными параметрами активности выступает:

- сила;
- интенсивность;
- «канализация» – направленность в определенные сферы действительности» [63].

Известно, что проблема спонтанной активности обсуждалась многими физиологами и психологами. В частности, Н.И. Гращенков, Л.П. Латаш, И.М. Фейгенберг, совершенствуя представление о структуре рефлекторной деятельности, об аппарате предвосхищения – акцепторе действия, санкционирующей афферентации, о рефлекторном кольце и обратной связи, информирующей мозг о результатах действия и т.д. (П.К. Анохин), выделили так называемые «спонтанные» ритмические процессы, играющие важнейшую роль в саморегуляции деятельности центральной

нервной системы.

И.М. Сеченов в своей книге «Рефлексы головного мозга» (1863) показал, что все акты сознательного и бессознательного в жизни по способу своего происхождения суть рефлексы. Он выделил в рефлексах три звена:

1. начальное звено – внешнее раздражение и превращение его органами чувств в процесс нервного возбуждения, передаваемого в мозг.

2. среднее звено – центральные процессы в мозгу (процессы возбуждения и торможения) и возникновение на этой основе психических состояний (ощущений, мыслей, чувств и т.д.).

3. Конечное звено – внешнее движение [63].

По мнению Сеченова, рефлексы головного мозга начинаются чувственным возбуждением, продолжаются определенным психическим актом и кончаются мышечным движением, поскольку среднее звено не может быть обособлено от первого и третьего, а также поскольку все психические явления – неотъемлемая часть всего рефлекторного процесса, имеющего причину в воздействиях внешнего для мозга реального мира.

Это была первая и довольно успешная попытка создания рефлекторной теории психики. Однако честь глубокой экспериментальной разработки рефлекторной теории психики принадлежит И.П. Павлову, создавшему новую область науки – учение о высшей нервной деятельности. И.П. Павлов разделил рефлексы на безусловные и условные. Безусловные рефлексы есть реакции на строго определенные раздражители из внешней среды. Условные рефлексы есть реакции на первоначально безразличный раздражитель, который становится безразличным вследствие его неоднократного сочетания с безусловным раздражителем. Условные рефлексы осуществляются высшими отделами мозга и основываются на образующихся между нервными структурами временных связях [70].

Н.А. Бернштейн, разрабатывая проблему физиологии активности, главным звеном ее признавал модель потребного будущего. Н.А. Бернштейн утверждал, что движения и действия человека не «реактивны», – они активны, целенаправленны и меняются в зависимости от замысла. Принцип активности противопоставляется в его теории принципу реактивности, согласно которому тот или иной акт, движение, действие определяются внешним стимулом, осуществляются по модели условного рефлекса и преодолевают понимание процесса жизнедеятельности как процесса непрерывного приспособления к среде. главное содержание процесса жизни организма – это не приспособление к среде, а реализация внутренних программ. В ходе такой реализации организм неизбежно преобразует среду.

А.Р. Лурия, изучая психическую деятельность человека, выделил три основных функциональных блока мозга, участие которых необходимо для осуществления любого вида психической деятельности:

I – активации и тонуса. Анатомически он представлен ретикулярной формацией, которая регулирует уровень активности коры от бодрствующего состояния до утомления и сна. Полноценная деятельность предполагает активное состояние человека, лишь в условиях оптимального бодрствования человек может успешно воспринимать информацию, планировать свое поведение и осуществлять намеченные программы действий.

II – приема, переработки и хранения информации. Он включает в себя задние отделы больших полушарий. В затылочные зоны поступает информация от зрительного анализатора. Височные отделы отвечают за переработку слуховой информации. теменные отделы коры связаны с общей чувствительностью, осязанием. Блок имеет иерархическое строение и состоит из корковых полей трех типов: первичные принимают и перерабатывают импульсы от периферийных отделов, во вторичных происходит аналитическая переработка информации, в третичных осуществляется аналитико-синтетическая обработка информации, поступающей от разных анализаторов, – этот уровень обеспечивает наиболее сложные формы психической деятельности.

III – программирования, регуляции и контроля. Блок расположен преимущественно в лобных долях мозга. Здесь ставятся цели, формируются программы собственной активности, осуществляется контроль за их протеканием и успешностью выполнения [63].

Совместная работа всех трех функциональных блоков мозга составляет необходимое условие осуществления любой психической деятельности человека.

П.К. Анохиным была создана теория функциональных систем, явившаяся одной из первых моделей подлинной психологически ориентированной физиологии. Согласно положениям этой теории физиологическую основу психической деятельности составляют особые формы организации нервных процессов. Они складываются при включении: отдельных нейронов и рефлексов в целостные функциональные системы, которые обеспечивают целостные поведенческие акты. Исследования ученого показали, что поведение индивида определяется не отдельным сигналом, а афферентным синтезом всей доходящей до него в данный момент информации. Афферентные синтезы запускают в ход сложные виды поведения.

В.Г. Леонтьев рассматривал в качестве психологического механизма – *механизм мотивации*. Данный механизм представляет собой систему

«психических явлений, предназначенных для преобразования и формирования активности, выраженной одним или несколькими мотивами, в требуемую активность, выраженную другими мотивами». В.Г. Леонтьев рассматривает мотивационный механизм как систему психофизиологических, психических и социальных предпосылок мотивации как направленного побуждения человеческой активности. Эти механизмы мотивации неоднородны, разноуровневые. на базе одних возникают мотивационные состояния, которые затем выражаются в тех или иных формах мотивации: мотиве, потребности, впечатлении и пр., на базе других происходит становление, формирование мотивации как конкретного реального побуждения активности, на базе третьих происходит реализация мотивации в виде преобразования внутренней и внешней среды человека. Механизмы мотивации имеют разную степень обобщенности и конкретизации. Одни из них способны обеспечивать активность поведения только в одной какой-либо конкретной ситуации. Они обладают высокой избирательностью. Всякие изменения ситуации прекращают действия механизма. Другие, более обобщенные, способны обеспечивать активность поведения в различных условиях и ситуациях. третьи имеют статус всеобщего механизма. Его действие просматривается практически во всех случаях поведения и деятельности человека. Такие механизмы В.Г. Леонтьев называет исходными, генерализованными.

Анализ большого экспериментального материала позволил В.Г. Леонтьеву выявить несколько типов психологических механизмов мотивации, которые проявляются в различных конкретных условиях. Эти механизмы отличаются разной степенью обобщенности и специфичностью действия. К ним относятся *механизм спонтанной активности, механизм динамического равновесия, адаптационный механизм.*

Раскрывая характеристику мотивационных механизмов, которые рассматриваются им как «система психических явлений», неоднозначных по своему действию, но осуществляющих регулярную и формирующую функции (что находит отражение в определении), В.Г. Леонтьев не только выделяет разные виды, уровни, формы, типы представленности этих механизмов, но, по существу, вычленяет внутри них разные подтипы [27].

К числу особо значимых, ответственных за активность человека, относятся *механизмы регуляции деятельности.*

О.А. Конопкин на основе принципа единства сознания и деятельности выделяет ряд таких механизмов. К ним относятся звенья психологической структуры саморегулирования: принятая субъектом цель, субъективная модель значимых условий деятельности, программа исполнительных действий, критерии успеха, информации о результате, решение о коррекциях (рис. 4).



Рисунок 4 – механизмы регуляции деятельности

Все эти механизмы относятся к уровню сознательного регулирования как высшему уровню саморегуляции.

Результаты исследования О.А. Конопкина раскрывают психологические механизмы саморегуляции, опосредующие зависимость различных форм сенсомоторной деятельности от таких существенных характеристик внешней среды, как физические качества сигналов, временная неопределенность значимых, временные характеристики потока сигнальных стимулов, вероятностные характеристики отдельных событий и структурные особенности сигнальной последовательности. В этом же направлении ведут разработку механизмов регуляции В.В. Карпов, В.И. Степанский, Г.З. Бедный.

Особым проявлением механизма регуляции выступает *волевое усилие*. А.Ф. Лазурский определял волевое усилие как особый психофизиологический процесс, связанный с реакцией личности на ситуацию вне и внутри нее.

В.И. Селиванов определял волевое усилие как механизм создания побуждения или преодоления препятствий.

Н.Н. Ланге пытался найти физиологические механизмы волевых действий, выделяя в волевом акте четыре части:

- 1) чувство, потребность, стремление;
- 2) предсказание о цели;
- 3) представление о движении;
- 4) само движение [63].

В.А. Иванников, исследуя психологические механизмы волевой регуляции действия, выделяет реальный механизм, реальное образование, которое обеспечивает побуждение к действию – *смысл действия*. Он формируется в совместной деятельности людей и определяется не только мотивами каждого человека, но и социальной связью действий разных людей. Изменение смысла действий В.А. Иванников определяет как психологический механизм волевой регуляции. Изменение смысла действия приводит к изменению поведения. Причем изменения смысла действия можно достичь разными путями – через переоценку значимости мотива или предмета потребности, через предвидение и переживание последствий действий или отказа от его осуществления, через изменение роли, позиций человека. Помимо изменения смысла действий через изменение реальной ситуации, этой цели можно достичь и через

привлечение целей и мотивов из воображаемой ситуации, которая может быть задана другими людьми или исходить от самого человека. на значение воображения в структуре волевой регуляции указывали Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, Д.Н. Узнадзе и др.

Важными в контексте изучения активности представляются психологические механизмы, обеспечивающие своего рода «продвижение» в деятельности. В этом плане интересны механизмы, связанные с формированием и реализацией фиксированной установки, действие которой в свою очередь связано с положениями вероятностного прогнозирования (*И.М. Фейгенберг*). Основное положение здесь заключается в том, что субъект, опираясь на вероятностно организованный прошлый опыт поведения в подобных ситуациях, выдвигает гипотезы о наступлении будущих событий с приписыванием каждой из гипотез определенные вероятности. В соответствии с таким прогнозом осуществляется преднастройка – подготовка к определенным способам действия, приводящая с наибольшей вероятностью к достижению некоторой цели. И.М. Фейгенберг под *вероятностным прогнозированием* понимает «способность сопоставлять поступающую через анализаторы информацию о наличной ситуации с хранящейся в памяти информацией о соответствующем прошлом опыте и на основании этого сопоставления строить предположения о предстоящих событиях, приписывая каждому из этих предположений ту или иную степень достоверности. В любой деятельности человек предвидит наиболее вероятные возможности дальнейшего развития событий, включая наиболее вероятные результаты собственных действий. таким образом, без вероятностного прогнозирования была бы невозможна какая бы то ни было деятельность человека». При этом в вероятностном прогнозировании исследователем выделяются два уровня:

1. Вероятностное прогнозирование дальнейшего хода событий, развивающихся независимо от действий прогнозирующего субъекта, но важных для него. Это события, от которых субъект зависит в каком-либо отношении, но повлиять на ход которых не может. Если такой прогноз хорош, т.е. хорошо опирается на прошлый опыт, он обеспечивает трезвый взгляд на жизнь.

2. Вероятностное прогнозирование хода таких событий, на течение которых влияют действия субъекта (или его бездействие). При разных его действиях различна вероятность того, что удастся получить важный для субъекта желаемый результат (или приблизиться к его достижению). Отсюда – планирование, выбор действий. Вся система еще больше усложняется, если на ход событий могут влиять не только действия субъекта, но и действия других людей, имеющих свои цели (часто –

отличные от целей субъекта). Эти люди формируют свои прогнозы (в том числе прогнозы действий субъекта), строят свои планы. Их предстоящие действия также должны учитываться прогнозом субъекта. Подобный прогноз обеспечивает активную жизненную позицию, выбор таких действий, которые делают человека полезным тому, ради чего он живет, полезным тому делу и тем людям, которые для него значимы, существенны. Человеку, осознавшему, для чего он живет, такой прогноз помогает ответить на вопрос «как жить?». А это практически главные вопросы, определяющие существование каждого индивидуума. Ответ на эти вопросы помогает сделать выбор: либо жить так, чтобы выжить, либо чтобы жить так, как человек считает достойным [63].

Процесс вероятностного прогнозирования выступает важным условием формирования механизма готовности к действию, деятельности, сам являясь, по сути, особого рода психологическим механизмом.

В связи с проблемами активности особое значение в современной сложной ситуации в обществе с его высокой динамичностью приобретает выявление и изучение психомеханизмов, обеспечивающих не только повышение активности, но и новый уровень развития личности, в том числе ее «переформирование».

В числе основных механизмов, которые способствуют переформированию личности, в психологической литературе выделяются:

- обратная связь, или конфронтация личности со своим «я»; информация о себе в восприятиях других;
- понимание и принятие других;
- открытое выражение своих чувств, осознание потребности в коммуникации и степень удовлетворенности ею [63].

Смысл действия этих механизмов заключается в использовании внутренних психологических ресурсов личности. А условием «запуска» их действия выступают механизмы эмоциональной самоподдержки и направленное самовоздействие на нейтрализацию негативного «я». Низкий уровень самооценки, эмоционально негативное отношение к себе препятствуют восприятию новой информации, оптимальной работе с собственным «я», обостряя действие защитных механизмов. По этой причине внешняя эмоциональная поддержка может оказывать стабилизирующее воздействие на самооценку, изменяя тем самым отношение не только к себе, но и к системе подходов к решению проблем. Направленное самовоздействие, которое осуществляется в процессе внутриличностного общения с собственным «я», является достаточно эффективным психологическим механизмом. В процессе такого общения выявляются проблемы, осуществляется их анализ, подготавливаются решения и происходит переформирование личности. Практически все

разновидности рефреминга реализуются на базе данного механизма. В результате его действия повышается уровень активности личности, углубляется самоопределение.

Вышерассмотренные психологические механизмы, определяющие характеристики поведения, развития, переформирования личности – лишь небольшая часть, опосредующая активность человека, реализующего себя в многоплановой деятельности.

Психологические механизмы защиты

Особая ситуация повышения активности возникает в условиях внутриличностного конфликта и в сложных ситуациях обострения межличностных отношений. Здесь проявляют свое действие соответствующие психологические механизмы. Среди них вычленяется механизм психологической защиты. Последний, в сущности, создает интрапсихический механизм переформирования личности как мало-осознаваемое столкновение противоречивых потребностей, мотивов и отношений.

Термин «психологические защитные механизмы» был впервые введен З. Фрейдом в 1894 году в работе «Защитные нейропсихозы» и был использован в ряде его последующих работ для описания борьбы «я» против болезненных или невыносимых мыслей и аффектов. В работе З. Фрейда были выделены следующие психологические механизмы защиты: вытеснение, подавление, регрессия, проекция, интроекция, рационализация, компенсация, реактивные образования, отрицание реальности (рис. 5) [60].

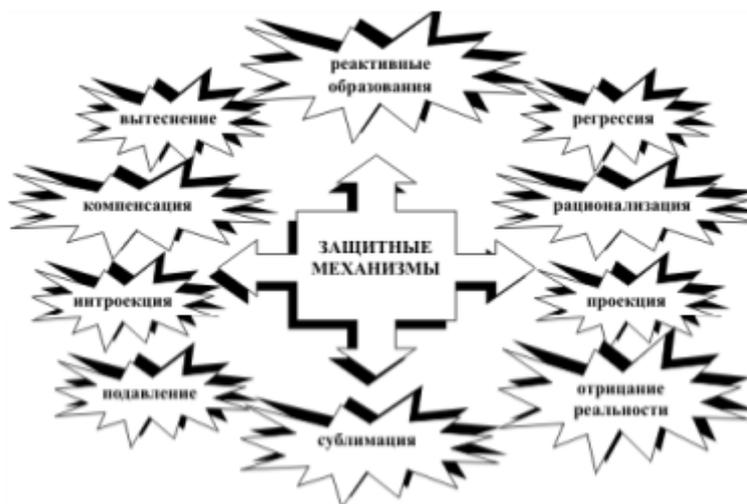


Рисунок 5 – защитные механизмы личности

- **Вытеснение.** Это процесс произвольного устранения в

бессознательное неприемлемых мыслей, побуждений или чувств. Когда действие этого механизма для уменьшения тревожности оказывается недостаточным, подключаются другие защитные механизмы, позволяющие вытесненному материалу осознаваться в искаженном виде. Наиболее широко известны две комбинации защитных механизмов:

- вытеснение + смещение. Эта комбинация способствует возникновению фобических реакций. Например, навязчивый страх матери, что маленькая дочка заболеет тяжелой болезнью, представляет собой защиту против враждебности к ребенку, сочетающую механизмы вытеснения и смещения;

- вытеснение + конверсия (соматическая символизация). Эта комбинация образует основу истерических реакций.

- **Подавление.** суть механизма – исключение из сознания смысла травмирующего события и связанных с ним эмоций. Подавление развивается для сдерживания эмоции страха, проявления которой неприемлемы для положительного самовосприятия, а также грозят попаданием в прямую зависимость от агрессора. Происходит как бы сокрытие от себя факта этого негативного опыта. Страх блокируется посредством забывания реального стимула, вызвавшего страх, а также всех объектов, фактов и обстоятельств, ассоциативно связанных с ним.

- **Регрессия.** Возвращение в проблемной ситуации к ранним или более незрелым (детским) формам удовлетворения потребностей и поведения. Регрессия может быть частичной, полной или символической. Большинство эмоциональных проблем имеют регрессивные черты. Регрессия развивается для сдерживания чувства неуверенности в себе и страха неудачи, связанных с проявлением инициативы, и, соответственно, чувства вины за неудачу («я – малое дитя, и вы обязаны мне помочь»). Решение проблем посредством запроса о помощи. В класс «регрессии» входит также механизм «двигательная активность», предполагающий уменьшение беспокойства, вызванного запретным побуждением, путем разрешения его косвенного выражения и через произвольные движения без развития чувства вины. Регрессивное поведение, как правило, поощряется взрослыми, имеющими потребность в симбиотических эмоциональных отношениях.

- **Проекция.** Это механизм отнесения к другому лицу или объекту мыслей, чувств, мотивов и желаний, которые на сознательном уровне индивид у себя отвергает. Механизм развивается для сдерживания чувства неприятия себя и окружающих как результата эмоционального отвержения с их стороны. Проекция призвана справиться со страхом самонеприятия в ответ на отвергающее поведение других. Проекция предполагает приписывание окружающим различных негативных качеств как

рациональную основу для их неприятия и самоприятия на этом фоне («если плохой человек меня отвергает, значит я хороший» или «мнение плохого для меня не значимо»). Нечеткие формы проекции проявляются в повседневной жизни. Многие из нас совершенно не критичны к своим недостаткам и с легкостью замечают их только у других. Мы склонны винить окружающих в собственных бедах. Проекция бывает и вредоносной, потому что приводит к ошибочной интерпретации реальности. Этот механизм часто срабатывает у незрелых и ранимых личностей.

- **Интроекция.** Это символическая интернализация (включение в себя) человека или объекта. Действие механизма противоположно проекции. Интроекция выполняет очень важную роль в раннем развитии личности, поскольку на ее основе усваиваются родительские ценности и идеалы. Механизм актуализируется во время траура, при потере близкого человека. С помощью интроекции устраняются различия между объектами любви и собственной личностью. Порой вместо озлобленности или агрессии по отношению к другим людям уничижительные побуждения превращаются в самокритику, самообесценивание, потому что произошла интроекция обвиняемого. Такое часто встречается при депрессии.

- **Рационализация.** Это защитный механизм, нахождение правдоподобных причин, оправдывающих мысли, чувства, побуждения, поведение, которые на самом деле неприемлемы. Рационализация – самый распространенный механизм психологической защиты, потому что наше поведение определяется множеством факторов, и когда мы объясняем его наиболее приемлемыми для себя мотивами, то рационализируем. Рационализация помогает сохранять самоуважение, избежать ответственности и вины.

- **Компенсация.** Это бессознательная попытка преодоления реальных или воображаемых недостатков. Этот механизм развивается при формировании основных структур психики как самый поздний механизм защиты. Используется, как правило, сознательно и предназначен для сдерживания эмоции печали, горя по поводу утраты или страха утраты. Реализуется через настойчивую работу над собой, самосовершенствование, через стремление к достижению значительных результатов в избранных для этого видах деятельности. Компенсаторное поведение универсально, поскольку достижение статуса является важной потребностью почти всех людей. Компенсация может быть социально приемлемой (слепой становится знаменитым музыкантом) и неприемлемой (компенсация низкого роста – стремлением к власти и агрессивностью; компенсация инвалидности – грубостью и конфликтностью). Еще выделяют прямую компенсацию (стремление к успеху в заведомо проигрышной области) и

косвенную компенсацию (стремление утвердить себя в другой сфере).

- **Реактивные образования.** Этот защитный механизм подменяет неприемлемые для осознания побуждения, желания и чувства (особенно сексуальные и агрессивные) путем развития и акцентирования противоположного по смыслу отношения или поведения. Развитие этого механизма защиты связывают с усвоением человеком «высших социальных (моральных) ценностей». Реактивное образование развивается для сдерживания эмоции радости обладания определенным ценным объектом (например, собственным телом) и возможностями использования его (в частности, для секса и агрессии). Этот механизм предполагает реализацию в поведении прямо противоположной установки (в частности, подчеркнутая строгость нравов, вплоть до ханжества, нарочитая скромность, подчеркнутая забота и милосердие и т.п.). Защита носит двухступенчатый характер. Сначала вытесняется неприемлемое желание, а затем усиливается его антитеза. Например, преувеличенная опека может маскировать чувство отвержения, преувеличенное слащавое и вежливое поведение может скрывать враждебность и т.п.

- **Отрицание реальности.** Это механизм отвержения мыслей, чувств, желаний, потребностей или реальности, болезненных в случае их осознания. Отрицание развивается с целью сдерживания эмоции притяжения окружающих, если они демонстрируют безразличие или отвержение. Поведение таково, словно проблемы не существует. Примитивный механизм отрицания в большей мере характерен для детей (если спрятать голову под одеялом, то реальность перестанет существовать). Взрослые часто используют отрицание в случаях кризисных ситуаций (неизлечимая болезнь, приближение смерти, потеря близкого человека и т.п.). Беззащитное восприятие факта отвержения значимыми другими подвергает серьезному испытанию ощущение своей ценности (первоначально для других, затем и для себя, может привести к самонеприятию). Отрицание подразумевает инфантильную подмену притяжения окружающими вниманием с их стороны.

- **Сублимация (замещение).** Это механизм направления эмоций от одного объекта к более приемлемой замене. Например, смещение агрессивных чувств к работодателю на членов семьи или другие объекты. смещение проявляется при фобических реакциях, когда тревожность от скрытого в бессознательном конфликта переносится на внешний объект. В случае возникновения конфликта с более сильным, старшим или значимым субъектом высвобождение своих эмоций агрессии, гнева на него становится опасным, поскольку это может привести к ответной агрессии или отвержению. Для сдерживания упомянутых эмоций гнева и агрессивности развивается специальный механизм защиты, который

позволяет высвободить скрытые эмоции и направить их на предметы, животных или людей, воспринимаемых как менее опасные, чем те, которые действительно вызвали агрессивные эмоции. Человек снимает напряжение, обращая агрессию на более безопасный объект или на себя самого, происходит смещение ответственности по типу «вот, кто во всем виноват» [60].

Локус контроля. Механизмы идентификации и динамического равновесия. Адаптационный механизм

В сложной системе психологических механизмов, определяющих жизнедеятельность человека, выделяются и другие их типы, формы, виды. Так, в социальной психологии, например, вычлняются такие психологические механизмы социального восприятия, как идентификации, эмпатии, децентрализации, социально-психологической рефлексии, каузальной атрибуции и многие другие (Г.М. Андреева, Т.П. Гаврилова, В.В. Сталин, П.Г. Белкин, Е.Н. Емельянов, М.А. Иванов, И.С. Кон и др.) [63].

Психологические механизмы имеют разную функциональную нагрузку, разную сферу своего действия, но все они лежат в основе многообразных видов, форм активности человека. И поэтому выявление характера, принципов, условий их действия исключительно важно в познании человеческой активности.

Локус контроля. Одними из важных психологических механизмов активности личности являются следующие – *локус контроля, идентификация и динамическое равновесие.*

Появление понятия «*локус контроля*» в психологической литературе связано с работой Дж. Роттера (1954), который предложил различать между собой людей в соответствии с тем, как они локализуют контроль над значимыми для себя сообщениями. Локус контроля называют также локализацией контроля волевого усилия.

Существуют два крайних типа такой локализации, или локуса контроля: интернальный и экстернальный.

Интернальный тип – человек считает, что происходящие с ним события прежде всего зависят от его личностных качеств, таких, как компетентность, целеустремленность, уровень способностей, и являются закономерным результатом собственной активности.

Экстернальный тип – человек убежден, что его успехи или неудачи являются результатом таких *внешних сил*, как везение, случайность, давление окружения, другие люди и т. п.

Любой индивид, как считает Дж. Роттер, занимает определенную

позицию на континууме, задаваемом этими полярными типами локуса контроля.

Локус контроля рассматривается Роттером и его последователями как особый, фундаментальный тип обобщенных ожиданий, как «степень понимания человеком причинных взаимосвязей между собственным поведением и достижением желаемого». По мнению Роттера, интернальность и экстернальность локуса контроля выступают устойчивыми свойствами личности, сформированными в процессе ее социализации.

Экспериментальные данные констатируют, что интерналы проявляют большую социальную активность, они, в отличие от экстерналов, более последовательны в своем поведении. Интерналы проявляют большую когнитивную активность. Они более продуктивны в ситуациях принятия решения и ситуациях, связанных с риском, проявляют большую готовность отсрочить сиюминутное, легкодоступное удовольствие ради достижения отдаленного, но более ценного блага.

Экстернальным людям чаще свойственны подозрительность, тревожность, депрессивность, агрессивность, конформность, догматизм, авторитарность, беспринципность, цинизм, склонность к обману.

Интересна также фрустрационная теория с. Розенцвейга, согласно которой, в частности, люди различаются по типу поведения. В обычных житейских ситуациях они склонны реагировать на трудности по-разному:

- Интрапунитивная реакция – человек постоянно обвиняет себя;
- Экстрапунитивная реакция – приписывают ответственность внешним обстоятельствам, окружающим;
- Импунитивная реакция – придерживаются примирительной позиции, не обвиняя ни себя, ни других.

Итак, понятие локуса контроля позволяет проследить значимые моменты проявления активности в поведении, отношениях, ориентации в деятельности людей.

Идентификация. Еще одним важным психологическим механизмом является *идентификация*. Идентификация (от позднелат. *identifico* – отождествляю), признание тождественности, отождествление объектов, опознание. Благодаря механизму идентификации происходит присвоение чувств, отношений, мотивов, присущих тем людям, которых личность принимает за образец, пример для подражания. Причем человек может отождествлять себя не только с другим человеком, но и с идеалами, образцами, общественными ценностями (Л.В. Попова, В.С. Мухина, В.Ф. Петренко и др.).

На основе механизма идентификации происходит «перевоплощение» одного человека в другого – носителя привлекательных черт, свойств,

направленности деятельности, интересов, мотивов, иными словами, носителя определенных индивидуальных и социальных ценностей.

Механизм идентификации проявляется в различных формах. Это может быть уподобление в виде подражания (Б.Ф. Поршнев), отождествления себя с другими, погружения в мир личностных смыслов другого, в потенциальной способности реализовать мотивы другого человека и т.д. Развитие индивида при этом происходит через специфическое подражательное усвоение значимых личностных смыслов.

Составляющей механизма идентификации выступает личностная идентичность. традиционно появление термина «идентичность» в психологии связано с именем Э. Эриксона, который определял идентичность как внутреннюю непрерывность и тождественность личности, выделив некоторые элементы идентичности на уровне индивидуального опыта:

- чувство идентичности, личного тождества и исторической непрерывной личности;

- сознательное чувство личностной идентичности основано на двух одновременных наблюдениях – восприятии себя как тождественного и сознание непрерывности своего существования во времени и пространстве, с одной стороны, и восприятии того факта, что другие признают мое тождество и непрерывность, – с другой;

- переживание чувства идентичности с возрастом и по мере развития личности усиливается: человек ощущает возрастающую непрерывность между всем тем, что он пережил, и будущим; между тем, кем он хочет быть, и тем, как воспринимает ожидания других по отношению к себе [63.]

А. Ватерман в своем исследовании обращает внимание на ценностно-волевой аспект развития идентичности. Он считает, что идентичность связана с наличием у человека четкого самоопределения, включающего выбор целей, ценностей и убеждений, которым человек следует в жизни. Цели, ценности и убеждения А. Ватерман называет элементами идентичности, выделяя четыре сферы жизни, наиболее значимые для формирования идентичности:

- 1) выбор профессии и профессионального пути;
- 2) принятие и переоценка религиозных и моральных убеждений;
- 3) выработка политических взглядов;
- 4) принятие набора социальных ролей, включая половые роли и ожидания в отношении супружества и родительства.

В психологии выделяются следующие статусы идентичности: *Достигнутая идентичность*. Этим статусом обладает человек, прошедший период кризиса и самоисследований и сформировавший

определенную совокупность личностно значимых для него целей, ценностей и убеждений. Такой человек знает, кто он и чего хочет, и соответственно структурирует свою жизнь. Таким людям свойственны чувство доверия, стабильности, оптимизм в отношении будущего. *Мораторий*. Этот термин вслед за Э. Эриксоном использовал Дж. Марсиа по отношению к человеку, находящемуся в состоянии кризиса идентичности и активно пытающемуся разрешить его, пробуя различные варианты. Такой человек постоянно находится в состоянии поиска информации, полезной для разрешения кризиса (чтение литературы о различных возможностях, беседы с друзьями, родителями, реальное экспериментирование со стилями жизни).

Преждевременная идентичность. Этот статус приписывается человеку, который никогда не переживал состояние кризиса идентичности, но тем не менее обладает выбором целей, ценностей, убеждений. У людей с преждевременной идентичностью элементы формируются относительно рано не в результате самостоятельного поиска и выбора, а в основном вследствие идентификации с родителями и другими значимыми людьми *Диффузная идентичность*. Такое состояние идентичности характерно для людей, которые не имеют прочных целей, ценностей и убеждений и которые не пытаются активно формировать их. При отсутствии ясного чувства идентичности люди переживают ряд негативных состояний, включая пессимизм, апатию, тоску, ненаправленную злобу, отчуждение, тревогу, чувства беспомощности и безнадежности [63].

Развитие идентичности нелинейно, оно проходит через так называемые кризисы идентичности. Для выхода из кризиса индивид должен приложить определенные усилия, с тем, чтобы найти и принять новые ценности, виды деятельности.

Своеобразно подходит к проблеме идентичности Р. Фогельсон. В его модели «борьбы идентичностей» выделяются четыре ее вида:

- 1) реальная идентичность – самоотчет индивида о себе, его самописание «я сегодня»;
- 2) идеальная идентичность – позитивная идентичность, к которой индивид стремится, каким ему хотелось бы себя видеть;
- 3) негативная, «вызывающая страх» идентичность, которой индивид стремится избегать, каким он не хотел бы себя видеть;
- 4) предъявляемая идентичность – набор образов, которые индивид транслирует другим людям с тем, чтобы повлиять на оценку ими своей идентичности.

Человек старается приблизить реальную идентичность к идеальной и максимизировать дистанцию между реальной и негативной идентичностью. Это достигается путем манипулирования предъявляемой

идентичностью в социальном взаимодействии.

В отечественной психологии выделяются следующие тенденции интерпретации феномена идентичности:

- Идентичность имеет структурное строение. Основными параметрами ее измерения являются содержательный и оценочный, находящиеся во взаимодействии и взаимосвязи. Идентичность существует в плане субъективного времени.

- Возможно выделение двух аспектов идентичности – личностного и социального. Онтогенетическая личностная идентичность является вторичной по отношению к социальной, формируясь на основе использования выработанных в процессе социальной категоризации понятий.

- Идентичность – динамическая структура, она развивается на протяжении всей жизни человека, причем это развитие не линейно, а неравномерно проходит через преодоление кризисов идентичности, может идти как в прогрессивном, так и регрессивном направлении.

- Возможно выделение различных типов идентичности. Классификации основываются на таких параметрах, как наличие или отсутствие кризиса идентичности, сила и наличие решений, принятых относительно себя и своей жизни, открытость новому выбору. Способность к изменению идентичности связана с использованием защитных стратегий.

- На поведенческом уровне возможно рассмотрение идентичности как процесса решения значимых проблем, причем каждое принятое решение по поводу себя и своей жизни (самоопределение) будет вносить вклад в формирование структуры идентичности в качестве ее элемента.

- Идентичность является социальной по происхождению, так как она формируется в результате взаимодействия индивида с другими людьми и усвоения им выработанного в процессе социального взаимодействия языка. Изменение идентичности также обусловлено изменениями в социальном окружении индивида [63].

Вышеотмеченные тенденции лишь отражают многочисленные и разнообразные исследования идентичности, значение которой в познании личности, ее характеристик во все большей степени осознается в связи с расширением и углублением проблематики личностного развития, ее самоопределения, социализации и индивидуализации.

Механизм динамического равновесия. Базовым механизмом развития активности выступает *механизм динамического равновесия*, который связывается, как уже отмечалось, с причинно-следственными характеристиками динамических процессов и устойчивости психической деятельности.

В.Г. Леонтьев, разрабатывая механизмы мотивации, обратил внимание на наличие некоего исходного генерализованного механизма, являющегося важным звеном всех других мотивационных механизмов. Это механизм динамического равновесия [27].

Проведенные специальные наблюдения и анализ процессов организма показали, что неуравновешенность в какой-либо системе всегда возникает вслед за достижением равновесия в другой, связанной с ней системой. При этом равновесие есть истинная причина активности в различных системах. Нарушение равновесия формирует стремление к его восстановлению и порождает соответствующие следствия, что и является, в конечном счете, источником побуждения, энергетическим элементом активности. В этом и проявляется механизм динамического равновесия. так, например, люди, достигнув высокого уровня профессионального мастерства, когда в труде почти все познано и нет особой внешней стимуляции, начинают вносить в этот процесс элементы творчества или игры. Согласно этим позициям, люди пытаются так преобразовать процесс деятельности, чтобы она становилась более эмоционально привлекательной, что способствует повышению уровня активности.

Английские психологи М. Аптер и К. Смит исследовательским путем установили связь между уровнем активности субъекта и его гедонистическим тонусом (рис.6). Согласно их выводам, действуют две альтернативные системы, управляющие активностью человека. Одна такая система способствует избеганию активности – при ее действии субъект испытывает наиболее приятное состояние, когда активность минимальна, а наименее приятное – при максимальной величине. Вторая такая система направлена, напротив, на поиск активности. Когда она «действует», то наиболее приятное состояние возникает при максимальной активности (радостном или «боевом» возбуждении; а наименее приятное – при минимальной активности (расслаблении) [6].

Закономерность действий той и другой системы представлена на рисунке, где пунктиром изображена кривая, которая, по мнению авторов, иллюстрирует результат совместного действия двух указанных систем.

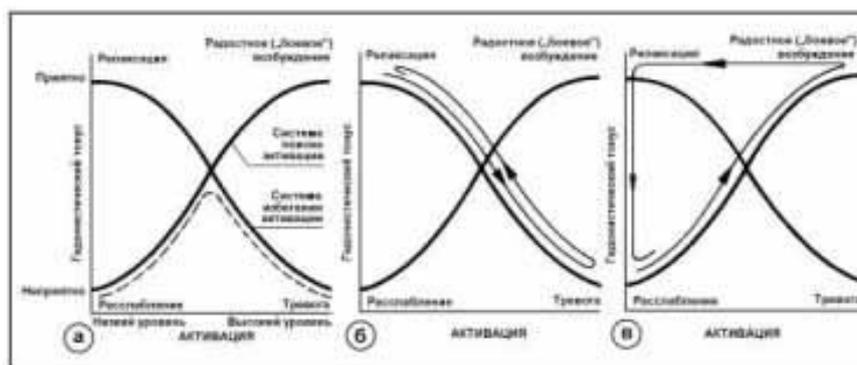


Рисунок 6 – Изменение гедонического тонуса в зависимости от активации

Свои идеи М. Аптер и К. Смит сформулировали в *теории реверса активности*, согласно которой по ходу выполнения профессиональной деятельности возможны переключения организма с одной системы регуляции на другую, с соответствующей сменой гедонистического тонуса субъекта.

Так, когда деятельность человека направлена на результат, его эмоциональное состояние может быть обусловлено:

- 1) тревогами по поводу трудностей задач;
- 2) приятной релаксацией после их успешного разрешения. Здесь действует система избегания активности. Осознанию трудности задачи и возникновению по этому поводу тревоги, с сопутствующей ей высокой активностью, соответствует движение по кривой избегания активности вправо вниз. А успешному разрешению этой задачи – обратное движение по этой кривой со сменой тревожного (неприятного) состояния на приятное состояние релаксации.

Субъект, преднамеренно создавая трудности и опасности в деятельности и вызывая связанное с ними состояние «боевого» возбуждения, как бы перемещается по кривой «поиска» активности вправо-вверх. После же успешного разрешения «опасной» задачи у него возникает приятное состояние релаксации, что означает реверс активности – переход с кривой поиска активности на кривую ее избегания. Далее у субъекта появится снова желание проверить себя на «опасной» задаче. Это означает реверс активности с переходом от системы избегания активности к системе ее поиска. И далее описанный выше цикл изменения активности и гедонистического тонуса будет снова повторяться.

По мнению М. Аптера, человеческая психика обладает «внутренней непоследовательностью и внутренней самопротиворечивостью, что может проявляться в один момент в желании какого-либо события, при этом человек переживает радостное возбуждение, в другой момент – в избегании этого же события. Следовательно, существует внутренняя взаимообратимость, переключаемость процессов (инверсия), которая определяет изменения и сложность поведения человека». Так, применительно к мотивации могут переключаться «система избегания» активности и «система поиска» активности. На любом уровне активности может переключаться и гедонистический тон, то есть радостное возбуждение и релаксация на тревожность и расслабленность. Отсюда принцип переключения процессов и состояний человека является основой теории реверсивности. Исследователь подчеркивает тот факт, что в психике существуют альтернативные системы и что реверсия возникает

из единства противоположностей в этих системах [6].

Данная теория свидетельствует о взаимопереходах уравновешенности и неуравновешенности в связанных системах и о том, что эти переходы выступают в числе основных психологических условий действия психологических механизмов активности.

Адаптационный механизм. Человеческий организм является саморегулирующейся системой, зависящей от окружающей среды. В связи с постоянно меняющимися условиями среды в результате продолжительной эволюции у человека выработались механизмы, позволяющие приспособиться к данным изменениям. Эти механизмы называют адаптационными. Адаптация – это динамический процесс, благодаря которому подвижные системы живых организмов, несмотря на изменчивость условий, поддерживают устойчивость, необходимую для существования, развития и продолжения рода.

Благодаря процессу адаптации достигается сохранение гомеостаза при взаимодействии организма с внешним миром. В этой связи процессы адаптации включают в себя не только оптимизацию функционирования организма, но и поддержание сбалансированности в системе «организм – среда». Процесс адаптации реализуется всякий раз, когда в системе «организм – среда» возникают значимые изменения, которые обеспечивают формирование нового гомеостатического состояния, что позволяет достигать максимальной эффективности физиологических функций и поведенческих реакций. Поскольку организм и среда находятся не в статическом, а в динамическом равновесии, их соотношения меняются постоянно, а следовательно, также постоянно должен осуществляться процесс адаптации.

У человека решающую роль в процессе поддержания адекватных отношений в системе «индивидуум – среда», в ходе которого могут изменяться все параметры системы, играет *психическая адаптация*. Ф.Б. Березин сформулировал следующее определение психической адаптации: «Психическую адаптацию можно определить как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности, который позволяет индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовать связанные с ними значимые цели (при сохранении физического и психического здоровья), обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды».

Психическая адаптация является сплошным процессом, который включает в себя следующие аспекты:

- оптимизацию постоянного воздействия индивидуума с окружением;

- установление адекватного соответствия между психическими и физиологическими характеристиками.

Ф.Б. Березин выделил три аспекта психической адаптации:

- 1) собственно психический;
- 2) социально-психологический;
- 3) психофизиологический [8].

Социально-психологический аспект адаптации обеспечивает адекватное построение микросоциального взаимодействия, в том числе – профессионального, достижение социально значимых целей. Он является связующим звеном между адаптацией индивидуума и популяции, способен выступать в качестве уровня регулирования адаптационного напряжения.

Психофизиологическая адаптация – это совокупность различных физиологических (связанных с приспособлением) реакций организма. Данный вид адаптации нельзя рассматривать отдельно от психического и личностного компонентов.

Все уровни адаптации одновременно в различной степени участвуют в процессе регулирования, которое определяется двояко (по Г. Айзенку):

- как состояние, в котором сталкиваются потребности индивида, с одной стороны, и требования среды, с другой;
- как процесс, посредством которого достигается состояние баланса.

В процессе адаптации активно изменяется как личность, так и среда, в результате чего между ними устанавливаются отношения адаптированности.

- Аллопластическая адаптация – осуществляется изменениями внешнего мира под существующие потребности личности.
- Аутопластическая адаптация – осуществляется изменениями структуры личности под условия среды.

Различают общую и ситуативную адаптацию, общая адаптация (и адаптированность) является результатом последовательного ряда ситуативных адаптаций.

Социальную адаптацию можно описать как отсутствие переживания конфликта со средой. Социально-психологическая адаптация – это процесс преодоления проблемных ситуаций личностью, в ходе которого она использует приобретенные на предыдущих этапах своего развития навыки социализации, что позволяет ей взаимодействовать с группой без внутренних или внешних конфликтов, продуктивно выполнять ведущую деятельность, оправдывать ролевые ожидания, и при всем этом, самоутверждаясь, удовлетворять свои основные потребности.

С активизацией и использованием адаптивных механизмов изменяется и психическое состояние личности. По завершении адаптационного процесса оно имеет качественные отличия от состояния

психики до адаптации.

Первой составляющей в структуре личности, обеспечивающей адаптивность, являются инстинкты. Инстинктивное поведение индивида можно охарактеризовать как поведение с опорой на естественные потребности организма. Но существуют потребности, адаптивные в данной социальной среде, и потребности, приводящие к дезадаптации. Адаптивность или дезадаптивность потребности зависят от личностных ценностей и объекта-цели, куда они направлены.

Дезадаптивность личности выражается в неспособности ее адаптации к собственным потребностям и притязаниям. Дезадаптированная личность не в состоянии отвечать требованиям, предъявляемым социумом, выполнять свою социальную роль. Признаком возникающей дезадаптации становится переживание личностью длительных внутренних и внешних конфликтов. Причем, пусковой механизм для адаптивного процесса – не наличие конфликтов, а факт того, что ситуация приобретает значение проблемной.

Для понимания особенностей адаптивного процесса следует знать тот уровень дезадаптированности, отталкиваясь от которого личность начинает свою адаптивную активность.

Адаптивная активность осуществляется двумя видами:

- адаптацией путем преобразования и устранения проблемной ситуации;
- адаптацией с сохранением ситуации – приспособлением.

Адаптивное поведение характеризуется:

- успешным принятием решений,
- проявлением инициативы и ясным представлением своего будущего.

Основными признаками эффективной адаптации являются:

- в сфере социальной активности – приобретение индивидом знаний, умений и навыков, компетентности и мастерства;
- в сфере личностных отношений – установление интимных, эмоционально насыщенных связей с желаемым человеком [63].

Адаптационный потенциал личности – это копинг-поведения, совокупность копинг-ресурсов и способность вырабатывать копинг-стратегии.

Е.К. Завьялова, обобщив основные положения по проблеме адаптации, высказанные в трудах В.С. Аршавского и В.В. Ротенберга, В.И. Медведева и Г.М. Зараковского, Л.А. Китаева-Смык, Ф.Б. Березина, В.Н. Крутько, Е.Ю. Коржовой пришла к заключению, что:

- адаптация является целостным, системным процессом, характеризующим взаимодействие человека с природной и социальной

средой;

- механизмом, определяющим уровень развития процесса адаптации, является диалектическое противоречие между интересами различных уровней иерархии: индивида и вида, особи и популяции, человека и общества, этноса и человечества, биологическими и социальными потребностями личности;

- системообразующим фактором, регулирующим и организующим процесс адаптации, является цель, связанная с ведущей потребностью;

- особенности процесса адаптации определяются психологическими свойствами человека, в том числе уровнем его личностного развития, характеризующегося совершенством механизмов личностной регуляции поведения и деятельности;

- критериями адаптированности можно считать не только выживаемость человека и нахождение места в социально-профессиональной структуре, но и общий уровень здоровья, способность развиваться в соответствии со своим потенциалом жизнедеятельности, субъективное чувство самоуважения;

- процесс адаптации человека в новых условиях существования имеет временную динамику, этапы которой связаны с определенными психологическими изменениями, проявляющимися как на уровне состояния, так и на уровне личностных свойств [18].

Вопросы для самопроверки

1. Дайте определение понятия «психологический механизм активности».

2. Перечислите основные психологические механизмы активности.

3. И.М. Сеченов выделял три звена рефлекса, какие?

4. Три функциональных блока мозга, выделяемые А.Р. Лурией.

5. О.А. Конопкин выделил ряд механизмов регуляции деятельности.

Перечислите их.

6. Какие четыре части волевого акта выделил Н.Н. Ланге?

7. назовите уровни вероятностного прогнозирования?

8. В чем суть механизма спонтанной активности?

9. Каковы механизмы психологической защиты у З.Фрейда?

10. Кто автор теории локализации субъективного контроля?

11. Назовите типы локуса контроля.

12. Розенцвейг выделял следующие типы реакций на трудности...

13. Идентичность – это...

14. Виды идентичности, выделяемые Р.Фогельсоном.

15. В чем суть адаптационного психологического механизма?

16. Перечислите виды адаптации.
17. В чем выражается дезадаптированность личности?

Литература:

1. Аптер, М. Дж. Теория реверсивной человеческой активности / М. Дж. Аптер // Вопросы психологии. – 1987. – № 1. – с. 162–169.
2. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л, 1988. – 270 с.
3. Завьялова, Е.К. Психологические механизмы социальной адаптации человека / Е.К. Завьялова // Вестник Балтийской педагогической академии. – СПб, 2001.
4. Леонтьев, В.г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования / В.Г. Леонтьев. – Новосибирск, 2002.
5. Перре, М. Клиническая психология / М. Перре, У. Бауман. – СПб.: Питер, 2007. – 1312 с.
6. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учеб.-метод. пособие / В.Л. Хайкин. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с
7. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

2. ПРОЯВЛЕНИЕ АКТИВНОСТИ В РАЗЛИЧНЫХ СФЕРАХ ЖИЗНИ ЛИЧНОСТИ

Тема 2.1 Деятельность как форма активности личности.

Понятие деятельности. Виды деятельности. Действия как акт деятельности. Параметры личностной детерминации действия. Различия в поведении в зависимости от типа проблемных ситуаций.

Одной из главнейших особенностей человека является способность его к деятельности. Деятельность является динамической системой взаимодействия субъекта с миром. Деятельность – это активность человека, направленная на достижение сознательно поставленных целей, связанных с удовлетворением его потребностей и интересов, на выполнение требований к нему со стороны окружения.

С самого раннего возраста индивид проявляет активность в различных сферах его жизнедеятельности. Под жизнедеятельностью понимается все многообразие занятий человека. Пока человек живет, он постоянно действует, что-то делает, чем-то занят – трудится, учится,

занимается спортом, играет, общается с людьми, читает и т.д. Словом, он проявляет активность – внешнюю (движения, операции, мышечные усилия) или внутреннюю (психическая активность, которая наблюдается даже у неподвижного человека, когда он размышляет, читает, припоминает и т.д.).

Деятельность – специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования. В процессе деятельности человек развивается, формирует свое отношение к окружающей действительности. Неотъемлемой характеристикой деятельности является её осознанность.

Животным доступна лишь жизнедеятельность, проявляющаяся как биологическое приспособление организма к требованиям окружающей среды. Для человека же характерно сознательное выделение себя из природы, познание ее закономерностей и осознанное воздействие на нее. Человек как личность ставит перед собой цели, сознает мотивы, побуждающие его к активности.

В деятельности с позиции ее структуры принято выделять движения и действия.

В структуре деятельности выделяются:

- мотивы – побуждающие субъекта к деятельности;
- цели – как прогнозируемые результаты этой деятельности;
- операции – с помощью которых деятельность выполняется.

Использование категории деятельности – отличительная черта отечественной психологии. Для отечественной психологии характерны следующие утверждения:

1) положение о единстве психики и деятельности, противопоставляющее отечественную психологию как различным вариантам психологии сознания, изучавшим психику вне поведения (психология интроспективная; гештальтпсихология), так и разным натуралистическим течениям поведенческой психологии, исследующим поведение вне психики (бихевиоризм; необихевиоризм). Принцип единства сознания и деятельности обобщает ряд теоретических положений. Содержанием сознания становятся, прежде всего те объекты или стороны познаваемой деятельности, которые включены в деятельность. Таким образом, содержание и структура сознания оказываются связанными с деятельностью. Активность, как важнейшая характеристика психического отражения личности, закладывается и реализуется в предметной деятельности и затем становится психическим качеством человека. Формируясь в деятельности, сознание в ней и проявляется;

2) введение принципов развития и историзма, воплощение которых в конкретных исследованиях обязательно предполагает обращение к деятельности как движущей силе развития отражения психического [48].

Согласно А.Н. Леонтьеву, деятельность есть форма активности. Активность побуждается потребностью, то есть состоянием нужды в определенных условиях нормального функционирования индивида. Потребность не переживается как таковая – она представляется

Как переживание дискомфорта, неудовлетворенности, напряжения и проявляется в активности поисковой. В ходе поисков происходит встреча потребности с ее предметом – фиксация на предмете, который может ее удовлетворить. С момента «встречи» активность становится направленной, потребность опредмечивается – как потребность в чем-то конкретном, а не «вообще», – и становится мотивом, который может и осознаваться. Именно с этого момента можно говорить о деятельности. Итак, деятельность есть совокупность действий, вызываемых мотивом [27].

Основными характеристиками деятельности являются: предметность и субъектность.

Специфика предметной определенности деятельности в том, что объекты внешнего мира не воздействуют на субъекта непосредственно, но лишь будучи преобразованы в ходе деятельности, благодаря чему достигается большая адекватность их отражения в сознании. Филогенетические предпосылки предметности проявляются в деятельности животных как ее обусловленность свойствами объектов – раздражителями ключевыми, служащими удовлетворению биологических потребностей, а не любыми воздействиями внешнего мира. В развитой форме предметность свойственна лишь человеческой деятельности. Она проявляется в социальной обусловленности деятельности человека, в ее связи со значениями, фиксированными в схемах действия, в понятиях языка, в ценностях, в социальных ролях и нормах.

Субъективность деятельности выражается в таких аспектах активности субъекта, как обусловленность психического образа прошлым опытом, потребностями, установками, эмоциями, целями и мотивами, определяющими направленность и избирательность деятельности; и в смысле личностном – «значении для себя», придаваемом мотивами различным событиям, действиям и деяниям.

Анализ деятельности проводится в следующих аспектах:

- генетический – исходной формой любой человеческой деятельности является социальная деятельность, Механизмом развития психики выступает здесь интериоризация – переход внешней по форме деятельности во внутреннюю;

- структурно-функциональный – в основе данного рассмотрения

строения деятельности лежит принцип анализа «по единицам»: разложение реальности на «единицы», содержащие в себе основные свойства, присущие ей как целому. Иерархические взаимосвязи между единицами деятельности подвижны, и в зависимости от места отражаемого объекта в структуре деятельности изменяется и содержание психического отражения и его уровень (осознаваемый или неосознаваемый), а также вид регуляции деятельности (произвольный или непроизвольный);

- динамический аспект – здесь при рассмотрении деятельности изучаются механизмы, обеспечивающие движение самой деятельности;

- надситуативная активность, определяющая саморазвитие деятельности и появление ее новых форм;

- установка, обуславливающая устойчивость целенаправленной деятельности при изменениях реальности [63].

Деятельность, в рамках динамического подхода, производится на базе психофизиологических механизмов, изученных в русле физиологии активности (концепция уровней построения движений), теории функциональных систем (акцептор результатов действия) и представлений о системной организации высших психических функций.

Виды деятельности

Классифицировать все виды деятельности не представляется возможным, однако можно выделить основные, свойственные всем людям виды. Они соответствуют общим потребностям и обнаруживаются практически у всех без исключения людей. Различают три генетически сменяющих друг друга и сосуществующих на протяжении всей жизни вида деятельности:

- игра;

- учение;

- труд.

В рамках деятельного подхода авторами определяется понятие «ведущей деятельности» – как деятельности, в которой происходит возникновение и формирование основных психологических новообразований человека на той или иной ступени его развития и закладываются основы для перехода к новой ведущей деятельности.

Для каждого возраста существует своя ведущая деятельность, которая в основном и определяет динамику развития в данном жизненном периоде (рис. 9).



Рождаясь, ребенок сразу включается в игровую деятельность, затем, подрастая, включается в учебную, а становясь взрослым приступает к трудовой деятельности.

Данные виды деятельности различаются по конечным результатам (продукту деятельности), по организации, по особенностям мотивации.

Игра организуется свободно, нерегламентированно. Очень трудно регламентировать содержание игры, включенность в нее ребенка, прекращение игры. Ребенок обычно сам переходит от одной игры к другой.

Учение же и труд протекают в обязательных для человека организационных формах. В точно установленное время начинается работа и в течение ее в соответствии с планом и заданной продуктивностью изготавливаются продукты труда. В учении наблюдается та же самая картина. Занятия начинаются в соответствии с расписанием, и на протяжении всего урока учащийся занимается именно этим предметом.

Различные формы организации видов деятельности связаны и с различной их мотивацией. Мотивом игры является удовольствие, которое ребенок испытывает от самого процесса игры.

Основным же мотивом учения и труда является чувство долга, чувство ответственности. Эти высшие чувства являются не менее сильным стимулом деятельности, чем интерес. Однако и в учении, и в труде следует вызвать у человека интерес к самому процессу деятельности или к ее результатам.

Разнообразные виды деятельности дополняют друг друга, взаимосуществуют, взаимопроникают.

Игра. Игра – это вид непродуктивной деятельности, где мотив лежит не в результате её, а в самом процессе. Игра сопровождает человечество на протяжении всей его истории. Играть дети начинают с момента рождения. С возрастом игры усложняются. Для детей игры имеют преимущественно развивающее значение. У взрослых игра не является ведущей деятельностью, а служит средством общения и разрядки.

Существует несколько типов игр: индивидуальные, групповые, предметные, сюжетные, ролевые и игры с правилами (рис. 10).

Индивидуальные игры – род деятельности, когда игрой занят один человек.

Групповые игры – в деятельность включены несколько индивидов.

Предметные игры – связаны с включением в игровую деятельность каких-либо предметов.

Сюжетные игры – игровая деятельность по определенному сценарию.

Ролевые игры – поведение человека, ограниченное определенной ролью, которую берет на себя в игре человек.

Игры с правилами – игровая деятельность, регулируемая определенной системой правил поведения их участников.

Данные типы игр могут смешиваться: предметно-ролевые, сюжетно-ролевые, сюжетные с правилами.

Сначала у ребенка игровая деятельность является предметной. Однако необходимость освоения системы человеческих взаимоотношений и стремление к участию в них приводят взрослеющего ребенка к использованию игр с возрастающим психическим содержанием. Дети начинают играть в ролевые и сюжетно-ролевые игры, которые требуют от них значительно больших знаний о воображаемых объектах, вовлекаемых в игру, и вызывают более глубокие переживания. В этом развивающая сила данного вида игр.



Рисунок 10 – Типы игр

С возрастом на смену играм приходят более серьезные занятия и труд. Однако и здесь игра не исчезает полностью.

Учение. Учение – это деятельность, целью которой является приобретение человеком знаний, умений и навыков. Учение может быть как организованным в специальных учреждениях, так и неорганизованным

и осуществляться спонтанно, совместно с другими видами деятельности.

В обучении есть две стороны: деятельность учителя и деятельность ученика (учение). В школе ребенок не только перенимает совокупность знаний, умений и навыков, но, что не менее важно, он учится жить, понимать жизнь во всей ее сложности и принимать в ней участие.

Движущей силой учения является противоречие между тем, что ребенок знает, и тем, что он хочет или должен узнать. Так, например, в младенческом возрасте манипуляции с предметами и игрушками позволяют ребенку научиться использовать их в соответствии с назначением. Большинство действий ребенок усваивает по образцу. В одном случае ребенок видит, как действуют взрослые, и сам воспроизводит их действия. В другом – взрослые специально показывают приемы действия и помогают освоить их. Обычно самостоятельного освоения детьми образцов значительно больше, чем тех, которые они осваивают по инициативе и с помощью взрослых. Здесь наблюдается тесная связь между игрой и учением, постоянный переход игры и учения друг в друга, включение элементов одной деятельности в другую.

Учение как познание мира и игра с самых первых дней жизни ребенка неразрывно связаны.

Труд. Труд занимает особое место в системе человеческой жизнедеятельности. Труд – это деятельность, направленная на преобразование материальных и нематериальных объектов и приспособление их для удовлетворения потребностей человека.

Игра и учение это лишь подготовка к труду и произошли из труда, так как именно труд является решающим условием формирования личности, ее способностей, умственных, нравственных качеств, ее сознания. В труде развиваются те личные качества человека, которые в его процессе непременно и постоянно им проявляются. Труд развивает физические силы: способность переносить большие физические нагрузки, мышечную силу, выносливость, ловкость, подвижность.

По характеру затрачиваемых основных усилий трудовую деятельность можно разделить на несколько видов:

- физический труд;
- интеллектуальный труд;
- духовный труд.

В теории и на практике под трудом, собственно, в наибольшей мере и понимается именно труд физический.

Физический труд можно классифицировать следующим образом:

- труд по самообслуживанию (поддержание в порядке жилища, одежды, рабочего места, приготовление для себя пищи и т.д.);
- бытовой семейный труд;

- производительный труд.

Труд по самообслуживанию осваивается раньше других в детском возрасте и сопровождает человека всю его жизнь.

Бытовой семейный труд – труд более продолжительный, сложный по содержанию и требующий большего напряжения сил. Нередко его лишь условно можно отделить от труда по самообслуживанию. Основным признаком его выделения является выполнение работы не для себя или не только для себя.

Массовый характер приобретает *труд производительный*, в котором выделяется труд *ремесленный* (с использованием простейших машин, инструментов, оборудования) и *труд индустриальный* (высшая форма производительного труда).

Интеллектуальный труд. Умственный труд (и только он) позволяет человеку узнать мир и свое место в нем.

Духовный труд – к данному виду труда можно отнести и работу по самосовершенствованию, по постоянному самоконтролю, рефлексии.

Только в труде – физическом, интеллектуальном и духовном – человек становится личностью.

Действие как единица деятельности

В отечественной психологии представления о действии как специфической единице человеческой деятельности введены С.Л. Рубинштейном и А.Н. Леонтьевым.

Действие – с позиций теории деятельности – основная единица анализа деятельности, – процесс, направленный на реализацию цели. Характеризуя понятие действия, выделяют четыре момента:

1) действие содержит как необходимую компоненту акт сознания в виде постановки и удержания цели; но этот акт не замкнут в самом себе, а раскрывается в действии;

2) действие – одновременно акт поведения, но внешние движения рассматриваются в неразрывном единстве с сознанием, ведь движение без цели – скорее несостоявшееся поведение, чем его истинная сущность;

3) через понятие действия утверждается принцип активности, противопоставляемый принципу реактивности: в субъекте предполагается активное начало – в форме цели;

4) понятие действия «выводит» деятельность человека в предметный и социальный мир, ибо цель действия может быть любой, а не только чисто биологической, но и социальной [21].

А.Н.Леонтьев утверждает, что действие может превратиться в операцию, если неоднократно достигаемая цель, устойчиво связываясь со

способом ее достижения, перестает вследствие автоматизации действия осознаваться и оказывается в структуре деятельности условием выполнения другого действия (механизм «сдвига цели на условие»).

Итак, *действие* – это произвольная преднамеренная опосредованная активность, направленная на достижение осознаваемой цели. Действие является главной структурной единицей деятельности и определяется как процесс, направленный на достижение цели.

Выделяют три последовательные стадии инициации действия:

I – активация мозга, происходящая в результате сопоставления внутреннего состояния человека с внешними объектами или ситуациями;

II – обработка мозгом информации, поступающей от организма и внешнего мира, с целью запустить третий этап – наиболее подходящее поведение с учетом текущих обстоятельств и прошлого опыта. Обработка информации выполняется более или менее автоматически при рефлексорных реакциях или поведении инстинктивном. При сложных процессах научения и особенно при сознательном принятии решений в этом участвуют такие высшие функции, как память и мышление;

III – собственно инициация действия [21].

По своей структуре действие, в отличие от привычного или импульсивного поведенческого акта, непосредственно определяемого предметной ситуацией, всегда реализуется опосредствованно. В качестве средств могут выступать различные знаки, роли, ценности, нормы и т.п., применяя которые, субъект овладевает действием, превращает его в «личностное», принадлежащее ему самому.

Каждое действие имеет свою психологическую структуру:

- цель действия;
- мотивы;
- операции;
- психические акты;
- конечный результат [21].

Психический акт – элемент психической деятельности и действий человека, вычленимый из нее по признаку относительной однородности его психологической структуры: акт зрительного восприятия, переключения внимания, суждений, волевой акт, двигательный и т.д. Психический акт может быть действием – например, акт мышления как мыслительное действие. но, не имея своей самостоятельной осознанной цели, он может быть только частью структуры действия.

По доминирующему в их структуре психическому акту различают:

- эмоциональные;
- мыслительные;
- психомоторные;

- мнемические;
- волевые действия.

В каждом действии выделяются его ориентировочная, исполнительная и контрольная части.

Ориентировочные действия – это определение цели деятельности, условий, средств и путей ее достижения. Ориентировочные действия бывают двух видов: теоретические и практические.

Теоретические ориентировочные действия имеют целью получение необходимых для деятельности сведений, отвечающих на вопросы: что делать? Как делать? Какие условия необходимы и как их создать? Какие средства потребуются и где их взять? В какой последовательности целесообразно действовать в процессе деятельности. На основе ответов вырабатывается рабочая гипотеза, определяющая цель, процесс и результат деятельности.

Практические ориентировочные действия включаются в исполнительные действия с целью оценки процесса деятельности, его соответствия общей цели. При этом на каждом этапе деятельности изыскиваются ответы на вопросы: как получается? Соответствует ли замыслу? Что не получается? Почему не получается? Что надо сделать, чтобы получалось лучше?

Исполнительские действия всегда начинаются после теоретической ориентировки и заключаются в последовательном выполнении намеченных (спроектированных или определенных технологией) действий по осуществлению общей цели деятельности. Для успешной исполнительской деятельности нужны знания, навыки, умения, привычки и способности. Однако и при этом они не могут быть вполне успешными без корректировочных действий.

Корректировочные действия – это внесение поправок, уточнений и изменений в ориентировочные и исполнительские действия на основе обратной информации о неточностях, ошибках, отклонениях и неудачах. Чем сложнее и ответственнее деятельность, тем лучше должна быть обратная связь и тем больше требуется корректировочных действий в процессе исполнительской деятельности. Только при этом условии могут быть успешными завершающие действия.

Завершающие действия сводятся к проверке качества выполнения всех действий на заключительном этапе деятельности по их результатам. Это уже оценка достижения цели деятельности: достигнуто ли то, что намечалось? Какими средствами и издержками

Какие уроки извлечь из этой деятельности? Как целесообразнее осуществлять ее в будущем?

Любой вид деятельности – весьма сложный информационный процесс, в который включаются и как-то используются все психические процессы и свойства личности. И от того, насколько закономерно осуществляется информация сообщений, сколько тщательно вырабатывается командная информация и как функционирует обратная связь, зависит успех деятельности.

По способу функционирования действие является произвольным и преднамеренным. В онтогенезе функция произвольного контроля и регулирования действия осуществляется вначале взрослым в процессе совместной деятельности с ребенком, а затем вследствие интериоризации социальных образцов (эталонов) и схем выполнения действий ребенок сам начинает контролировать его в соответствии с этими эталонами и схемами. Преднамеренность действия возникает в силу принятия решения субъектом о том, что образ будущего результата действия отвечает мотиву его деятельности; тогда этот образ действия приобретает для субъекта личностный смысл и выступает для него как цель действия. При наличии намерения у субъекта возникает целевая установка – готовность к достижению превосхищаемого результата. В ходе выполнения действия осуществляется контакт субъекта с предметным миром, преобразование (внешнее или мысленное) предметной ситуации и достигаются те или иные результаты, личностный смысл которых для субъекта оценивается эмоциями. В процессе действия могут образовываться новые цели и изменяться место действия в структуре деятельности.

По степени включенности эмоционально-волевых компонент различаются действия волевые и импульсивные. Нельзя сказать, что развитие действий в онтогенезе идет от импульсивных к волевым, но с возрастом количество действий импульсивных резко уменьшается. В редуцированном виде они сохраняются в речевых реакциях, мимике и жестах при эмоциональных состояниях.

Действие, сформированное путем повторения, характерное высокой степенью освоения и отсутствием поэлементной сознательной регуляции и контроля называют навыком.

Различаются навыки перцептивные, интеллектуальные и двигательные, а также:

1) навыки исходно автоматизированные, формирующиеся без осознания их компонент;

2) навыки вторично автоматизированные, формируемые с предварительным осознанием компонент действия; они легче становятся сознательно контролируемыми, быстрее совершенствуются и

перестраиваются.

Среди неосознаваемых автоматизмов группа навыков особенно обширна и интересна. Благодаря формированию навыков достигается двойной эффект: действие выполняется быстро и точно, и происходит высвобождение сознания, которое может быть направлено на освоение более сложных действий. Этот процесс имеет фундаментальное значение и лежит в основе развития всех умений, знаний и способностей. Без выработки навыков любое действие требовало бы такого напряжения внимания, что поведение человека свелось бы к набору наиболее примитивных движений и возможности его расширения и совершенствования с возрастом и накоплением опыта были бы невозможны. У любого взрослого индивида множество сформированных навыков, и все они приобретены в процессе индивидуального развития – путем отбора нужных, целесообразных движений из общего количества в принципе возможных для человека и последующего их совершенствования и закрепления.

Чаще всего навыки формируются путем подражания или выработки условных рефлексов, но бывает – путем проб и ошибок, причем с увеличением числа первых ошибок становится все меньше.

На формирование навыка влияют следующие эмпирические факторы:

1) мотивация, обучаемость, прогресс в усвоении, упражнение, подкрепление, формирование в целом или по частям;

2) для уяснения содержания операции – уровень развития субъекта, наличие знаний, умений, способ объяснения содержания операции (прямое сообщение, косвенное наведение и пр.), обратная связь;

3) для овладения операцией – полнота уяснения ее содержания, постепенность перехода от одного уровня овладения к другому по определенным показателям (автоматизированность, интериоризованность, скорость и пр.) [21].

Активность еще можно различать и по тому, насколько она *нормативна* [rule-following; R. Peters, 1958] или *индивидуальна*, т.е. отклоняется от правил, от привычного.

Нормативность. Почти к любым жизненным ситуациям применимы правила поведения, обязательные в данной субкультуре и восходящие к ее традициям. Причины поступков, их цели и средства часто очевидны для современников, принадлежащих к той же культурной среде, поэтому при нормативном поведении вряд ли кому-нибудь, исключая психологов, вздумается ставить вопрос «Зачем?». Люди определенным способом утоляют голод и жажду, вступают в союз с партнером противоположного пола, воспитывают детей, приобретают друзей,

пытаются улучшить для себя (иногда и для других) социальные и экономические условия, стремятся побольше узнать и понять, а также делают многое другое.

Индивидуальность. Действие становится индивидуальным, когда его нельзя отнести к конвенциональным ни на стадии целеполагания, ни на стадии его осуществления. В отличие от нормативного индивидуальное действие требует ответа на вопрос «Зачем?», т.е. ответа на вопрос о мотивах. Заметим, что иногда такое действие требует от человека и оправдания своего поступка, так, в случае преступления ищут его мотив, а преступнику приходится отвечать за содеянное. Индивидуальным действие является:

- когда ни влияние, ни принуждение, ни отрицательные последствия не могут заставить человека отклониться от избранного курса;
- когда человек, столкнувшись с привычной для него ситуацией, ведет себя в ней иначе, нежели раньше;
- когда действие само по себе оказывается противоречивым;
- когда человек в различных ситуациях ведет себя не нормативно различно, как другие, а одинаково.

Разумеется, между нормативным и индивидуальным действием нет жесткой границы. И в нормативном действии можно при ближайшем рассмотрении обнаружить индивидуальные различия, которые могут вызвать вопросы «Зачем?» или «Почему?». Так, действия разных людей в одинаковых условиях могут определяться одними и теми же целями, но различаться по степени энергичности и упорства; или, скажем, одни люди на разнообразные ситуации отвечают разнообразными действиями, в то время как другие в тех же ситуациях действуют более однообразно. Индивидуальным действие делает то, что оно всецело не определяется условиями ситуации. Такое впечатление часто возникает, когда психологу приходится обращать внимание на различия между людьми, действующими в одинаковых условиях. По-видимому, нечто находящееся у людей где-то «внутри» побуждает, толкает или заставляет их в данной ситуации поступать так, а не иначе [62].

Параметры личностной детерминации действия. Различия в поведении в зависимости от типа проблемных областей

Вероятно, должны существовать специфические свойства, определяющие индивидуальные различия в их желаниях, влечениях, стремлениях, намерениях, мотивах или в чем-то еще. Мысль о личностной детерминации действия приходит на ум и когда разбираются различные

параметры действия [н. Kelley, 1967]. Конкретно речь идет о следующих параметрах.

Параметр 1. Степень соответствия данного действия действиям других людей (индивидуальные различия). Чем меньше согласуется действие человека с действиями большинства людей в той же ситуации, тем в большей степени оно обусловлено личностными факторами.

Параметр 2. Степень соответствия данного действия действиям человека в других ситуациях (стабильность по отношению к ситуациям). Чем однотипнее действует человек в различных ситуациях, тем сильнее его поведение обусловлено личностными факторами.

Параметр 3. Степень соответствия данного действия действиям человека в аналогичных ситуациях в прошлом (стабильность во времени). Чем чаще и чем заметнее человек при повторных ситуациях меняет свое поведение, тем в большей степени оно детерминировано личностными факторами (при условии, что на ситуацию не влияют дополнительные внешние обстоятельства).

По мере того как по всем трем параметрам действие становится все более индивидуальным, оно все в меньшей степени начинает определяться внешними обстоятельствами и все сильнее зависит от своеобразия или личностных особенностей действующего субъекта. Поэтому либо субъекты обладают различными по виду и формам проявления мотивационными диспозициями, либо причины меняющейся мотивации обусловлены самой ситуацией (например, изменившимися внешними обстоятельствами); в противном случае действия следует охарактеризовать как случайные.

Если рассматривать действия (или их результаты) как следствия, то в простейшем случае их причины можно отнести либо к ситуации, либо к личности. Но эти причины не всегда локализуются так просто. Чаще из указанных потенциальных источников детерминации истинным оказывается тот, который коварирует с наблюдаемым воздействием. Если в разных ситуациях все люди (или большая их часть) действуют по-разному, то с действием коварирует не личность, а ситуация, и причину разнообразия активностей следует искать в ситуациях. Если, например, в разных ситуациях одна часть людей постоянно действует одним образом, а другая – иным, то с действиями коварирует не ситуация, а личность, и причину следует искать в ней. Между этими двумя экстремальными случаями находятся и такие действия, причины которых следует искать отчасти в ситуации, а отчасти в личности. Иными словами, эти два источника детерминации непосредственно связаны между собой.

Здесь можно рассмотреть следующие закономерности взаимосвязанности личностных и ситуативных детерминант:

- Более сложным представляется случай, когда при повторении через некоторое время той же ситуации наблюдается изменение поведения. Очевидно, либо ситуация не является значимой, либо ее повторение всякий раз сопровождается коварирующими с действием разными обстоятельствами.

- если такие обстоятельства оказываются неизвестными, то повторяющаяся ситуация может рассматриваться как искомый детерминант – действие коварирует с частотой ее повторения. Правда, иногда в этом случае по мере своего повторения ситуация все в меньшей степени определяет поведение (например, может играть роль привыкание или переосмысление ситуации субъектом).

- если же изменение поведения в повторяющейся ситуации коварирует с возрастом, то причину такого изменения следует искать в личности, в ее развитии.

- если же отсутствует ковариация со специфическими обстоятельствами повторяющейся ситуации, с последовательностью ее повторений, с возрастом человека, то наблюдается ковариация с самими субъектами (лишь некоторые из них проявляют неповторимость действия). В этом случае напрашивается предположение о личностных изменениях этих индивидов, например мотивов или установок.

С выяснением особенностей этой взаимообусловленности связаны исследования атрибуции, многочисленные модели объяснения причин успехов или неудач действия и пр. [65].

Три указанных параметра связаны с двумя проблемными областями: ***межиндивидуальные и интраиндивидуальные различия*** поведения.

Межиндивидуальные различия:

- соответствие действия поведению других людей (параметр 1);
- стабильность по отношению к ситуациям, особенно, если постоянство действий в разных ситуациях, скорее выглядит как отклонение от естественного поведения, а не как обусловленное временем изменение (параметр 2).

Интраиндивидуальные различия

- стабильность во времени (параметр 3) [62].

Было замечено, что при внешнем наблюдении человек в рамках одной ситуации более склонен сопоставлять одновременные или почти одновременные события, а не события, изрядно отстоящие друг от друга во времени. Кроме того, желание сравнить действия разных людей возникает, пожалуй, чаще, чем желание сравнить поступки одного человека в разные периоды времени.

Вероятно, является закономерным вывод о том, что на чем бы ни

строилось наивное объяснение поведения других людей, оно скорее будет связано с межиндивидуальной, чем с интраиндивидуальной проблематикой потому, что суждения об интраиндивидуальных изменениях строятся на информации, охватывающей длительный период времени. Внешний наблюдатель редко располагает подобными сведениями.

Вопросы для самопроверки

1. Дайте определение деятельности как формы активности личности.
2. Какова структура деятельности?
3. Основными характеристиками деятельности являются...
4. Перечислите виды деятельности и охарактеризуйте их.
5. Ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является...
6. Действие – это...
7. Какова психологическая структура действия?
8. В чем различие между нормативными и индивидуальными действиями?
9. Каковы параметры личностной детерминации действия?
10. Укажите на различия в поведении в зависимости от типа проблемных областей.

Литература:

1. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: смысл, 2004. – 352 с.
2. Платонов, К.К. Психология / К.К. Платонов, Г.Г. Голубев. – М.: Высшая школа, 1973. – 256 с.
3. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога / Е.И. Рогов. – М.: ВЛАДОс, 1996. – 529 с.
4. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
5. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учеб.-метод. пособие / В.Л. Хайкин. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.
6. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
7. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-еВРОЗНАК, 2008. – 575 с.

Тема 2.2 Индивид и ситуация.

Индивид и ситуация: локализация причинности поведения. Взаимодействие индивида с ситуацией. Взаимодействие как процесс взаимовлияния. Поведение: ситуация и действие.

Рассматривают шесть вариантов взаимодействия личности и ситуации.

1. Соответствие личности и ситуации. Экспериментальные данные показывают, что некоторые люди подходят лучше к одним ситуациям, чем к другим. Этим объясняется то, что различные люди неодинаково реагируют на одну и ту же ситуацию. Действительно, взаимодействие человека и ситуации определяется тем, что люди могут по-разному адаптироваться к различным особенностям ситуации или из-за того, что та же ситуация может удовлетворять разные потребности, иметь для них различный личностный смысл.

Соответствие человека и ситуации характеризует степень, в которой они совместимы. Люди часто не достигают поставленных целей из-за того, что ситуация не предоставляет им приемлемых возможностей. Было установлено, что человек чувствует себя неудовлетворенным и неуспешным, если оказывается плохо приспособленным к ситуации. Иными словами, когда личность соответствует ситуации, то она, скорее всего, будет испытывать больше удовлетворения и действовать более эффективно (Р. Чалдини и др., 2008).

Соответствие личности и ситуации является, например, необходимым условием формирования корпоративной культуры. С этой целью разрабатывается ряд мероприятий, способствующих идентификации личностных качеств сотрудников (интересов, установок) и ценностей организации, компании.

Проблема текучести кадров также связана с несоответствием личности и ситуации. В частности, человек может быть эффективным 23 профессионалом, однако на работе его не устраивают удаленность офиса, условия и режим, низкая зарплата, атмосфера в коллективе, взаимоотношения с начальником и др.

2. Выбор личности ситуацией. В некоторых случаях ситуации выбирают личность. В принципе, любая ситуация имеет свои «требования к допуску» того или иного типа личности.

Особенно рельефно проблема «человека на своем месте» возникает при необходимости проведения профессионального отбора.

Это является вполне оправданным и очевидным, так как различные профессии и виды работ требуют неодинаковых навыков и

индивидуально-личностных характеристик. Не вызывает сомнения тот факт, что именно требования профессии определяют набор личностных качеств и свойств, необходимых для успешного функционирования человека. В психологии труда при разработке программ профотбора этот постулат учитывается неукоснительно: вначале составляется профессиограмма и лишь затем на ее основе разрабатывается психограмма, которая становится основой для определения батареи необходимых психодиагностических методик.

3. Выбор ситуации личностью. Так же как ситуации выбирают людей, люди выбирают свои ситуации. Выбор ситуации, основывается на возможностях, которые она предоставляет. Поскольку различные ситуации представляют различные возможности, человек, как правило, выбирает те из них, которые, как ему кажется, хорошо соответствуют его потребностям, желаниям и целям.

Так, например, если человек хочет избавиться от тягостных мыслей или переживаний, то он скорее пойдет на вечеринку с друзьями или в кинотеатр и посмотрит комедию, чем будет в одиночестве сидеть дома.

4. Стимулирование различными ситуациями различных компонентов личности. Различные ситуации стимулируют различные переживания, цели и убеждения у каждого человека. Отмечается, что ситуации, в которые попадает человек, способствуют тому, что у него возникают представления и намерения, влияющие на его чувства, мысли и поведение и продолжающие беспокоить человека даже тогда, когда он уже «ушел» из ситуации. Экспериментально установлено, что даже особенности ситуации, которые не осознаются человеком, могут сильно влиять на его действия.

По сути дела это дилемма «слуги двух господ», когда для того, чтобы угодить одному хозяину, необходимо проявить одни качества, а другому – совершенно противоположные.

5. Личность изменяет ситуацию. Можно утверждать, что каждый человек, попадая в ту или иную ситуацию, способен изменить ее. Как правило, люди реорганизуют ситуацию, чтобы достичь собственных целей. В данном случае речь идет о способности человека к активной адаптации, то есть к преобразованию ее таким образом, чтобы она дала возможность удовлетворить потребность или добиться намеченной цели. Примером такого рода манипуляций могут выступать интриги.

6. Ситуация изменяет личность. Так же, как люди меняют ситуации, ситуации меняют людей. Человек иногда настолько сильно «включается» в ситуацию, что в результате меняются его потребности, интересы, установки, система ценностей или мировоззрение в целом.

Наиболее иллюстративным примером является феномен социализации человека. Существующая в определенной культуре система правил, нормативов и ценностей, по сути, с самого детства навязывает человеку представления и отношение к окружающему миру, обычаи, ритуалы, привычки и язык. Более конкретным примером может быть эффект профессиональной деформации – поговорка «с кем поведешься – от того и наберешься» с успехом распространяется и на профессиональную деятельность.

Основания ситуативной локализации причинности поведения

В психологии существует целый ряд теорий (Г. Оллпорт, Р. Кеттелл, Г. Айзенк), которые пытаются свести причины поведения исключительно к личности. Сторонниками этих теории практически полностью игнорируется влияние на человеческое поведение давления со стороны ситуации. Не вызывает сомнения тот факт, что люди не рождаются добрыми или злыми, а становятся таковыми под воздействием определенной ситуации. В известной бардовской песне совершенно справедливо утверждается, что «только от жизни собачей собака бывает кусачей».

Знание тех или иных личностных черт, качеств или свойств не позволяет не только точно прогнозировать человеческое поведение, но и получить достоверную информацию о причинах человеческого поведения. Ранее уже рассматривалась проблема того, что обладающий определенной личностной чертой человек может вести себя неодинаково в различных ситуациях. Иными словами, личностная характеристика человека может проявляться в одной ситуации и не проявляться в другой.

В связи с этим необходим учет ситуативной локализации причинности поведения. Для этого существуют определенные основания (аргументы):

1) совершенно очевидно, что нельзя признать достоверным объяснение человеческого поведения, основанное только на внешнем наблюдении, на эпизодических фактах, свидетельствах и примерах отклонения в поступках человека;

2) следует признать неоднородность поведения по отношению к ситуациям (например, в схожих ситуациях поведение одного человека не так уж однотипно, как можно было ожидать при предположении, что действие целиком основывается на имеющихся диспозициях);

3) невозможность исключения влияния на поведение человека особенностей ситуации. В частности, в самом человеке имеют место изменяющиеся и обуславливающие поведение процессы и состояния,

которые вызываются ситуацией. К примеру, динамические теории поведения – психоанализ З. Фрейда и теория поля К. Левина – первоначально в своей проблематике исходили из этой позиции;

4) использование методов эксперимента или структурированного наблюдения, позволяющих контролировать условия при сборе данных, дает возможность непосредственно изучать влияния ситуационных особенностей и стимулов на поведенческие изменения.

Например, в дифференциальной психологии достаточно часто используется «близнецовый метод». В бихевиоризме экспериментальное изменение условий осуществления действия предоставляет возможность осуществлять планомерное вмешательство в поведение.

Воздействию, в данном случае, поддаются не понимаемые как нечто неизменные личностные диспозиции, а ситуации, в которых совершается действие. Эти ситуации и есть те «независимые» переменные, которые систематически варьируются в эксперименте таким образом, что их влияние становится очевидным.

Становится ясным, что в исследовании интерес направлен на выявление причин, обуславливающих изменение поведения во времени:

приспособление живого существа к меняющимся ситуационным условиям. К этому сводится все научение, равно как и индивидуальное развитие в ранние, пластичные периоды жизни. Индивидуальные различия остаются вне сферы внимания. Как бы они ни возникали, их элиминируют или контролируют. Действие в целом оказывается при этом в значительной степени обусловлено ситуацией, и во времени оно изменяется вследствие накопления опыта.

Взаимодействие индивида с ситуацией

В современной психологии наиболее продуктивным считается подход, в котором объяснение поведения основывается на позиции синтеза, позволяющей преодолеть крайности односторонней локализации причин поведения как личностно центрированной теории свойств, так и ситуационно центрированного ситуационизма. Конечно, необходимо признать возможность существования предельных случаев, когда поведение определяется только свойствами личности или только ситуацией. В первом случае это нечто специфически психопатологическое, а во втором – нечто крайне автоматизированное, поведение по типу «стимул-реакция». Но, как правило, в промежуточных случаях поведение обусловлено как личностными, так и ситуационными факторами. Более

того, при этом поведение является результатом взаимовлияния индивидуальных диспозиций и особенностей актуальной ситуации.

Целый ряд экспериментальных исследований подтвердили тезис о статистическом взаимодействии личности и поведения, т. е. те или иные поведенческие паттерны не объяснимы простым суммарным вкладом личностных и ситуационных факторов – одинаковые особенности ситуации при различных диспозициях по-разному, порой даже противоположно, влияют на поведение.

Показательным является экспериментальное исследование Е. Френча (E. French, 1958). В двух группах каждому испытуемому давалось по 5 предложений, из которых всем вместе нужно было составить связный рассказ. Группы были подобраны однородно по сочетанию двух мотивационных диспозиций. У испытуемых одной группы был силен мотив достижения и слаб мотив сотрудничества, у испытуемых другой группы – наоборот. Кроме того, в одной и той же экспериментальной ситуации варьировался характер поощрения. В перерыве экспериментатор делал одобрительные замечания, касавшиеся либо трудолюбия, либо слаженности работы группы.

Как показывают результаты эксперимента, группы с преобладанием мотива достижения показывали лучшие результаты при поощрении их трудолюбия, а группы с преобладанием мотива сотрудничества – при поощрении слаженности.

Этим экспериментом доказывалось, что влияние актуального состояния человека и состояния ситуации (окружения) обоюдно зависят друг от друга. В первом примере сила мотива достижения, повышающая эффективность соответствующих действий, проявляется больше всего при подкреплении главного мотива ситуационным стимулом, по своему содержанию сопряженным с этим мотивом, например при поощрении трудолюбия в группе с преобладанием мотива достижения и кооперации – в группе с преобладанием мотива сотрудничества.

Вместе с тем, в исследованиях К. Бауэрса (K. Bowers, 1973) были получены интересные результаты, позволившие выяснить, насколько различия в поведении обусловлены различиями индивидуальными, ситуационными или взаимодействием тех и других. Подсчеты по всем исследованиям показали, что чисто личностными факторами объясняется всего лишь 12,7 % дисперсии поведения. Доля ситуационных факторов еще меньше – 10,2 %. Взаимодействием между личностью и ситуацией объясняется значительно большая доля дисперсии, а именно 20,8 %. В остальном поведенческие зависимые переменные не давали никаких оснований для предпочтений личностного или ситуативного фактора как более влиятельного источника детерминации поведения.

Действительно, если продолжить разбор причин поведения, то, в конце концов, можно столкнуться со сложной научной проблемой: возможно ли полностью и в абсолютно объективной форме разграничить личностные и ситуационные факторы? Проявляющий активность человек без ситуации столь же немислим, как и ситуация без человека. Уже само по себе восприятие и понимание ситуации является результатом специфического поведения (познавательных процессов), в основе которого лежат личностные особенности переработки информации. При таком понимании любое поведение должно рано или поздно раствориться в непрерывном двустороннем процессе взаимодействия. Как очень точно К. Бауэрс резюмировал результаты своих исследования: «Ситуации есть функция личности в той же степени, в какой поведение личности есть функция ситуации».

Взаимодействие как процесс взаимовлияния

Взаимодействие можно трактовать так, что личностные диспозиции и особенности ситуации не противостоят друг другу как внешне, так и внутренне. И то, и другое в психологическом взаимодействии репрезентировано в когнитивных схемах, которые исключительно важны для понимания особенностей актуальных ситуаций и собственных личностных тенденций. Когнитивные схемы постоянно участвуют, конструируются и реконструируются в циклических процессах, включающих действие и воспринимаемую обратную связь с его последствиями.

Понимание взаимодействия как процесса взаимовлияния выходит за пределы рассмотренного выше статистического понятия.

При статистическом взаимодействии каждая независимая переменная (личность или ситуация) оказывает лишь однозначно направленное влияние на зависимую переменную (поведение). Последняя может меняться, сочетаясь с другими независимыми переменными. Итоговое поведение не оказывает обратного влияния на независимые переменные – ни на личность, ни на ситуацию. То и другое рассматривается как изолированная и неизменная целостность. То же имеет место, когда речь идет не о статистическом взаимодействии, а о двух суммарных эффектах.

Вместе с тем, действия человека могут оказывать явно и неявно обратное влияние на личность и на ситуацию. Человеческие действия влияют на ситуационные переменные, которые меняют личностные переменные так, что меняется само действие, и т. д. (А. Бандура, 2006). В результате возникает циклический процесс непрерывного взаимного

воздействия и преобразования, в котором субъект, поведение и ситуация обуславливают друг друга (W. Overton, H. Reese, 1973).

В этом смысле Д. Магнуссоном и Н. Эндлером (1977) были сформулированы четыре «базисных элемента» психологически адекватного понятия взаимодействия:

1) актуальное поведение есть функция непрерывного многонаправленного процесса взаимодействия или обратной связи между индивидом и ситуациями, в которые он включен;

2) в этом процессе индивид выступает активным деятелем, преследующим свои цели;

3) на личностной стороне взаимодействия существенными причинами поведения оказываются когнитивные и мотивационные факторы;

4) на стороне ситуации решающей причиной становится то психологическое значение, которое ситуация имеет для индивида.

Понимаемое таким образом взаимодействие позволяет расстаться с представлением, согласно которому ситуация всегда предшествует во времени действию и поэтому является ничем не обусловленным стимулом, на который реагирует индивид. Отношения следования и зависимости необходимо перевернуть. Индивиды отыскивают и даже формируют наличные ситуации в соответствии со своими личностными диспозициями. Они, следовательно, сами создают собственную ситуационную специфичность, априори ограничивают множество возможных ситуационных влияний, лавируя между ними и расставляя акценты.

Например, Р. Уочтел (1973) это очевидное направление анализа взаимодействия индивида и ситуации описал следующим образом:

«... следует выяснить, почему некоторые люди так часто попадают в похожие ситуации. Почему один человек предпочитает находиться в обществе властных женщин, а другой весь поглощен работой и умудряется превратить любые сборища в рабочие совещания, а третий постоянно имеет дело с более слабыми, запуганными им людьми, от которых ему трудно ждать искренности?»

Поведение: ситуация и действие

Ситуация. В самом общем смысле под ситуацией понимается актуальное окружение человека, определяющее в данный момент времени его поведение. Следовательно, ситуация предполагает поток информации об актуальном окружении.

Вместе с тем при восприятии ситуации и переработке информации возникает как минимум четыре проблемы ее фиксации и описания:

1) фрагментарность восприятия. Требуется определение той части актуального окружения человека, которую он регистрирует. Совершенно очевидно, не все, что происходит вокруг него, фиксируется им, а лишь некоторая часть. В первую очередь то, что является новым, неожиданным и заметным. Все эти качества, однако, представляют собой результат переработки информации при восприятии ситуации. Они зависят от особенностей деятельности воспринимающего человека (например, от способов кодирования, отбора и означивания информации);

2) простота/сложность воспринимаемой информации. Восприятие ситуации колеблется в весьма широком диапазоне: от восприятия простых, элементарных сигналов («стимулов») до восприятия целостных смысловых конфигураций («гештальтов»). Отмечается, что, скорее всего, имеет место нечто вроде схватывания «ситуации в целом», которое определяет, какое значение будут иметь детали;

3) способ описания ситуации. Выделяют три принципиально различные системы описания ситуации:

- физикалистская (или физиологическая) констатация – это описание ситуации на уровне телесных ощущений;

- интересубъектное сообщение – это описание ситуации на основе согласованного мнения нескольких наблюдателей;

- субъективные (феноменальные) особенности – это описание ситуации на основе того, как она воспринимается данным индивидом.

Выбор одной из трех систем будет определять ту психологическую теорию, с помощью которой будет изучаться поведение.

Однако следует учитывать, что не только физикалистски идентичные, но и интересубъектно воспринимаемые как тождественные ситуации, как правило, будут переживаться разными индивидами по-разному (т. е. будут иметь разное личностное значение). Точное определение психологически значимых особенностей ситуации может быть реализовано в конечном счете лишь на уровне личностных значений, т. е. на уровне тех смыслов, которые реально существуют для человека. Для психологии важно то, что дано субъекту как существенное для него переживание, а не то, что дано физикалистски или интересубъективно, т. е. не то, что считают важным другие;

4) определение границы. Существенной проблемой является сложность определения, где проходит граница между индивидом и его окружением. Часто ее просто отождествляют с поверхностью тела.

Однако имеется еще информация о внутренних состояниях (таких, как голод или боль), которые в переживании (или даже по отношению к центральной нервной системе, принимающей и обрабатывающей эту

информацию) представляют собой нечто внешнее и поэтому должны быть отнесены к ситуации.

Действие. С понятием «действие» связано не меньше проблем, чем с понятием «ситуация»:

1) избирательность восприятия. Важным является то, в какой степени человек обращает внимание на свои действия или на ситуацию, в которой находится. При всей рефлексивности действия внимание, как правило, направлено на те фрагменты ситуации, которые представляются значимыми и на которые действие ориентировано. Субъект может наблюдать за самим собой лишь в виде исключения;

2) система описания действий. Необходимо определение системы описания действия, к которой прибегает человек: физикалистского измерения, интерсубъективного внешнего наблюдения или субъективного внутреннего восприятия. Предпочтение одной из систем существенно влияет на то, что относится к действию.

При физикалистском (или физиологическом) измерении в него можно включить не замечаемую субъектом произвольную активность организма, такую как деятельность желез внутренней секреции, изменения электрического сопротивления кожи, и, напротив, исключить такие вещи, как представления и мыслительные процессы.

В сущности, внешнее наблюдение ограничится регистрацией моторной активности (в том числе словесного и внеречевого общения).

Самонаблюдению могут быть открыты (с учетом упомянутых выше ограничений) отдельные аспекты и содержания собственных действий, которые контролируются или принципиально контролируются сознанием. К ним относятся как «внутренние действия», например, представления и мыслительные процессы, так и «внешние действия» в форме двигательных реакций и коммуникативного поведения;

3) характеристики действия. В зависимости от выбора одной из трех указанных систем следует определить насколько элементарны или сложны, структурированы и протяженны во времени единицы активности. Так, на физикалистском (физиологическом) уровне описание действия можно разложить до элементарных мышечных сокращений, в то время как на уровне внешнего наблюдения и самовосприятия в качестве элементов действия можно представить весьма сложные, разнообразные и протяженные во времени последовательности движений. Поэтому на уровне описания конкретных данных различают «молекулярные» и «молярные» единицы описания.

Тема 2.3 Общение как сфера активности личности

Общение и его функции. Вербальные и невербальные средства общения. Стратегии и тактики продуктивного общения.

1. Общение и его функции

Человеку присуща потребность в общении, взаимодействии с другими людьми. Удовлетворяя эту потребность, он проявляет и реализует свои возможности.

Человеческая жизнь на всем ее протяжении проявляется, прежде всего, в общении. И все многообразие жизни отражается в столь же бесконечном многообразии общения: в семье, школе, на производстве, в быту, компаниях и т.д.

Общение – одна из универсальных форм активности личности, проявляющаяся в установлении и развитии контактов между людьми, в формировании межличностных отношений и порождаемая потребностями в совместной деятельности.

Общение выполняет целый ряд основных функций:

- *Информационная* – функция приема, передачи сведений.
- *Контактная* – установление контакта как состояния обоюдной готовности людей к приему и передачи информации.
- *Побудительная* – функция стимуляции активности к действию.
- *Координационная* – функция взаимного ориентирования и согласования действий.
- *Понимания* – предполагает не только прием информации, но и понимание этой информации друг другом.
- *Эмотивная* – функция возбуждения в партнере нужных эмоций, переживаний, чувств, предполагает эмоциональный обмен, изменение эмоционального состояния.
- *Функция установления отношений* – осознание и фиксирование своего социального статуса, социальной роли в конкретной социальной общности.
- *Функция оказания влияния* – изменение состояния, поведения, намерений, представлений, установок, мнений, решений, потребностей, действий и т.д. [44]

Наряду с функциями выделяют основные виды общения.

По количеству участников:

- межличностное;
- групповое.

По способу общения:

- вербальное;
- невербальное.

По положению общающихся:

- контактное;
- дистантное.

По условиям общения:

- официальное;
- неофициальное.

В структуре общения выделяют три тесно взаимосвязанные, взаимообусловленные стороны (рис. 11).



Рисунок 11 – Структура общения

Перцептивная сторона общения – процесс восприятия друг друга. *Коммуникативная сторона* общения предполагает передачу информации. При этом необходимо учитывать, что человек высказывает 80% от того, что хочет сказать, слушающий – воспринимает 70% и понимает 60% от сказанного.

Интерактивная сторона общения предполагает организацию взаимодействия (согласованность действий, распределение функций и др.).

При организации общения необходимо учитывать, что оно проходит ряд этапов, каждый из которых влияет на его эффективность (рис. 12).

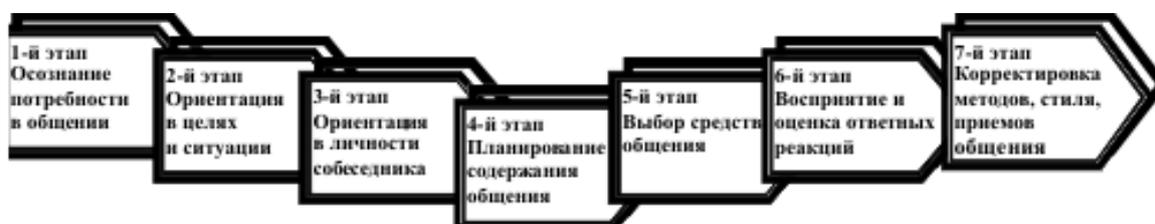


Рисунок 12 – Организационные этапы общения

Если один из этапов общения выпадает, эффективность общения резко снижается и существует вероятность не достичь тех целей, которые ставились при организации общения. Умение эффективно достигать поставленных целей в общении называется коммуникабельностью, коммуникативной компетентностью, социальным интеллектом [13].

2. Вербальные и невербальные средства общения

Общение осуществляется разными средствами. Выделяют вербальные и невербальные средства общения.

Вербальное общение (знаковое) осуществляется с помощью слов. К вербальным средствам общения относится человеческая речь. Специалистами по общению подсчитано, что современный человек за день произносит примерно 30 тыс. слов, или более 3 тыс. слов в час.

В зависимости от намерений коммуникантов (что-то сообщить, узнать, выразить оценку, отношение, побудить к чему-либо, договориться и т.д.) возникают разнообразные речевые тексты. В любом тексте (письменном или устном) реализуется система языка.

Итак, **язык** – это система знаков и способов их соединения, которая служит орудием выражения мыслей, чувств и волеизъявлений людей и является важнейшим средством человеческого общения. Язык используется в самых разных функциях:

- *Коммуникативная.* Язык выступает в роли основного средства общения. Благодаря наличию у языка такой функции, люди имеют возможность полноценного общения с себе подобными.

- *Познавательная.* Язык как выражение деятельности сознания. Основную часть информации о мире мы получаем через язык.

- *Аккумулятивная.* Язык как средство накопления и хранения знаний. Приобретенные опыт и знания человек старается удержать, чтобы использовать их в будущем. В повседневной жизни нас выручают конспекты, дневники, записные книжки. А «записными книжками» всего человечества являются разного рода памятники письменности и художественная литература, которая была бы невозможна без существования письменного языка.

- *Конструктивная.* Язык как средство формирования мыслей. При помощи языка мысль «материализуется», приобретает звуковую форму. Выраженная словесно, мысль становится отчетливой, ясной для самого говорящего.

- *Эмоциональная.* Язык как одно из средств выражения чувств и эмоций. Эта функция реализуется в речи только тогда, когда прямо выражается эмоциональное отношение человека к тому, о чем он говорит. Большую роль при этом играет интонация.

- *Контактоустанавливающая.* Язык как средство установления контакта между людьми. Иногда общение как бы бесцельно, информативность его нулевая, лишь готовится почва для дальнейшего плодотворного, доверительного общения.

- *Этническая.* Язык как средство объединения народ.

Под речевой деятельностью понимается ситуация, когда для общения с другими людьми человек использует язык. Существует несколько видов речевой деятельности:

- говорение – использование языка для того, чтобы что-то сообщить;
- слушание – восприятие содержания звучащей речи;
- письмо – фиксация содержания речи на бумаге;
- чтение – восприятие зафиксированной на бумаге информации.

С точки зрения формы существования языка общение делится на устное и письменное, а с точки зрения количества участников – на межличностное и массовое.

Любой национальный язык неоднороден, он существует в разных формах. С точки зрения социального и культурного статуса различаются литературные и нелитературные формы языка.

Литературная форма языка, иначе – литературный язык, понимается говорящими как образцовая. Основной признак литературного языка – наличие устойчивых норм.

Литературный язык имеет две формы: устную и письменную. Первая – звучащая речь, а вторая – графически оформленная. Устная форма изначальна. К нелитературным формам языка относятся территориальные и социальные диалекты, просторечие.

Для психологии активности и поведения особую важность представляют именно невербальные средства общения. При **невербальном общении** средством передачи информации являются несловесные знаки (позы, жесты, мимика, интонации, взгляды, пространственное расположение и т.д.).

К основным невербальным средствам общения относятся (рис.13):



Рисунок 13 – Основные невербальные средства общения

- Кинестика – рассматривает внешнее проявление человеческих чувств и эмоций в процессе общения. К ней относятся:

- жестика;
- мимика;
- пантомимика.

Жестика. Жесты – это разнообразные движения руками и головой. Язык жестов – самый древний способ достижения взаимопонимания. В различные исторические эпохи и у разных народов были свои общепринятые способы жестикуляции. В настоящее время даже предпринимаются попытки создать словари жестов. О той информации, которую несет жестикуляция, известно довольно много. Прежде всего, важно количество жестикуляции. У разных народов выработались и вошли в естественные формы выражения чувств различные культурные нормы силы и частотности жестикуляции. Исследования М. Аргайла, в которых изучались частота и сила жестикуляции в разных культурах, показали, что в течение одного часа финны жестикулировали 1 раз, французы – 20, итальянцы – 80, мексиканцы – 180.

Интенсивность жестикуляции может расти вместе с возрастанием эмоциональной возбужденности человека, а также при желании достичь более полного понимания между партнерами, особенно если оно затруднено.

Конкретный смысл отдельных жестов различен в разных культурах. Однако во всех культурах есть сходные жесты, среди которых можно выделить:

- Коммуникативные (жесты приветствия, прощания, привлечения внимания, запреты, утвердительные, отрицательные, вопросительные и т.д.)

- Модальные, т.е. выражающие оценку и отношение (жесты одобрения, удовлетворения, доверия и недоверия и т.п.).

- Описательные жесты, которые имеют смысл только в контексте речевого высказывания.

Мимика. Мимика – это движения мышц лица, главный показатель чувств. Исследования показали, что при неподвижном или невидимом лице собеседника теряется до 10–15% информации. В литературе отмечается более 20 000 описаний выражения лица. Главной характеристикой мимики является ее целостность и динамичность. Это означает, что в мимическом выражении лица шести основных эмоциональных состояний (гнев, радость, страх, печаль, удивление, отвращение) все движения мышц лица скоординированы. Основную информативную нагрузку в мимическом плане несут брови и губы [13].

Визуальный контакт также является исключительно важным элементом общения. Смотреть на говорящего – означает не только заинтересованность, но и помогает сосредоточить внимание на том, что нам говорят. Общающиеся люди обычно смотрят в глаза друг другу не более 10 секунд. Если на нас смотрят мало, мы имеем основания полагать, что к нам или к тому, что мы говорим, относятся плохо, а если слишком много, это может восприниматься как вызов или же хорошее к нам отношение. Кроме того, замечено, что когда человек лжет или пытается скрыть информацию, его глаза встречаются с глазами партнера менее 1/3 времени разговора.

Отчасти долгота взгляда человека зависит от того, к какой нации он принадлежит. Жители южной европы имеют высокую частоту взгляда, что может показаться оскорбительным для других, а японцы при беседе смотрят скорее на шею, чем на лицо.

По своей специфике взгляд может быть:

- *Деловой* – когда взгляд фиксируется в районе лба собеседника, это предполагает создание серьезной атмосферы делового партнерства.

- *Социальный* – взгляд концентрируется в треугольнике между глазами и ртом, это способствует созданию атмосферы непринужденного светского общения.

- *Интимный* – взгляд направлен не в глаза собеседника, а ниже лица – до уровня груди. Такой взгляд говорит о большой заинтересованности друг другом в общении.

- *Взгляд искоса* используется для передачи интереса или враждебности. Если он сопровождается слегка поднятыми бровями или

улыбкой, он означает заинтересованность. Если же он сопровождается нахмуренным лбом или опущенными уголками рта, это говорит о критическом или подозрительном отношении к собеседнику.

Пантомимика – это походка, позы, осанка, общая моторика всего тела.

● **Походка** – это стиль передвижения человека. Ее составляющими являются: ритм, динамика шага, амплитуда переноса тела при движении, масса тела. По походке человека можно судить о самочувствии человека, его характере, возрасте. В исследованиях психологов люди узнавали по походке такие эмоции, как гнев, страдание, гордость, счастье. Выяснилось, что «тяжелая» походка характерна для людей, находящихся в гневе, «легкая» – для радостных. У гордящегося человека самая большая длина шага, а если человек страдает, его походка вялая, угнетенная, такой человек редко смотрит вверх или в том направлении, куда идет.

Кроме того, можно утверждать, что люди, которые ходят быстро, размахивая руками, уверены в себе, имеют ясную цель и готовы ее реализовать. Те, кто всегда держит руки в карманах – скорее всего очень критичны и скрытны, как правило, им нравится подавлять других людей. Человек, держащий руки на бедрах, стремится достичь своих целей кратчайшим путем за минимальное время.

● **Поза** – это положение тела. Человеческое тело способно принять около 1000 устойчивых различных положений. Поза показывает, как данный человек воспринимает свой статус по отношению к статусу других присутствующих лиц. Лица с более высоким статусом принимают более непринужденную позу. В противном случае могут возникать конфликтные ситуации.

Одним из первых на роль позы человека как одного из невербальных средств общения указал психолог А. Шефлен. В дальнейших исследованиях, проведенных В. Шюбцем, было выявлено, что главное смысловое содержание позы состоит в размещении индивидом своего тела по отношению к собеседнику. Это размещение свидетельствует либо о закрытости, либо о расположении к общению.

Поза, при которой человек перекрещивает руки и ноги, называется закрытой. Перекрещенные на груди руки являются модифицированным вариантом преграды, которую человек выставляет между собой и своим собеседником. Закрытая поза воспринимается как поза недоверия, несогласия, противодействия, критики. Более того, примерно треть информации, воспринятой из такой позы, не усваивается собеседником. Наиболее простым способом вывода из этой позы является предложение что-нибудь поддержать или посмотреть.

Открытой считается поза, в которой руки и ноги не перекрещены,

корпус тела направлен в сторону собеседника, а ладони и стопы развернуты к партнеру по общению. Это – поза доверия, согласия, доброжелательности, психологического комфорта.

Если человек заинтересован в общении, он будет ориентироваться на собеседника и наклоняться в его сторону, а если не очень заинтересован, наоборот, ориентироваться в сторону и откидываться назад. Человек, желающий заявить о себе, будет держаться прямо, в напряженном состоянии, с развернутыми плечами; человек же, которому не нужно подчеркивать свой статус и положение, будет расслаблен, спокоен, находиться в свободной непринужденной позе.

Лучший способ добиться взаимопонимания с собеседником – это скопировать его позу и жесты.

- *Такесика* – роль прикосновений в процессе общения. Здесь выделяются рукопожатия, поцелуи, поглаживания, отталкивания и т.п. Доказано, что динамические прикосновения являются биологически необходимой формой стимуляции. Использование человеком в общении динамических прикосновений определяется многими факторами: статусом партнеров, их возрастом, полом, степенью знакомства.

Неадекватное использование личностью такесических средств может привести к конфликтам в общении. Например, похлопывание по плечу возможно только при условии близких отношений, равенства социального положения в обществе

Обмен рукопожатием – многоговорящий жест, известный с древних времен. Первобытные люди при встрече протягивали друг другу руки раскрытыми ладонями вперед, чтобы показать свою безоружность. Этот жест со временем претерпел изменения, и появились его варианты, такие как помахивание рукой в воздухе, приложение ладони к груди и многие другие, в том числе и рукопожатие. Часто рукопожатие может быть очень информативным, особенно его интенсивность и продолжительность.

Рукопожатия делятся на 3 вида:

- доминирующее (рука сверху, ладонь развернута вниз);
- покорное (рука снизу, ладонь развернута вверх);
- равноправное.

Доминирующее рукопожатие является наиболее агрессивной его формой. При доминирующем (властном) рукопожатии человек сообщает другому, что он хочет главенствовать в процессе общения.

Покорное рукопожатие бывает необходимо в ситуациях, когда человек хочет отдать инициативу другому, позволить ему чувствовать себя хозяином положения.

Часто используется жест, называемый «перчаткой»: человек двумя руками обхватывает руку другого. Инициатор этого жеста подчеркивает,

что он честен и ему можно доверять. Однако жест «перчатка» следует применять к хорошо знакомым людям, т.к. при первом знакомстве он может произвести обратный эффект.

Крепкое рукопожатие вплоть до хруста пальцев является отличительной чертой агрессивного, жесткого человека.

Признаком агрессивности является также пожатие несогнутой, прямой рукой. Его главное назначение – сохранить дистанцию и не допустить человека в свою интимную зону. Эту же цель преследует и пожатие кончиков пальцев, но такое рукопожатие свидетельствует о том, что человек не уверен в себе.

- *Проксемика* – определяет зоны наиболее эффективного общения. Э.Холл выделяет четыре основные зоны общения:

- *Интимная зона* (15 – 45 см) – в нее человек допускает только близких себе людей. В этой зоне ведется негромкий доверительный разговор, осуществляются тактильные контакты. Нарушение этой зоны посторонними вызывает физиологические изменения в организме: учащение сердцебиения, рост кровяного давления, прилив крови к голове, выброс адреналина и др. Вторжение «чужого» в эту зону расценивается как угроза.

- *Личная (персональная) зона* (45 – 120 см) – зона обыденного общения с друзьями, коллегами. Допускается только визуальный – зрительный контакт.

- *Социальная зона* (120 – 400 см) – зона проведения официальных встреч и ведения переговоров, совещаний, проведения административных бесед.

- *Публичная зона* (более 400 см) – зона общения с большими группами людей во время лекций, митингов, публичных выступлений и т.д. [13].

В общении также важно обращать внимание на голосовые характеристики, относящиеся к невербальным средствам общения.

Просодика – это общее название таких ритмико-интонационных сторон речи, как высота, громкость голоса, его тембр.

Экстралингвистика – это включение в речь пауз и различных психофизиологических явлений человека: плача, кашля, смеха, вздоха и т.д.

Просодическими и экстралингвистическими средствами регулируется поток речи, экономятся языковые средства общения, они дополняют, замещают и предвосхищают речевые высказывания, выражают эмоциональные состояния [7].

Нужно уметь не только слушать, но и слышать интонационный строй речи, оценивать силу и тон голоса, скорость речи, которые

практически позволяют выражать наши чувства и мысли.

Голос содержит в себе очень много информации о хозяине. Опытный специалист по голосу сможет определить возраст, местность проживания, состояние здоровья, характер и темперамент его обладателя.

Хотя природа и наградила людей уникальным голосом, окраску ему они придают сами. Те, кому свойственно резко менять высоту голоса, как правило, бодрее. Общительнее, увереннее, компетентнее и гораздо приятнее, чем люди, говорящие монотонно.

Чувства, испытываемые говорящим, отражаются, прежде всего, в тоне голоса. В нем чувства находят свое выражение независимо от произносимых слов. Так, обычно легко распознаются гнев и печаль.

Немало информации дают сила и высота голоса. Некоторые чувства, например энтузиазм, радость и недоверие, обычно передаются высоким голосом, гнев и страх – тоже довольно высоким голосом, но в более широком диапазоне тональности, силы и высоты звуков. Такие чувства, как горе, печаль, усталость обычно передаются мягким и приглушенным голосом с понижением интонации к концу каждой фразы.

Скорость речи также отражает чувства. Человек говорит быстро, если он взволнован, обеспокоен, говорит о своих личных трудностях или хочет нас в чем-то убедить, уговорить. Медленная речь чаще всего свидетельствует об угнетенном состоянии, горе, высокомерии или усталости.

Допуская в речи незначительные ошибки, например, повторяя слова, неуверенно или неправильно их выбирая, обрывая фразы на полуслове, люди невольно выражают свои чувства и раскрывают намерения. Неуверенность в выборе слов проявляется тогда, когда говорящий не уверен в себе или собирается нас удивить. Обычно речевые недостатки более выражены при волнении или когда человек пытается обмануть своего собеседника.

Поскольку характеристика голоса зависит от работы различных органов тела, то в нем отражается и их состояние. Эмоции изменяют ритм дыхания. Страх, например, парализует гортань, голосовые связки напрягаются, голос «садится». При хорошем расположении духа голос становится глубже и богаче оттенками. Он действует на других успокаивающе и внушает больше доверия.

Существует и обратная связь: с помощью дыхания можно воздействовать на эмоции. Для этого рекомендуется шумно вздохнуть, широко открыв рот. Если дышать полной грудью и вдыхать большое количество воздуха, настроение улучшается, а голос непроизвольно снижается.

Важно, что в процессе общения человек больше доверяет знакам

невербального общения, чем вербальному. По оценке специалистов мимические выражения несут в себе до 70% информации. При проявлении своих эмоциональных реакций мы, как правило, более правдивы, чем в процессе вербального общения.

Также следует учитывать, что человек обычно высказывает лишь 80% той информации, которой хотел поделиться. Собеседник воспринимает 70% от сказанного и понимает 60% услышанного, а через 5 часов в его памяти остается в среднем от 10 до 25% воспринятой информации.

3. Стратегии и тактики продуктивного общения

При организации общения необходимо правильно определиться с выбором его стратегии. К основным стратегиям общения относятся:

- *Стратегия открытого общения* предполагает желание и умение выразить полно и доходчиво свою точку зрения, с одной стороны, а с другой – готовность учитывать позицию собеседника.

- *Стратегия закрытого общения* – нежелание, неумение выразить полно и доходчиво свою точку зрения. В отдельных случаях она приемлема и даже необходима при различном уровне субъектов общения и когда бессмысленно тратить время на поднятие уровня компетентности одного из собеседников; или в конфликтных ситуациях.

- *Полузакрытое общение* – одностороннее выпрашивание, попытка выяснить позицию собеседника не раскрывая собственной.

- *Стратегия монологического общения* – излагается собственная позиция и не планируется выяснения позиции других участников.

- *Диалогическое общение* – на равных в общении участвуют все собеседники.

- *Ролевое общение* – предполагает общение исходя из выполняемых социальных ролей (отец, мать, брат, сестра, ребенок, муж, жена).

- *Личностное общение* – общение «по душам» [44].

Стратегии общения реализуются в соответствующих тактиках. Под *тактикой общения* понимается реализация в конкретной ситуации коммуникативной стратегии на основе владения техниками общения и знания его правил.

Если общение с другими людьми проходит гладко, то мы не задумываемся об обоюдных мотивах общения. Если же возникают препятствия и конфликты, мы невольно начинаем задумываться о мотивах другого, проверяем предположения о них и корректируем собственные

ожидания и поведение. Чем сложнее деятельность, тем труднее осознание и точная постановка ее цели. В общении цели чаще всего выражены недостаточно отчетливо. Точно так же мы имеем недостаточно ясные представления о целях общения другого человека, особенно если он и сам их плохо осознает. Поэтому одним из главных факторов, дезорганизующих общение, является *неопределенность его целей*. [32]

Также дезорганизующий характер носит *неадекватное приписывание мотивов партнеру по общению*.

Одним из факторов, дезорганизующих общение, является *навязывание другому неестественных и не вытекающих из ситуации ожиданий*. Если вы хотите участия со стороны другого и одновременно демонстрируете свою силу, агрессивность, непримиримость и жесткость, то даже человеку, склонному проявлять участие, трудно проявить его по отношению к вам.

Быть естественным в общении – одна из труднейших задач. Этому постоянно мешает процесс социального сравнения самого себя с другими, приписывание себе качеств, которые, как нам кажется, приписывают нам и другие. Если искажение происходит в неблагоприятную сторону, то это дезорганизует общение.

Следующим фактором, вызывающим дезорганизацию общения, является *неадекватная техника общения*.

Любая потребность вызывает работу воображения, ведет к активизации деятельности, включающей технику удовлетворения этой потребности. Так, достижение цели, вызванной потребностью в престиже, включает определенную технику удовлетворения этой потребности, вызывающую те или иные действия в партнере: положительную оценку достижений, восхищение. Способы, какими человек вызывает нужное ему поведение в партнере, собственно, и составляют эту технику, которой некоторые владеют хотя и бессознательно, но в совершенстве.

Общение зависит от того, в какой степени нам удалось вызвать в партнере желательные переживания, стремления и виды поведения. На улыбку, как правило, отвечают улыбкой, на приветствие – приветствием, на вопрос – ответом. Поэтому искусство общения состоит как раз в том, чтобы *непринужденно вызывать в другом действия, поддерживающие общение*.

Техника вовлечения другого в общение будет различной в зависимости от того, какая потребность актуализируется в данной ситуации, какие образы возникают в сознании партнера по общению.

Каждая потребность имеет свою специфическую *технику удовлетворения*, которая вырабатывается большей частью бессознательно в повседневном общении и может быть адекватной или неадекватной,

эффективной или неэффективной. Она способствует удовлетворению потребностей, вызвавших необходимость общения.

Ю.М. Орлов [32] выделил следующие основные правила совершенствования самоанализа и техники общения:

П р а в и л о 1. Любой акт общения следует рассматривать с точки зрения ответа на вопрос, какого рода потребности находят удовлетворение в этом общении. Какие мотивы его поддерживают и придают ему смысл? Именно с этой точки зрения следует анализировать в памяти прошлое общение. Такой анализ расширяет наше представление о мотивах общения и совершенствует его опыт.

П р а в и л о 2. Контролируй свои потребности, удовлетворяемые в общении. Чрезмерная потребность, например, получить признание, может сделать тебя смешным и странным. Следует помнить, что контроль потребностей не снижает наслаждения от их удовлетворения.

П р а в и л о 3. Ясно и отчетливо определяй цели общения как свои, так и партнера. Вопросы: «чего я хочу?», «чего хочет он?», – требуют точного ответа.

П р а в и л о 4. Приписывая мотивы, цели общения другому, проверяй их, и если они не согласуются с реальными признаками поведения партнера, отказывайся от данного предположения и выдвигай другое. Мотивация общения гибка и изменяется не только от ситуации, но и в зависимости от личности человека, которого ты вовлекаешь в общение. Не повторяй ошибки глупой кокетки, которая в любой ситуации всем мужчинам приписывает мотивы ухаживания за ней и, конечно, выглядит смешной.

П р а в и л о 5. Изучай способы удовлетворения потребностей, описанных в данной книге, как они проявляются в твоём общении и в поведении других, особенно значимых для тебя людей.

П р а в и л о 6. Не навязывай другому свои шаблоны поведения и свою мотивацию, совершай те действия, которые у партнера вызывают желательные для тебя реакции. Твои действия должны быть стимулом к действиям твоего партнера.

Литература:

1. Горянина, В.А. Психология общения. Учеб. пособие для студентов вузов / В.А. Горянина. – М.: Академия, 2004.

2. Крижанская, Ю.С. Грамматика общения / Ю.С. Крижанская, В.П. Третьяков. – М.: смысл, 1999.

3. Лабунская, В.А. Невербальное поведение / В.А. Лабунская. – Ростов-на-Дону, 1986.

4. Орлов, Ю.М. Восхождение к индивидуальности: кн. для учителя / Ю.М. Орлов. – М.: Просвещение, 1991. – 287 с.
5. Пиз, А. язык телодвижений / А. Пиз. – Нижний Новгород: Ай Кью, 1992.
6. Рогов, Е.И. Психология общения / Е.И. Рогов. – М.: Владос, 2001.
7. Романов, А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей. Диагностические и коррекционные методики: пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей / А.А. Романов. – М.: Школьная пресса, 2003.
8. Скаженик, Е.Н. Деловое общение / Е.Н. Скаженик. – Таганрог: Изд-во ТРТУ, 2006.
9. Столяренко, Л.Д. Психология и этика деловых отношений / Л.Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.

Тема 2.4 Рефлексия как форма активности личности

Люди ищут себя везде, только не в себе самих. В. Ключевский

Понятие рефлексии и ее сущность. Виды и уровни рефлексии. Рефлексивный механизм и его этапы.

1. Понятие рефлексии и ее сущность

Рефлексия всегда привлекала внимание мыслителей еще со времен античной философии, в частности Аристотель определял рефлексию как «мышление, направленное на мышление». Этот феномен человеческого сознания изучается с различных сторон философией, психологией, логикой, педагогикой и т.д.

Рефлексия (от позднелат. reflexio – обращение назад) – это одна из разновидностей актов сознания человека, а именно акт сознания, обращенный на свое знание.

Рефлексию еще часто связывают с интроспекцией. Один из родоначальников метода интроспекции английский философ Дж. Локк считал, что существуют два источника всех человеческих знаний: первый – это объекты внешнего мира; второй – деятельность собственного ума.

На объекты внешнего мира люди направляют свои внешние чувства и в результате получают впечатления (или идеи) о внешних вещах. Деятельность же ума, к которой Локк причислял мышление, сомнение, веру, рассуждения, познание, желания, познается с помощью особого внутреннего чувства – рефлексии. Рефлексия по Локку – это «наблюдение,

которому ум подвергает свою деятельность» [20]. Он указывал на возможность «удвоения» психики, выделяя в ней два уровня: первый – восприятие, мысли, желания; второй – наблюдение или созерцание структур первого уровня. В связи с этим под интроспекцией часто понимают метод изучения свойств и законов сознания с помощью рефлексивного наблюдения. Иными словами, всякая рефлексия, которая направлена на изучение закономерностей, свойственных психике каждого человека, является интроспекцией, а в свою очередь, индивидуальное самонаблюдение, не имеющее такой цели, – только рефлексией.

В отечественной психологии вопросов рефлексии касались почти все авторы существующих психологических концепций. В настоящее время складываются традиции исследования рефлексивных процессов в отдельных областях психологии. Для раскрытия психологического содержания различных феноменов рефлексия рассматривается в рамках подходов к исследованию:

- *сознания* (Выготский Л.С., Гуткина Н.И., Леонтьев А.Н., Пушкин В.Н., Семенов И.Н., Смирнова Е.В., Сопиков А.П., Степанов С.Ю. и др.);
 - *мышления* (Алексеев Н.Г., Брушлинский А.В., Давыдов В.В., Зак А.З., Зарецкий В.К., Кулюткин Ю.Н., Рубинштейн С.Л., Семенов И.Н., Степанов С.Ю. и др.);
 - *творчества* (Пономарев Я.А., Гаджиев Ч.М., Степанов С.Ю., Семенов И.Н. и др.),
 - *общения* (Андреева Г.М., Бодалев А.А., Кондратьева С.В. и др.); ♦
- личности* (Абульханова-Славская К.А., Анцыферова Л.И., Выготский Л.С., Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б. и др.) [55].

Л.С. Выготский, например, считал, что «новые типы связей и соотношений функций предполагают в качестве своей основы рефлексии, отражение собственных процессов в сознании».

Психологической концепцией, в которой рефлексии отводится ведущая роль в самодетерминации человека, является субъектно-деятельностный подход С.Л. Рубинштейна. Он подчеркивал, что «возникновение сознания связано с выделением из жизни и непосредственного переживания рефлексии на окружающий мир и на самого себя».

С понятиями «рефлексия» и «самосознание» С.Л. Рубинштейн связывал определение личности. Давая различные определения личности, он указывал: «Личность в ее реальном бытии, в ее самосознании есть то, что человек, осознавая себя как субъекта, называет своим «я». «Я» – это личность в целом, в единстве всех сторон бытия, отраженная в самосознании... Личностью, как мы видим, человек не рождается;

личностью он становится. Поэтому, чтобы понять путь своего развития, человек должен его рассматривать в определенном аспекте: чем я был? – что я сделал? – кем я стал?» [48]. Все *три позиции «Я»*, которые находятся в центре понимания личности С.Л. Рубинштейном, являются, несомненно, *рефлексивными*. В данной концепции рефлексия имеет не только функции анализа того, что было, но и представляет собой реконструкцию и проектирование своего «я», жизненного пути и в итоге – жизни человека.

По словам Я.А. Пономарева, рефлексия выступает одной из главных характеристик творчества. Человек становится для самого себя объектом управления, из чего следует, что рефлексия, как «зеркало», отражающее все происходящие в нем изменения, становится основным средством саморазвития, условием и способом личностного роста.

Среди современных разработчиков теории рефлексивной деятельности следует отметить А.В. Карпова, И.Н. Семенова и С.Ю. Степанова.

В подходе А.В. Карпова рефлексивность выступает как *метаспособность*, входящая в когнитивную подструктуру психики, выполняя регулятивную функцию для всей системы, а рефлексивные процессы – как «процессы третьего порядка» (считая процессами первого порядка когнитивные, эмоциональные, волевые, мотивационные, а второго порядка – синтетические и регулятивные) [20]. В его концепции рефлексия представляет собой наивысший по степени интегрированности процесс; она одновременно является способом и механизмом выхода системы психики за собственные пределы, что детерминирует пластичность и адаптивность личности.

А.В. Карпов пишет: «способность к рефлексии можно понимать, как умение реконструировать и анализировать понимаемый в широком смысле план построения собственной или чужой мысли; как умение выделять в этом плане его состав и структуру, а затем объективировать их, прорабатывать соответственно ставящимся целям».

В данном подходе рефлексия является синтетической психической реальностью, которая является одновременно процессом, свойством и состоянием. По этому поводу А.В. Карпов отмечает: «Рефлексия – это одновременно и свойство, уникально присущее лишь человеку, и состояние осознания чего-либо, и процесс репрезентации психике своего собственного содержания» [20].

Многие авторы указывают на то, что именно включение рефлексивных функций в деятельность ставит индивида в позицию исследователя по отношению к собственной деятельности и не сводится ни к одной из них.

Рефлексия выполняет определенные *функции*, ее наличие:

- ◆ позволяет человеку сознательно планировать, регулировать и контролировать свое мышление (связь с саморегуляцией мышления);
- ◆ позволяет оценивать не только истинность мыслей, но и их логическую правильность;
- ◆ рефлексия позволяет найти ответы задач, которые без ее применения решению не поддаются.

Психологическую модель рефлексии можно представить в виде схемы (рис. 14).

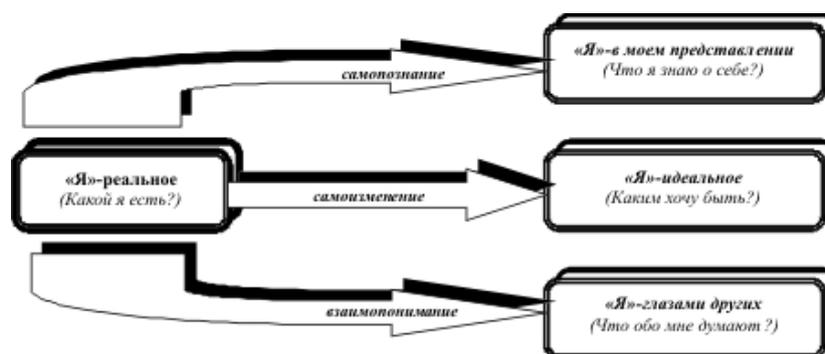


Рисунок 14 – Психологическая модель рефлексии

В работах А.В. Карпова, И.Н. Семенова и С.Ю. Степанова описывается достаточно много видов рефлексии.

С.Ю. Степанов и И.Н. Семенов [55] выделяют следующие типы рефлексии и области ее научного исследования:

- *Кооперативная рефлексия* имеет прямое отношение к психологии управления, педагогике, проектированию, спорту. Психологические знания данного типа рефлексии обеспечивают, в частности, проектирование коллективной деятельности и кооперацию совместных действий субъектов деятельности. При этом рефлексия рассматривается как «высвобождение» субъекта из процесса деятельности, как его «выход» во внешнюю, новую позицию как по отношению к прежним, уже выполненным деятельности, так и по отношению к будущей, проектируемой деятельности с целью обеспечения взаимопонимания и согласованности действий в условиях совместной деятельности. При таком подходе акцент ставится на результаты рефлексирования, а не на процессуальные моменты проявления этого механизма;

- *Коммуникативная рефлексия* – рассматривается в исследованиях социально-психологического и инженерно-психологического плана в связи

с проблемами социальной перцепции и эмпатии в общении. Она выступает как важнейшая составляющая развитого общения и межличностного восприятия, которая характеризуется А.А.Бодалевым как специфическое качество познания человека человеком.

Коммуникативный аспект рефлексии несет ряд функций:

- познавательную;
- регулятивную;
- функцию развития.

Эти функции выражаются в смене представлений о другом субъекте на более адекватные для данной ситуации, они актуализируются при противоречии между представлениями о другом субъекте общения и его вновь раскрывающимися индивидуальными психологическими чертами.

- *Личностная рефлексия* исследует собственные поступки субъекта, образы собственного «я» как индивидуальности. Анализируется в общей и патопсихологии в связи с проблемами развития, распада и коррекции самосознания личности и механизмов построения Я-образа субъекта.

Выделяются несколько этапов осуществления личностной рефлексии:

- переживание тупика и осмысление задачи, ситуации как нерешаемых;
- апробирование личностных стереотипов (шаблонов действия) и их дискредитация;
- переосмысление личностных стереотипов, проблемно-конфликтной ситуации и самого себя в ней заново [55].

Процесс переосмысления выражается, во-первых, в изменении отношения субъекта к самому себе, к собственному «я» и реализуется в виде соответствующих поступков, и, во-вторых, в изменении отношения субъекта к своим знаниям, умениям. При этом переживание конфликтности не подавляется, а обостряется и приводит к мобилизации ресурсов «я» для достижения решения задачи.

На взгляд Ю.М. Орлова, личностный тип рефлексии несет функцию самоопределения личности. Личностный рост, развитие индивидуальности, как сверхличностного образования, происходит именно в процессе осознания смысла, который реализуется в конкретном сегменте жизненного процесса. Процесс же самопознания, в виде постижения своей я-концепции, включающей воспроизведение и осмысление того, что мы делаем, почему делаем, как делаем и как относились к другим, и как они относились к нам и почему, посредством рефлексии ведет к обоснованию личностного права на изменение заданной модели поведения, деятельности, с учетом особенностей ситуации.

- *Интеллектуальная рефлексия* – предметом ее являются знания об

объекте и способы действия с ним. Интеллектуальная рефлексия рассматривается преимущественно в связи с проблемами организации когнитивных процессов переработки информации и разработки средств обучения по решению типовых задач.

В последнее время, помимо этих четырех аспектов рефлексии, выделяют:

- экзистенциальную;
- культуральную;
- саногенную.

Объектом исследования экзистенциальной рефлексии являются глубинные, экзистенциальные смыслы личности.

Рефлексия, возникающая в результате воздействия эмоциогенных ситуаций, ведущих к переживанию страха неудачи, чувства вины, стыда, обиды и т.п., приводящая к уменьшению страдания от негативных эмоций, определяется Ю.М. Орловым как саногенная. Ее основная функция заключается в регуляции эмоциональных состояний человека.

Н.И. Гуткина [20] при экспериментальном изучении выделяет следующие *виды рефлексии*:

- Логическая – рефлексия в области мышления, предметом которой является содержание деятельности индивида.

- Личностная – рефлексия в области аффективно-потребностной сферы, связана с процессами развития самосознания.

- Межличностная – рефлексия по отношению к другому человеку, направлена на исследование межличностной коммуникации. Отечественные ученые С.В. Кондратьева, Б.П. Ковалев выделяют следующие виды рефлексии в процессах педагогического общения:

- Социально-перцептивная рефлексия, предметом которой является переосмысление, перепроверка педагогом собственных представлений и мнений, которые у него сформировались об учащих в процессе общения с ними.

- Коммуникативная рефлексия – заключается в осознании субъектом того, как его воспринимают, оценивают, относятся к нему другие («я – глазами других»).

- Личностная рефлексия – осмысление собственного сознания и своих действий, самопознание.

Е.В. Лушпаевой описывает такой ее тип, как «рефлексия в общении», который представляет собой «сложную систему рефлексивных отношений, возникающих и развивающихся в процессе межличностного взаимодействия».

Автор выделяет следующие компоненты в структуре «рефлексия в общении»:

- личностно-коммуникативная рефлексия (рефлексия «я»);
- социально-перцептивная (рефлексия другого «я»);
- рефлексия ситуации или рефлексия взаимодействия [20]. Наиболее общими способами рефлексирования являются выражение уверенности, предположения, сомнения, вопросы. При этом все виды рефлексии активизируются при условии создания установки наблюдать и анализировать собственное познание, поведение и понимание этого поведения другими.

Уровни рефлексии. А.В. Карповым выделены различные уровни рефлексии в зависимости от степени сложности рефлектируемого содержания:

- *1-й уровень* – включает рефлексивную оценку личностью актуальной ситуации, оценку своих мыслей и чувств в данной ситуации, а также оценку поведения в ситуации другого человека;

- *2-й уровень* предполагает построение субъектом суждения относительно того, что чувствовал другой человек в той же ситуации, что он думал о ситуации и о самом субъекте;

- *3-й уровень* включает представление мыслей другого человека о том, как он воспринимается субъектом, а также представление о том, как другой человек воспринимает мнение субъекта о самом себе;

- *4-й уровень* заключает в себе представление о восприятии другим человеком мнения субъекта по поводу мыслей другого о поведении субъекта в той или иной ситуации.

Формы рефлексии. Рефлексия собственной деятельности субъекта рассматривается в *трех основных формах* в зависимости от функций, которые она выполняет во времени: ситуативная, ретроспективная и перспективная рефлексия.

Ситуативная рефлексия выступает в виде «мотивировок» и «самооценок» и обеспечивает непосредственную включенность субъекта в ситуацию, осмысление ее элементов, анализ происходящего в данный момент, т.е. осуществляется рефлексия «здесь и теперь». Рассматривается способность субъекта соотносить с предметной ситуацией собственные действия, координировать, контролировать элементы деятельности в соответствии с меняющимися условиями.

Ретроспективная рефлексия служит для анализа и оценки уже выполненной деятельности, событий, имевших место в прошлом. Рефлексивная работа направлена на более полное осознание, понимание и структурирование полученного в прошлом опыта, затрагиваются предпосылки, мотивы, условия, этапы и результаты деятельности или ее отдельные этапы. Эта форма может служить для выявления возможных ошибок, поиска причины собственных неудач и успехов.

Перспективная рефлексия включает в себя размышление о предстоящей деятельности, представление о ходе деятельности, планирование, выбор наиболее эффективных способов, конструируемых на будущее.

Субъект деятельности может быть представлен как отдельным индивидом, так и группой.

Исходя из этого, И.С.Ладенко описывает *внутрисубъектные* и *межсубъектные* формы рефлексии.

Во внутрисубъектных формах различают:

- корректирующую;
- избирательную;
- дополняющую.

Корректирующая рефлексия выступает средством адаптации выбранного способа к конкретным условиям.

Посредством *избирательной рефлексии* производится выбор одного, двух или более способов решения задачи.

С помощью *дополняющей рефлексии* производится усложнение выбранного способа посредством добавления к нему новых элементов.

Межсубъектные формы представлены:

- кооперативной;
- состязательной;
- противодействующей рефлексией.

Кооперативная рефлексия обеспечивает объединение двух или более субъектов для достижения ими общей цели.

Состязательная рефлексия служит самоорганизации субъектов в условиях их соревнования или соперничества.

Противодействующая рефлексия выступает средством борьбы двух или более субъектов за преобладание или завоевание чего-либо[20].

Академик М.К. Тутушкина раскрывает смысл понятия рефлексии, исходя из характера ее функций, – конструктивной и контрольной. С позиции конструктивной функции рефлексия – это процесс поиска и установления умственных связей между существующей ситуацией и мировоззрением личности в данной области; активизация рефлексии для включения ее в процессы саморегуляции в деятельности, общении и поведении. С позиции контрольной функции рефлексия – это процесс налаживания, проверки и использования связей между существующей ситуацией и мировоззрением личности в данной области; механизм отражения или использования результатов отражения для самоконтроля в деятельности или общении.

Опираясь на работы Б.А. Зейгарник, И.Н. Семенова, С.Ю. Степанова, автор выделяет три формы рефлексии, различающиеся по объекту работы:

- рефлексия в области самосознания;
- рефлексия образа действия;
- рефлексия профессиональной деятельности, причем, первые две формы являются основой для развития и формирования третьей формы.

Рефлексия в области самосознания – это такая форма рефлексии, которая непосредственно сказывается на сформированности сензитивной способности человека. Она различается тремя уровнями:

1) первый уровень связан с отражением и последующим самостоятельным конструированием личностных смыслов;

2) второй уровень связан с осознанием себя как самостоятельной личности, отличной от других;

3) третий уровень предполагает осознание себя как субъекта коммуникативной связи, анализируются возможности и результаты собственного влияния на окружающих.

Рефлексия образа действия – это анализ технологий, которые применяет личность для достижения тех или иных целей. Рефлексия образа действия ответственна за правильное использование тех принципов действий, с которыми человек уже знаком. Этот анализ представляет собой рефлексию (в чистом виде) как ее представляют в классической психологии, когда непосредственно после какого-либо поступка рефлексирующий анализирует схему действия, собственные ощущения, результаты и делает выводы о совершенстве и недостатках.

3. Рефлексивный механизм и его этапы

В психологических исследованиях общий механизм рефлексии обычно описывается в виде модели «рефлексивного выхода» субъекта за пределы совершаемого в деятельности или «установления отношения» между ее различными структурными образованиями (производными от позиций участвующих в ней кооперантов) с целью преодоления возникающих в ней «разрывов» и остановок. Выход субъекта в метаплан деятельности (т.е. в план тех принципов, которые лежат как бы вне ее и вместе с тем, которые регулируют ее протекание или на которых она строится) осуществляется либо через занятие по отношению к ней внешней позиции, либо через осознание норм, исходных абстракций, и категорий мышления, или экспликацию эталонов оценки и контроля действия, или выделение ориентиров и инвариантов деятельности. Рефлексивное восполнение «разрывов» в деятельности обеспечивает ее воспроизводство и репродукцию в сходных условиях (рис. 15) [5].



Рисунок 15 – Общий механизм рефлексии

Впервые этапы процесса рефлексии выделил Г.П. Щедровицкий:

- 1) исследование ситуации;
- 2) выявление затруднений в деятельности;
- 3) установление причин затруднений;
- 4) критика старой нормы;
- 5) выработка новой нормы [69].

А.А. Тюков выделил шесть этапов в последовательности работы рефлексивного механизма:

1. Рефлексивный вывод – осуществляется тогда, когда другими средствами и способами невозможно познать другого человека и самого себя.

2. Интенциональность (интенция – направленность) – направленность на объект рефлексирования, выделение его среди других объектов.

3. Первичная категоризация – выбор первичных средств, с помощью которых осуществляется рефлексирование.

4. Конструирование системы рефлексивных средств – выбранные первичные средства объединяются в некоторую систему, что дает возможность более целенаправленно и обоснованно проверить рефлексивный анализ.

5. Схематизация рефлексивного содержания – проводится за счет использования разных знаковых средств: образов, символов, схем, языковых конструкций.

6. Объективизация рефлексивного описания – оценка и обсуждение

полученного результата; в случае, когда результат неудовлетворителен, процесс рефлексии запускается вновь.

С.Ю. Степанов и И.Н. Семенов понимали механизм рефлексии с точки зрения личностно-смысловой обусловленности, а именно «как *переосмысления и перестройки субъектом содержаний своего сознания, своей деятельности, общения, т.е. своего поведения, как целостного отношения к окружающему миру*».

В процессе переосмысления они выделяют 5 этапов (фаз):

1) *актуализация* смысловых структур «я» при вхождении субъекта в проблемно-конфликтную ситуацию и при ее понимании;

2) *исчерпание* этих актуализировавшихся смыслов при апробировании различных стереотипов опыта и шаблонов действия;

3) их *дискредитация* вплоть до полного обесмысливания в контексте обнаруженных субъектом противоречий;

4) *инновация* принципов конструктивного преодоления этих противоречий через осмысление целостным «я» проблемно-конфликтной ситуации и самого себя в ней как бы заново – собственно фаза «переосмысления»;

5) *реализация* этого заново обретенного целостного смысла через последующую реорганизацию содержаний личного опыта и действенное, адекватное преодоление противоречий проблемно-конфликтной ситуации [55].

Итак, рефлексирование – это сложная деятельность, требующая времени, усилий, определенных способностей. Однако именно рефлексия позволяет сделать процесс самопознания более целенаправленным и осознанным.

Вопросы для самопроверки

1. Какова суть понятия «рефлексия»?
2. Назовите функции рефлексии.
3. Какие компоненты включает в себя психологическая модель рефлексии?
4. Какие типы рефлексии определяют С.Ю. Степанов и И.Н. Семенов?
5. Какие виды рефлексии определяет Н.И. Гуткина?
6. Перечислите уровни рефлексии.
7. Рефлексия в области самосознания – это...
8. Дайте характеристику механизму рефлексии.

9. Какие этапы выделяются в механизме рефлексии?
10. Какие этапы рефлексии выделил Г.П. Щедровицкий?

Литература:

1. Анисимов, О.С. Новое управленческое мышление: сущность и пути формирования / О.С. Анисимов. – М., 1991.
2. Карпов, А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А.В. Карпов. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – 424 с.
3. Плигин А.А. Рефлексия как психологический феномен и проблемы ее развития у школьников. Электронный ресурс. Режим доступа: http://www.pligin.ru/articles/pligin_refleksia2009.htm
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
5. Рубинштейн, С.Л. Бытие и сознание. человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
6. Степанов, С.Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследования / С.Ю. Степанов, И.Н. Семенов // Вопросы психологии. – 1985. – №3. – с. 31–40.
7. Щедровицкий, Г.П. Рефлексия и ее проблемы / Г.П. Щедровицкий. – М., 1975.

Тема 2.5. Поведение как форма активности личности

Сущность поведения. Нейропсихические элементы поведения. Базисные факторы в поведении. Привычки и поведение.

1. Сущность поведения

Психологически познать человека – это значит получить информацию о его психологических особенностях, понять его внутреннее состояние и на основании этих знаний предсказать его действия, поступки, поведение в различных жизненных ситуациях. Понимание, а главное предугадывание поведения других людей является одним из основных мотивов изучения психологии для многих обучающихся.

Значительные успехи по выяснению природы человеческого поведения были достигнуты в начале XX в. Впервые основоположником бихевиоризма Д. Уотсоном было провозглашено, что душа человека

является принципиально непознаваемой, а человеческое поведение есть проявление двухзвенной схемы: (S – R) стимул – реакция. Данное заявление было закреплено открытием В.М. Бехтеревым «сочетательного рефлекса» или, в терминах экспериментальных исследований И.П. Павлова, «условного рефлекса», которые на целые десятилетия были объявлены фундаментальными постулатами для объяснения поведенческих реакций.

В начале 30-х гг. американский психолог Э. Толмен пришел к заключению, что направляющим началом поведения является цель человека, а связи между стимулом и реакцией являются не прямыми, а опосредованными через «промежуточные переменные»: цель, ожидание, гипотезу, знак и его значение, когнитивную картину мира.

Важный вклад в изучение поведения личности привнесла гештальтпсихология, ярким представителем которой является К. Левин.

Он писал, что для объяснения поведения необходимо определить действующую целостную ситуацию, представляющую структуру поля и состояние личности. Важно выявить саму эту ситуацию и то, как она представлена в субъективном восприятии действующих в ней людей.

Опираясь на зарубежные исследования неопрейдистских школ, придающих области бессознательного решающую роль в регуляции поведения, некоторые авторы пытались объяснить разрыв между поведением и осознанием через бессознательные регуляторы. Это работы Б.Ф. Поршнева, В.В. Налимова, В.П. Трусова.

Современными западными школами, объясняющими и исследующими регуляцию поведения человека, являются:

- нейролингвистическое программирование (Р. Бендлер, Дж. Гриндер и др.);
- транзакционный анализ (Э. Берн, М. Джеймс, Д. Джонгвард и др.);
- неогештальтпсихология (Ф. Перлз);
- психоанализ (З. Фрейд, К. Юнг, Э. Фромм, К. Хорни) и др. [67].

Итак, *поведение* в психологии определяется как распределенная в пространстве и времени активность живого организма, направленная на удовлетворение им своих потребностей; совокупность действий и поступков.

Поведение – это присущее живым существам взаимодействие со средой, опосредованное их внешней (двигательной) и внутренней (психической) активностью [21].

Поведение также трактуется как способ реализации доступных индивиду субъект-объектных и субъект-субъектных отношений.

В. Суходольский, изучив подавляющее большинство отечественных трудов по теме «деятельность - поведение», пришел к выводу, что именно

у С.Л. Рубинштейна впервые отражено различие между двумя видами человеческой активности. Если деятельность – это ряд последовательно совершаемых действий, то поведение – это система поступков.

Характер поведения индивида определяется как его индивидуальными (поведенческими) возможностями, так и характером (со-держанием) его оценок тех или иных объектов, процессов, явлений окружающего мира.

В своем поведении человек ориентируется как на потребный результат той или иной потребности, так и на привычные и доступные ему способы поведения, которое всегда имеет индивидуальные черты.

Поведение также является способом самоутверждения, способом отстаивания и реализации индивидом своих жизненных интересов.

Наиболее распространена точка зрения, согласно которой на поведение индивида комбинированно влияют биологические и средовые факторы: индивид генетически предрасположен к определенным поведенческим проявлениям, которые в большей или меньшей степени формируются под воздействием среды.

Поскольку поведение служит удовлетворению потребностей индивида, оно подразделяется на виды в соответствии с характером потребности:

- пищевое;
- защитное;
- половое;
- познавательное;
- родительское;
- социальное;
- служебное и т.п. [21].

Каждую из базисных потребностей индивида могут обслуживать несколько видов поведения. К примеру, половое поведение – это и родительское, и сексуальное, а социальное поведение – это и служебное, и производственное, и гражданское.

Поведение является фактором адаптации, которая достигается как путем перестроек внутри организма, так и путем изменений его поведения в окружающем мире.

Мышление и сознание являются способами психического обеспечения поведения, а воображение может становиться видом (виртуального) поведения, если индивид затрачивает на него значительную часть своей психической активности.

К фактам поведения относятся:

- ◆ все внешние проявления процессов физиологических, связанных с

состоянием, деятельностью и общением людей – поза, мимика, интонации и пр.;

- ◆ отдельные движения и жесты;
- ◆ действия как более крупные акты поведения, имеющие определенный смысл;

- ◆ поступки – еще более крупные акты, как правило, имеющие общественное, социальное значение и связанные с нормами поведения, отношениями, самооценкой и пр. [21].

Единицей анализа поведения является поступок.

В поступке проявляется и формируется личность человека. Реализации поступка предшествует внутренний план действия, где представлено сознательно выработанное намерение, есть прогноз ожидаемого результата и его последствий. Поступок может быть выражен:

- действием или бездействием;
- позицией, высказанной в словах;
- отношением к чему-либо, оформленным в виде жеста, взгляда, тона речи, смыслового подтекста;
- действием, направленным на преодоление физических препятствий и поиск истины.

При оценке поступка необходимо учитывать систему норм, принятых в данном социуме. Для поступка важен нравственный смысл действия, а само действие следует рассматривать как способ осуществления поступка в конкретной ситуации.

В поступке выделяются следующие компоненты:

- мотив поступка (что его направляет);
- цели поступка (могут совпадать, частично совпадать или противоречить интересам других людей);
- предмет преобразования (сам человек или личность другого человека; этим поступок и отличается от действия);
- средства (словесные, практические, наглядные; прямые, косвенные и др.);
- процесс (собственно поступок);
- результат (внутри- или межличностные изменения);
- оценка (для того чтобы оценить поступок, необходимо знать мотивы) [21].

Инициативное и шаблонное поведение. Поведение должно быть эффективным в плане основного своего назначения – удовлетворения потребностей индивида. Кроме того, оно должно быть этичным, т.е. соответствовать требованиям морали и нравственности: не наносить ущерба другим индивидам и не затруднять удовлетворение ими своих потребностей.

Важными факторами *инициативного поведения* являются:

- ◆ разнообразие способов поведения, которыми располагает индивид;
- ◆ быстрота, гибкость, своевременность переключения с одного способа действий на другой в случае необходимости;
- ◆ точный учет ситуации и ее динамики, способность индивида – субъекта поведения – «вписывать» действия в ситуацию и как бы ей подчиняться (т.е. следовать ее логике) и вместе с тем достигать своих целей;
- ◆ способность придавать своим действиям более широкий смысл и в этом плане подчинять себе конкретную ситуацию;
- ◆ способность действовать на основании прогноза, т.е. упреждающе, опережающе;
- ◆ при действиях на основании установки – гибкость, точность, своевременность объективации;
- ◆ способность действовать с полной затратой усилий, не останавливаясь перед затруднениями;
- ◆ способность доводить начатое до конца;
- ◆ способность удерживать отдаленную цель: четкая целеориентированность поведения [21].

Индивид – это элемент системы отношений, в которую он оказался включенным, и вместе с тем носитель этой системы в своей голове. Благодаря этому, а также особенностям своей потребностной сферы, в поведение индивида входит субъективность. *Субъективным* является любое поведение индивида, будь-то инициативным или шаблонным: при внешнем сходстве поведения многих людей в поведении каждого из них можно различить индивидуальные черты, особенно если это позволяют условия, в которых они оказались. При этом индивидуальность одного проявляется инициативностью его поведения, а индивидуальность другого – шаблонностью.

Шаблонность и инициативность являются характеристиками стиля поведения и его эффективности.

Шаблон – это образец, это совокупность черт, свойств, качеств того или иного объекта, которая индивидом воспринимается и используется как неизменная – и в целом, и в своих соотношениях. В ряде случаев шаблоны необходимы, в ряде других случаев неуместны или даже вредны.

В наиболее общем плане шаблоны можно считать носителями идеи неизменяемости и однообразия, которые противопоставляются индивидом разнообразию, своеобразию, индивидуальным особенностям объектов окружающего мира. Шаблон предполагает копирование, и чем ближе к оригиналу, тем лучше.

Склонность индивида шаблонировать окружающее – признак и

проявление консервативности его мышления. При этом необходимо различать:

- шаблоны в материальном производстве;
- шаблоны в поведении;
- шаблоны в мышлении и в оценках.

В оценках и поведении индивидов шаблоны нежелательны, что же касается промышленного производства, то шаблоны тут необходимы. В промышленности шаблоны имеют важное значение, служа унификации и единообразию деталей различных машин и механизмов, взаимозаменяемости запасных частей: без шаблонов это было бы невозможным.

Шаблонность в поведении чревата:

– снижением способности индивида найти решение в новой, неизвестной ему ранее ситуации: он лишь пытается приложить к ней тот или иной поведенческий шаблон (фиксированный способ действий) и не способен найти новый и неожиданный способ;

– отставанием индивида от динамики ситуации: приверженность шаблону, даже поначалу оказавшемуся приемлемым для данной ситуации, в случае ее изменений «выбрасывает» поведение из необходимых пределов, делая его не соответствующим реальности, а следовательно, и неэффективным;

– шаблонность поведения индивида делает его предсказуемым; – применив достаточно удачно какой-либо способ действий в одной определенной ситуации, шаблонно мыслящий индивид начинает полагаться на него как на универсальный, подходящий для любого случая жизни.

Однако при этом шаблонно действующий индивид способен:

● действовать с полной затратой усилий, не останавливаясь перед затруднениями. Но ему трудно учитывать специфику этих затруднений;

● доводить начатое до конца, но при несоответствии характера действий требованиям ситуации его способ действий оказывается нерациональным, неэкономичным, излишне затратным;

● стремиться к отдаленной цели. Но для него становится почти невозможным ее достижение вследствие неспособности гибко пере-страиваться по ходу дела.

Причинами шаблонности в поведении могут быть:

- стремление индивида решать различные жизненные проблемы и ситуации каким-либо одним или одним из немногих способов, наиболее проверенным и, по его мнению, надежным: других он или не склонен, или не способен искать и находить;

- повышенная тревожность: индивид просто боится поступать иначе, уверен только в привычном для себя способе;
- незнание своих возможностей или неверие в них. Обучение и накопление жизненного опыта может существенно изменить стиль его поведения;
- неспособность индивида рассматривать объект с различных сторон одновременно (симультанность восприятия);
- как следствие установки индивида на одно определенное действие;
- шаблонность его оценок, повышенная склонность его к стереотипии [21].

2. Нейропсихические элементы поведения

Д.В. Колесов выделяет три базисных нейропсихических явления (и механизма), которые связаны между собой в значительно большей степени (мере), чем принято считать, это:

- условный рефлекс;
- доминанта;
- установка [21].

Условный рефлекс

Каждое существо окружает множество неизвестных ему объектов, процессов, явлений и если оно начнет взаимодействовать со всеми объектами подряд, то силы его быстро иссякнут и оно не сможет обеспечивать и поддерживать свою жизнь. Следовательно, каждому существу, способному к поведению, необходимо иметь для него какой-либо надежный ориентир – механизм обнаружения во внешнем мире нужного и избегания ненужного, механизм выявления объектов, которые могут послужить удовлетворению какой-либо из числа его потребностей. Однако иметь критерии полезности заранее для каждого вида объектов невозможно, поэтому природа избрала механизм локальной временной связи, если незнакомый объект находится в одном и том же месте или появляется одновременно со знакомым и полезным, можно надеяться, что и этот пока незнакомый объект понадобится. Так возник механизм *условных связей (условных рефлексов)*.

Потомство каждого вида существ наследует от родителей как совокупность потребностей, так и видовой опыт их удовлетворения – информацию об объектах внешней среды, взаимодействие с которыми ведет к удовлетворению потребностей, и способы взаимодействия с такими объектами. В основе данной информации лежат некоторые устойчивые, внеситуационные, характерные признаки, получившие название ключевых: однозначно соответствующие объектам и ситуациям,

которые необходимы для удовлетворения потребностей.

Видовой опыт многократно апробирован предшествующими поколениями существ данного вида и вполне пригоден для ситуаций, не выходящих за определенные рамки. Закрепляется и передается по наследству только удачный опыт. Воспринимая объект – носитель ключевого признака, существо «знает», как на него реагировать, и отвечает реакцией, не зависящей от остальных параметров ситуации (включая и наличие каких-либо иных объектов с иными признаками), т.е. реагирует безусловно. Такой ответ получил название безусловного рефлекса, иначе – инстинктивной реакции.

Безусловный рефлекс – форма проявления инстинкта (форма наследственной передачи наиболее жизненно полезной информации об объектах окружающего мира и способах взаимодействия с ними).

Все более выраженная способность поднимающихся по эволюционной лестнице существ дополнять видовой опыт индивидуальным и тем самым расширять свой внешний мир (сферу значимого) реализуется посредством механизма условных связей – фактора повышения надежности существования в разнообразных и изменяющихся условиях среды. *Условный рефлекс* является приобретенным.

Изучение условных рефлексов связано в первую очередь с именем И.П. Павлова. Он показал, что новый условный стимул может запустить рефлекторную реакцию, если он некоторое время предъявляется вместе с безусловным стимулом.

Образование условных связей – это механизм нахождения существом потенциально значимых для него объектов и проявления в отношении к ним своей активности. Условные связи могут возникать лишь на основе безусловных, получая свою долю этой определенности применительно к конкретной разнообразной среде. Значимость объекта функционирует в ЦНС и психике в виде информации о способности удовлетворить какую-либо из потребностей.

Базисом условного рефлекса, то есть возникновения связи между двумя стимулами – новым (ситуационным) и уже имеющимся (внеситуационным) – является совпадение их во времени в одном и том же месте. Например, если собаке дать понюхать мясо, то у неё выделяется желудочный сок (это безусловный рефлекс). Если же одновременно с появлением мяса звенит звонок, то нервная система собаки ассоциирует этот звук с пищей, и желудочный сок будет выделяться в ответ на звонок, даже если мясо не предъявлено. При этом должна быть ясной последовательность первого и второго стимулов, ведь собака может услышать огромное множество звонков, и сами по себе они ей

безразличны, а вот пища – важнейший фактор продолжения ее жизни, пища важна для нее в любой ситуации. И получается так, что благодаря совпадению ничего самого по себе незначущего сигнала (стимула) со значимым безусловно (т.е. всегда, в любой обстановке, в любой ситуации) первый из этих стимулов, сам по себе ничего животному не говорящий, начинает ему – впервые для него – говорить о мясе.

Механизм условных связей ценен еще и тем, что один и тот же безусловный стимул может подкреплять различные индифферентные (т.е. не выделяемые ранее существом из фона) сигналы (объекты, ситуации, события, явления), распространяя на них свою значимость, существо оказывается в состоянии удовлетворять одну и ту же свою потребность за счет различных объектов среды и в разных ситуациях. Здесь встает проблема выбора из них наиболее подходящего. Этому и служит появляющийся в ходе эволюции механизм оценки.

Соотношение первично значимого (безусловного) и значимого вторично (условного) стимулов показано на рис. 16, где стабильный внутренний круг – видовая (первичная, безусловная) значимость, а внешний, все расширяющийся круг – индивидуальная (вторичная, условная) значимость. Внутренний круг у всех представителей данного вида одинаков, внешний различен соответственно по условиям жизни и характеру жизненного опыта.

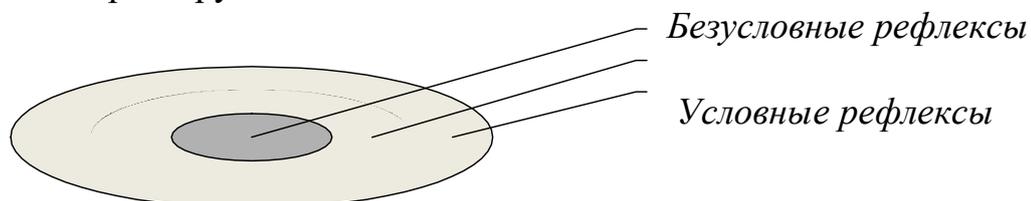


Рисунок 16 – Соотношение безусловного и условного стимулов

В элементарных поведенческих актах, особенно оборонительного характера, доминирует безусловная значимость, и рефлекторный ответ существа на стимул имеет характер «классической» рефлекторной дуги: замыкание этой дуги происходит не в центральной нервной системе, а ниже, и акцептора действия здесь нет, его роль играет сам факт прекращения контакта с опасным объектом (отдергивание руки).

Сложное поведение складывается из элементарных и первоначально в большинстве случаев условно-рефлекторных поведенческих актов. При этом нейрофизиологическая схема поведения в ходе эволюции усложняется, а сами условные рефлексы обретают форму рефлекторного кольца, причем обязательно формируется «акцептор действия» (П.К. Анохин), который и задает меру, и оценивает (именно путем сравнения)

то, что предполагалось совершить в данной ситуации, с тем, что реально совершилось. В случае несовпадения требуемого и осуществленного действия продолжают, пока не наступит такое совпадение.

У каждого существа в процессе взаимодействия с окружающими и накопления следов этих взаимодействий в центральной нервной системе складывается индивидуальный жизненный опыт, который является одновременно и способом формирования вторичных потребностей на основе базисных путем формирования условных (пространственных и временных) связей с теми или иными объектами окружающей среды. Особенностью человека, в сравнении с животными, является его способность к формированию условных рефлексов высокого порядка (до седьмого), обуславливающему появление новых условных связей не только на базе безусловных, но и на базе выработанных ранее условных. При этом данный процесс вовсе не безошибочен. Если индивидуальный опыт накапливается за счет проб и ошибок, то видовой – за счет гибели или выживания существ.

Выработка одного условного рефлекса на базе другого условного рефлекса, который и сам возник на основании еще одного условного рефлекса, – это характерная для человека цепочка значимости, процесс распространения потребностно необходимой информации от базисного ее носителя посредством многозвенного информационного процесса [9].

Доминанта. У человека множество потребностей, производных от четырех базисных:

- потребности в веществе и энергии;
- потребности в безопасности;
- потребности в продолжении рода;
- потребности в новой информации [21].

Вместе с тем известно, что в центральной нервной системе не бывает «путаницы» при удовлетворении потребностей: как только определится, какая потребность получает право быть удовлетворенной в первую очередь, так ей и подчиняется поведение. Как правило, не бывает так, чтобы, начав удовлетворять какую-либо важную потребность, человек «оставлял» ее и хватался за что-либо другое, начинал действия, важные для удовлетворения другой потребности. Иначе говоря, хаоса в удовлетворении потребностей, тем более базисных, не бывает: он не совместим с жизнью.

У нормального индивида поведение, как правило, объяснимо, предсказуемо, упорядоченно, внутренне цельно и логично. Напротив, при каких-либо нарушениях функционирования головного мозга поведение может стать нелепым, нелогичным, неупорядоченным, «судорожным».

Упорядочение потребностных циклов (и соответствующих им потребностных возбуждений) в единую поведенческую структуру происходит за счет формирования доминанты. Доминанта – это специальный механизм удержания приоритета той потребностью, удовлетворение которой уже началось. Этот особый механизм позволяет потребности удовлетворяться до конца, обеспечивая полноту и надежность ее удовлетворения в условиях различных внешних помех и в условиях возможной актуализации других потребностей.

В ходе эволюции в головном мозге сформировалось несколько функциональных центров («блоков»):

- ◆ центр базисных жизненных функций (продолговатый мозг): центры дыхания и кровообращения;

- ◆ центр формирования побуждений к тому или иному виду жизнедеятельности с точки зрения удовлетворения базисных потребностей (гипоталамус: пищевой, половой и т.д.); потребностное возбуждение возникает здесь и именно отсюда распространяется на другие отделы центральной нервной системы);

- ◆ центр все более полной, гибкой и точной оценки степени и стоимости удовлетворения в различных ситуациях потребностей и выбора в соответствии с этим наиболее эффективных способов поведения (лимбическая система);

- ◆ центр прогнозирования событий внешнего мира и формирования моделей собственного поведения ради удовлетворения потребностей, надежного функционирования организма и поддержания жизнедеятельности (кора больших полушарий головного мозга и особенно лобные ее доли).

Наряду с этим постепенно сформировалась система энергетического обеспечения деятельности всех этих центров и головного мозга в целом – ретикулярная формация [21].

Доминанта (от лат. *dominus* – господствующий) – понятие, предложенное А.А. Ухтомским, обозначающее господствующий в тот или иной временной отрезок очаг физиологического возбуждения в центральной нервной системе, на который происходит «переключение» раздражителей, которые обычно индифферентны относительно этого очага. За счет этого возбуждение «накапливается», а работа других нервных центров тормозится. Включает в себя нервные центры, имеющие корковую локализацию, и субкортикальные компоненты, совместная работа которых находит свое выражение в вегетативной и гуморальной динамике. Доминанта характеризуется повышенной возбудимостью, стойкостью возбуждения, суммативностью последовательно приходящих нервных импульсов, что является нейрофизиологической основой

направленного поведения

Доминанта обеспечивает:

- ▶ первоочередность данного нейropsychического процесса или явления перед другими до его собственного естественного завершения;
- ▶ обязательность реализации психического процесса или явления до его собственного естественного завершения;
- ▶ обеспечение полноты реализации психического процесса или явления (доведения до завершения действий, направленных на удовлетворение потребности).

Свойства доминанты:

- способность к суммации (накоплению) возбуждения под влиянием приходящих нервных импульсов.
- Инертность (в положительном смысле): способность удерживать в себе и продолжать уже начавшееся возбуждение.
- способность подчинять себе другие нервные центры (т.е. как бы отнимать энергию, за их счет увеличивая собственную, в этом и заключается смысл термина «доминирование»).

А.А.Ухтомский приводит следующие характеристики доминанты:

- повышенная возбудимость того или иного центра, чтобы он стал способен принимать приходящий импульс;
- стойкость возбуждения («возбуждение не должно быть мимолетным во времени»); вероятно, чем больше нервных элементов участвует в конstellации доминанты, тем дольше она не может «успокоиться», однажды придя в состояние возбуждения, тем больше будет ее инерция, тем длительнее ее влияние на течение реакций в организме.

Колесов Д.В. утверждает, что существуют два основных стимула:

- ◆ *стимульное возбуждение* – возбуждение в ответ на стимул;
- ◆ *потребностное возбуждение* – возбуждение как результат отсутствия стимула. При этом отсутствие не всяких стимулов возбуждает центральную нервную систему, а только тех (стимулы внешней среды), которые связаны с удовлетворением какой-либо потребности [21].

Потребностное (депривационное) истимульное возбуждения – два различных и самостоятельных вида возбуждений, играющих различную роль в осуществлении процессов жизнедеятельности и соответственно в удовлетворении потребностей. Потребностное возбуждение имеет приоритет перед стимульным в удовлетворении всех потребностей, за исключением потребности самосохранения, где они совпадают.

Доминанта формируется путем распространения потребностного возбуждения на те или иные отделы центральной нервной системы. И

только после этого и в результате этого они обретают способность воспринимать ранее индифферентные для них стимулы, а также способность суммировать и удерживать стимульные возбуждения (т.е. реализовывать свойства нервных клеток к инерции состояний и суммации возбуждений).

По существу, доминантной на время становится вся та нервная «территория», на которую распространилось потребностное возбуждение. Это распространение – фактор объединения центров (единым состоянием!), после чего на всей их совместной территории становится возможной суммация стимульных возбуждений, а затем формирование совокупности исполнительных элементов. И, наконец, команда к действию – действию до того самого момента, когда потребность будет удовлетворена. После этого потребностное возбуждение угасает – потребностное побуждение прекращается. Следовательно, угасает и сама доминанта.

Существует механизм, который поддерживает вероятность ее возобновления: механизм проторения (принцип «проторенного пути»). Суть его в том, что нечто однажды произошедшее может повториться с большей вероятностью, чем возникновение чего-то совсем иного. В его основе – следы предшествующих возбуждений, имеющие, возможно, и структурное (морфологическое) основание. Интенсивность и устойчивость этих следов – один из важнейших механизмов обучения, запечатления («импринтинга») и установки.

Следует различать не только два вида возбуждения, но и два вида доминант:

- *доминанта отношения;*
- *доминанта исполнения (рабочая доминанта).*

Вторая формируется на «территории» первой путем суммации стимульных возбуждений в тех именно участках доминирующей констелляции центров, которые позволяют удовлетворить данную потребность наиболее полно именно в данных условиях. Доминанта отношения выражает саму природу потребности, а рабочая доминанта – возможность реализовать эту потребность в конкретной ситуации конкретными действиями, т.е. в пределах единичного потребностного цикла.

У каждой потребности есть ядро, а в нем две части: генератор возбуждения и модель потребного результата. Ядро потребности – группа клеток гипоталамуса, способных вырабатывать нервные импульсы, распространяющиеся на другие отделы центральной нервной системы, а от них в конечном счете в виде специальных команд – на исполнительные

органы. Исполнительная система воздействует на объект потребности, вследствие чего с ним происходят необходимые изменения.

У каждой из базисных потребностей свои причины для возрастания активности генератора возбуждения в ее ядре. У потребности в веществе и энергии – снижение во внутренней среде организма содержания необходимых для продолжения жизни существа веществ. У потребности в воспроизведении потомства – ослабление следов (впечатлений) от предыдущих взаимодействий с представителями другого пола, некое состояние специфической (сексуальной) депривации. У потребности в самосохранении, напротив, поступление в ядро потребности информации, свидетельствующей об опасности.

Соответственно потребным результатом для первой из этих потребностей будет появление во внутренней среде организма в нужном количестве нужных веществ, для второй – получение существом должного количества ощущений от взаимодействия с представителем другого пола, для третьей – прекращение информации об опасности.

Совпадение реально достигнутого результата с моделью потребного результата, с тем, что требовалось, вызывает ощущение удовлетворенности, удовольствия. Это удовольствие есть сигнал полного совпадения достигнутого с необходимым. Но у него есть и еще одна, и очень важная функция: оно способствует закреплению избранного способа действий (оказавшегося удачным, поскольку удовлетворение было достигнуто) – объективно как необходимого, субъективно как наиболее приятного.

Доминанта совершенствуется по мере накопления жизненного опыта. В ходе накопления опыта успешных действий доминанта совершенствуется благодаря участию гедонического механизма, и все ненужные (лишние) движения или действия для удовлетворения потребности впредь отпадают.

Установка. Установка относится к числу базисных нейропсихических элементов (организации) поведения наряду с условным рефлексом и доминантой. При этом установка несет в себе черты и условного рефлекса, и доминанты.

От просто условного рефлекса установка отличается тем, что:

- представляет собою рефлекс с отсроченным ответом: эта отсроченность между стимулом и реакцией позволяет охватить определенный период времени, следующий за действием фактора, и учесть дополнительные обстоятельства (посредством процесса объективации);

- установка может образовываться (по типу условного рефлекса) не только в ответ на внешние стимулы, но также и в ответ на происходящие в психике процессы [21].

Что же касается черт установки как доминанты, то механизм доминанты родственен установке: сформировавшись, установка действует именно как доминанта, но в строго определенной сфере *поведения*. Благодаря механизму объективации установка позволяет вносить поправки в этот механизм доминанты, более гибко приспосабливаться к текущим обстоятельствам ради изначально (в момент формирования установки) определившегося установочного эффекта (результата).

Установка – это психологическое состояние предрасположенности субъекта к определенной активности в определенной ситуации. Данное явление открыто немецким психологом Л. Ланге (L. Lange, 1888). Как общепсихологическая теория установки разработана Д.Н. Узнадзе на основе его многочисленных экспериментальных исследований.

Полезность установки как нейропсихического механизма заключается в возможности сиюминутное поведение индивида подчинять тем достижениям, которые реальны лишь в будущем, лишь как результат последовательности определенным образом ориентированных усилий. И в этом плане установку можно определить как механизм целеудержания.

Установка – это особая форма опережающего отражения, конкретизированная на определенное действие, способ внесения определенности в будущее время и проекции (индивидом) себя в будущее. Наличие установки снижает вероятность действий индивида в каких-либо иных (не соответствующих ей) направлениях и тем самым способствует формированию определенной линии поведения.

Благодаря установкам психическая деятельность организуется так, что, даже забывая на время свою цель, индивид может ей следовать фактически. Установка позволяет также преодолевать сиюминутные отвлечения – а вернее, отвлекаясь на текущее, не терять направленности действий на главное: в этом она более гибкая, чем доминанта, хотя и обладает ее чертами.

Д.Н. Узнадзе писал «Возникновению сознательных психических процессов предшествует состояние, которое мы называем установкой – готовностью к определенной активности, возникновение которой зависит от наличия следующих условий: от потребности, актуально действующей в данном организме, и от объективной ситуации удовлетворения этой потребности...».

Установочные явления психики принадлежат к кругу явлений опережающего отражения действительности. К ним относятся и выработавшийся условный рефлекс, и сложившаяся оценка, и сформировавшееся отношение. При этом характер нашей оценки будет во многом определять и содержание установки.

Итак, установка – это повышенная готовность индивида к заранее

определенному действию, как только для него будут условия.

Установка как психическое явление (феномен) и особый нейропсихический механизм «вырастает» на базе условного рефлекса. По существу, это значительно развившийся, усложнившийся, обретший новые качества и включенный в систему разнообразных связей условный рефлекс. И важнейшим моментом здесь явилась отсрочка условно-рефлекторного ответа: между стимулом и ответом появляется этап (механизм) накопления жизненно важной информации – ответ становится более «взвешенным», может быть отнесен в будущее, а следовательно, и в новые ситуации.

Установка может быть *зрелой* и *незрелой*.

Незрелая установка формируется спонтанно, под влиянием случайного вывода, мимолетного впечатления, незавершенной и некачественной оценки – к примеру, установка «бить чужих».

Зрелая же установка формируется на основании тщательного обдумывания, анализа, взвешивания всех обстоятельств, т. е. с использованием по возможности всех наличных ресурсов психики. Зрелая установка формируется осознанно, а затем может реализоваться неосознаваемо (чтобы избежать помех и не загружать сознание, у которого и без нее много дел), но с сохранением строго дозируемого механизма объективации – подключения сознания и механизма ревизии оценки: вновь и вновь с эталоном сравнивается текущее и определяются мера расхождения и необходимые коррективы в поведении. Иными словами, сначала формируется акцептор действия, затем происходит постоянное, но неосознаваемое отслеживание соответствия ему текущих результатов, а затем – в случае необходимости – включается сознание и все совокупные ресурсы психики.

Понятие установки частично совпадает с понятием привычки, склонности, черты характера: наличие прочно закрепившихся установок (несомненно) определяет стиль поведения индивида и позволяет делать выводы о его характере.

Установка может формироваться (складываться) *как осознанно, так и неосознанно*.

В первом варианте установка может затем лишней раз о себе и не напоминать: индивид поступает в соответствии с нею, не особенно вдаваясь в последовательность этапов ее реализации – все идет естественным путем, как бы само собой. Но под неосознаваемым контролем установки как одного из доминирующих содержаний психики, связанных с комплексом «я». Этот вариант наиболее выгоден для индивида: стратегию своего поведения он имеет возможность вырабатывать осознанно, т.е. во всеоружии критики.

Во втором варианте установка может складываться неосознанно. И в последующем индивид, осознавая характер своих конкретных действий, не видит, куда они ведут в целом. Неосознанно сложившаяся установка не проходит этапа критической оценки (что возможно только в сознании).

В ходе реализации установки неосознаваемость индивидом общей направленности отдельных своих действий играет роль фактора помехоустойчивости (достижения): случайная информация им не воспринимается и не мешает делу, не затрудняет психику, значимое же воспринимается и используется посредством и благодаря механизму объективации. Ведь постоянное осознание своего намерения отягощало бы психику (сознание), препятствуя восприятию текущего и, быть может, весьма важного, а многие мысли «лезли бы в голову», вмешиваясь в программу установки.

Установка может иметь как побудительный, так и ограничивающий (тормозной) характер.

Объективация – это особый психический механизм, действующий в сфере установки, механизм использования актуальной информации при выполнении намеченного заранее. При этом происходит задержка субъектом (деятельности) неосознаваемого течения психических процессов, имеющих отношение к реализуемой установке, что дает возможность использовать информацию в дополнение к той, которой эта установка изначально «располагает»: как бы остановиться и все продумать заново. Посредством объективации индивид получает возможность своевременной и диктуемой ситуацией коррекции своих действий, направленных на реализацию какой-либо установки, с учетом новой информации. Это дает поведению гибкость при сохранении изначально определившейся его линии [21].

Установки индивида образуют иерархическую систему, в которой каждый вышележащий уровень установки является по отношению к нижележащему целевым, а каждый нижележащий уровень по отношению к вышележащему – рабочим. Следовательно, одна и та же установка в одном соотношении выступает как целевая, в другом соотношении – как рабочая.

3. Базисные факторы в поведении

Особенности поведения индивида определяются:

- уровнем его активности;
- характером его потребностей (в том числе настоятельностью потребностей и развитостью всей их системы);
- числом и качеством связей с окружающим;

- природой наиболее значимых для него факторов, определяющих круг его интересов и характер его ценностных ориентаций [21].

Активность и взаимодействие. Активность материального объекта можно определить как его энергию, умноженную на информацию, которой он располагает. Активность может быть потенциальной и актуальной.

Активность материального тела проявляет себя при наличии другого тела – объекта для приложения этой активности. Встречные проявления активности двух материальных объектов (тел) называются (их) *взаимодействием*.

В зависимости от соотношения активности равновесие между взаимодействующими объектами может сдвигаться в ту или иную сторону. В случае, если равновесие существенно сдвинуто, идет речь уже не о взаимодействии, а о *воздействии* более активного объекта на менее активный. В этом случае ответ («поведение») менее активного объекта становится *сопротивлением*.

В общем плане сопротивление можно определить как силу объекта, испытывающего действие силы другого объекта, направленную в противоположном направлении.

Слово «объект» имеет два смысла. Во-первых, оно предполагает, что то или иное материальное тело становится предметом наблюдения, рассмотрения, воздействия; во-вторых, – что существуют независимые от нас материальные тела («суверенные объекты»).

В живой природе воздействующее начало получило название субъекта, а материальное тело, которое испытывает на себе его воздействие, – объекта (воздействия).

Субъект – это не только носитель субъективности, но и активная сторона взаимодействия. Вот три главных характеристики этого понимания субъекта с точки зрения взаимодействия:

- субъект – это инициатор взаимодействия;
- субъект – это более активная сторона взаимодействия, определяющая неравновесный его характер;
- субъект – это источник силы и воздействия на объект.

Взаимодействие может быть двух типов:

- *столкновение и противодействие;*
- *обмен и сотрудничество (живых объектов).*

Обмен может быть веществом, энергией, информацией. Он может быть односторонним и обоюдным. Односторонний обмен есть *поглощение*: перемещение вещества, энергии, информации из окружающего пространства в суверенное пространство живого объекта.

В свою очередь, *столкновение* может иметь своим результатом или отдаление объектов в пространстве, или же взаимную деформацию –

нарушение строения.

Живые объекты «стремятся» к тому, чтобы при их взаимодействии с тем, что находится вне их, по возможности сохранялись все их качества. Взаимодействие, которое обеспечивает все это, называется равновесным. состояние живого объекта в ходе такого взаимодействия и его взаимоотношение с тем, что находится за его пределами, называется равновесием.

Равновесие имеет динамический характер: оно активно поддерживается.

Видов взаимодействия в живой природе намного больше, чем в неживой. Если в неживой природе это лишь взаимное тяготение, столкновение и отталкивание, то в живой природе существует много форм взаимодействия, производных как от *столкновения-противодействия*, так и от *обмена-сотрудничества*.

Человеку присущи следующие *формы столкновения*:

- конкуренция;
- конкурс;
- соревнование;
- борьба;
- война.

И такие *формы сотрудничества*:

- обмен мнениями;
- забота;
- помощь;
- благотворительность и т.п.

Взаимодействие может быть:

- непосредственным или опосредованным;
- контактным или бесконтактным;
- одновременным или последовательным;
- множественным или единичным (взаимодействие единичных живых объектов или их множеств с единичным объектом или другим множеством).

Сотрудничество – это или прямой обмен веществом, энергией, информацией, или же совпадение векторов их энергии – однонаправленность усилий.

В психологии одним из объектов взаимодействия является человек, а вторым – может быть человек, животное, растение, другие материальные тела и даже явления природы. На этом основании различают субъектсубъектные и субъект-объектные взаимодействия.

Уровни взаимодействия:

I. Пока S ничего не знает об O (в том числе и того, что он вообще существует), его для S (субъективно) нет. А без этого невозможно никакое взаимодействие с ним или воздействие на него.

II. Сближение и контакт. Здесь два варианта: контакт делается возможным благодаря сближению (в физическом смысле) или же сближение становится возможным благодаря контакту. Контакт может быть непосредственным или опосредованным.

III. Взаимодействие, имеющее (или не имеющее) последствий [21]. Каждому объекту свойственны два вида движения *перемещение его во внешнем пространстве и изменение его строения* (т.е. перемещение частей в его внутреннем пространстве).

Принципиальным условием для взаимодействия материальных тел является их нахождение на одной точке координат (на пересечении их действий, интересов и т.п.).

Также важное значение имеет способность существа к оценке и на ее основе – к выбору объекта для взаимодействия с ним. Избирательность взаимодействия существа с объектами за пределами своих границ определяется оценкой, но для получения оценки надо получить первоначальную информацию, переработка которой и даст возможность выработать оценку. Данная информация собирается благодаря рецепторам. У человека, как биологического существа высшего порядка, есть контактные и дистантные рецепторы, которые и позволяют получать информацию извне.

Как уже и говорилось ранее, поведение существа (индивида) – это проявление его активности. Качества поведения зависят от уровня информированности индивида, от его энергии и силы. Реализуется поведение в форме воздействий на объекты окружающего мира и взаимодействий с ними – всегда в соответствии с характером потребностей и наличными условиями.

Связь. Еще одним базисным фактором поведения следует считать связь – универсальное условие всего происходящего.

Связь – это такое взаимное пребывание (расположение, нахождение) материальных объектов во времени и пространстве, которое делает высоковероятным их взаимодействие. Связь является условием для взаимодействия; характер же его определяется свойствами материальных тел: активностью, энергией, информированностью, силой [21].

Конкретным проявлением наличия связи является контакт (соприкосновение: непосредственное или опосредованное, физическое или виртуальное, в том числе и психологическое).

Реализация связи всегда начинается с контакта, а он, в свою очередь, делает возможным обмен (энергией, информацией...).

Если пребывание в связи двух материальных объектов ни к каким последствиям не привело, то это или пустая связь, или связь, пока еще нерезультативная (безрезультативная). Напротив, непустая связь обязательно через какое-то время будет иметь результат: результат не самой по себе связи, а результат взаимодействия, которое стало возможным благодаря этой связи плюс активности у оказавшихся в связи объектов.

Будучи весьма содержательным понятием, связь может иметь различные характеристики. В первую очередь, это функциональные характеристики. Связь может быть:

- прямая и обратная;
- односторонняя и обоюдная (двусторонняя);
- равновесная и неравновесная;
- содержательная и пустая;
- постоянная или периодическая;
- прерывистая и непрерывная;
- устойчивая и неустойчивая;
- множественная и единичная;
- интенсивная и неинтенсивная;
- непосредственная и опосредованная;
- строго детерминированная и вероятностная.

Необходимо также различать причинно-следственную связь, вернее – конкретные ее виды (последствия):

- прямые и непрямые;
- непосредственные и опосредованные;
- с разрывом во времени (отсроченные) и срочные;
- абсолютно неизбежные и с различной степенью вероятности;
- затухающие и развивающиеся.

Человеку важно уметь различать ситуации, в которых ему следует действовать путем свободного выбора направления действия, а также те, в которых ему следует подчиниться обстоятельствам.

По своей природе связи могут быть физическими, химическими, биологическими, социально-психологическими. У каждого человека в жизни имеются связи (семейные, родительские, супружеские, хозяйственно-экономические, общественно-политические и т.п.)

Отчуждение – это ослабление или разрыв естественных, должных, внутренне присущих и необходимых связей между предметами и явлениями: прямых и обратных, горизонтальных и вертикальных, вероятностных и жестко однозначных, симметричных и несимметричных и т.д.

Связи в психологии. Любая психологическая связь имеет три уровня:

- первый уровень – информированность (человека) об объекте;
- второй уровень – сближение и (или) контакт с ним: непосредственный или опосредованный;
- третий уровень – реализация связи: взаимодействие оказавшихся в связи – человека с человеком или иным объектом [21].

Связь может усиливаться и слабеть. Чем выше активность объекта, тем больше и разнообразнее связи, в которые он способен вступать и реально вступает с другими объектами, тем более многосторонни его взаимодействия с ними, тем разнообразнее его поведение и выше результаты проявлений его активности.

Интересна трактовка понятия свободы с точки зрения наличия связей. Свободным может быть только тот (и то), кто (и что) ни с чем не связан(о). В сравнении с неживой материей живые существа несвободны в особенности: они связаны с окружающим миром своими потребностями.

Потребностное тяготение. В основе установления самых разнообразных связей живых существ с окружающим, а также конкретных свойств этих связей лежат потребности и свойственное им проявление тяготения («биологического притяжения») живых существ к тем или иным объектам, процессам, явлениям, которые способны служить продолжению их жизни, поддержанию жизнедеятельности.

Какой бы протяженности не были материальные объекты, она в конечном итоге прекращается – возникает граница и вместе с ней свойство отграниченности с разнообразными его проявлениями. Отграниченность имеет важное значение: все взаимодействия материальных объектов происходят именно на границах или через границы.

Обособленность (живого объекта) порождает вместе с тем и тяготение (его) к окружающему. Субъективно это «биологическое притяжение», этот биологический магнетизм проявляется побуждениями, стремлениями, желаниями и другими рассматриваемыми психологией состояниями живого существа.

А также соответствующими действиями: произвольными или непроизвольными; систематизированными или единичными; осознаваемыми или неосознаваемыми.

Наличие границ обуславливает ограничение ресурсов, необходимых для продолжения жизни. А найти их живой объект может только за пределами своего обособления. Отсюда возникает необходимость его взаимодействия с окружающим миром, чтобы не переставать оставаться самим собой, сохраняя свою целостность и отграниченность от всего окружающего, и вместе с тем получать из окружающего пространства (за счет находящихся в нем других объектов) все необходимое для продолжения своей жизни.

Потребность – это такая связь, которая выражает необходимость и делает возможным для живого объекта (существа) получение вещества, энергии, информации из окружающего пространства. *Потребностное состояние* определяется, как наличие у живого объекта (существа) дефицита (недостатка) жизненных ресурсов. *Потребностное возбуждение* – повышение активности существа как выражение его потребностного состояния и как внутренний стимул к поиску недостающих жизненных ресурсов.

Удовлетворение потребности – временное устранение дефицита ресурсов во внутреннем пространстве существа и временное же угасание его потребностного возбуждения.

Потребностная связь – связь между живым объектом и объектом внешнего пространства, поиск, нахождение которого и взаимодействие с которым способны данную потребность удовлетворить.

Потребностная оценка – оценка существом объекта внешнего пространства на предмет его пригодности к удовлетворению той или иной потребности.

Потребностное отношение – предпочтение объекта, способного удовлетворить потребность, всем прочим и стремление сблизиться с ним (или избегать объектов, препятствующих удовлетворению).

Потребностное взаимодействие – приближение существа и поглощение (или усвоение) им объекта внешнего пространства или избегание его; при информационном взаимодействии – обмен информацией.

Потребностная активность – поисковая и оценочная активность, а также активность взаимодействия существа с объектами окружающего пространства [21].

За пределами потребностей (во всем их развернутом содержании) и в жизни вообще ничего нет. То есть наша жизнь наполнена потребностными связями и взаимодействиями и это проявления активности живого.

Дефицит ведет к возникновению такого возбуждения и направляет активность живого существа на устранение дефицита. Любое возбуждение требует для себя энергии и потребностное возбуждение тоже. Возникая в ответ на уже имеющийся дефицит и продолжаясь пока потребность не удовлетворена, потребностное возбуждение этот дефицит усиливает дополнительно и становится потребностным состоянием, которое для существа принимает оттенок негативного. Любое возбуждение есть результат стимула. Различают:

- внешние (из внешнего пространства) стимулы;
- внутренние стимулы (из внутреннего пространства существа).

Внутренние стимулы всегда связаны именно с дефицитом – с недостатком

или отсутствием необходимого и поэтому всегда имеют потребностный характер.

Внешние стимулы всегда связаны с присутствием какого-либо значимого объекта во внешнем пространстве.

Внутренние стимулы ориентируют деятельность существа, внешние – конкретизируют направления ее проявления.

Будучи неразрывной и постоянной формой связи существа со средой обитания, любая потребность вместе с тем реализуется последовательностью единичных циклов – потребностных циклов, каждый из которых имеет начало и конец (завершение, «замыкание» цикла).

Каждый потребностный цикл начинается с возникновения у существа состояния недостатка вещества (энергии, информации) вследствие затрат на их жизнедеятельность (т.е. в ходе обмена веществ). Побудительная активность существа возрастает, и оно производит воздействие на тот или иной объект окружающей среды, который выступает в качестве предмета потребности: начинается деятельность – процесс удовлетворения потребности. Это процесс достижения состояния удовлетворенности, которому соответствует временное отсутствие у существа недостатка в веществе (энергии, информации), несмотря на продолжающуюся их трату.

Удовлетворение потребности – это изменения в самом себе, направленные на поддержание стабильности и производимые испытывающим потребность существом посредством определенного взаимодействия с тем или иным внешним объектом – предметом потребности.

Потребностное возбуждение – в его отношении к последующей деятельности – есть потребностное побуждение. У человека потребностное побуждение может сохраняться в течение длительного времени, проявляясь при каждом подходящем случае. Такое длительно поддерживающееся потребностное побуждение, имеющее тонический характер, есть установка.

В ходе успешной деятельности происходит постепенное ослабление потребностного возбуждения вплоть до полного его прекращения вследствие приближения существа к состоянию удовлетворенности: субъективного отражения (переживания) того факта, что дефицит на данный момент устранен (ликвидирован), вероятность продолжения жизни возросла.

Человек удовлетворяет свои потребности непосредственно или используя результаты деятельности других людей, а также с их помощью. Человечество существует за счет использования ресурсов природы: и каждый индивид в отдельности, и все вместе. Даром эти ресурсы не

даются: их приходится добывать, находить, распределять. Каким бы сложным ни представлялось общество и какими бы идеями не объяснялись происходящие в нем процессы, главным всегда был и остается процесс, называемый очень просто – дележ. Именно с ним связано множество общественных ситуаций и общественных состояний, получающих самые разнообразные оценки, в том числе и морального плана. справедливость и несправедливость. честность и жульничество. Обман. Корыстолюбие. Щедрость и бескорыстие...

Значимость. Индивида окружает множество находящихся от него на различном расстоянии объектов живой и неживой природы. Если вычесть из их числа те, которые ему неизвестны, а также те, которые ему не нужны, останутся только те, которые нужны, значимые для него.

Значимость (чего-либо) – мера жизненной необходимости (этого). И мера вероятности затруднения или прекращения жизни в случае отсутствия, дефицита (этого). Объект обретает актуальную значимость, как только он становится предметом какой-либо потребности. Чем важнее потребность, тем выше значимость ее предмета (объекта) [21].

Значимость (объекта, процесса, явления) – качество динамичное: сегодня это мне нужно «позарез», а завтра, быть может, не нужно вовсе. следовательно, важную роль здесь играет фактор времени. Важен и фактор пространства: если нечто, в принципе подходящее для удовлетворения моей потребности, для меня недостижимо, значимость этого для меня может снижаться.

Субъективность оценки – существенный ее недостаток: так можно упустить нечто важное из свойств оцениваемого объекта, а это, в свою очередь, создает основания для пренебрежения его собственными, внутренними закономерностями.

Значимость имеет индивидуальный и видовой аспекты: совокупность всех значимых для человечества (т.е. человека как вида).

Объектов много больше, чем совокупность всех значимых для индивида. При этом у животных индивидуальная значимость чего-либо почти полностью совпадает с видовой, а у человека – нет: в процессе своего развития наш вид сумел реализовать в широкой мере процесс индивидуализации своих представителей.

Итак, значимость это:

- ◆ особое качество объекта: объекта обязательно в связи с субъектом потребности, т.е. в плане его пригодности для ее удовлетворения;

- ◆ это мера жизненной необходимости (этого). Значимо для живого существа все, посредством чего может быть удовлетворена какая-либо его потребность сейчас или потом;

- ◆ значимость динамична, конкретна, имеет общечеловеческий и

индивидуальный масштаб.

Виды значимости. Значимость может быть:

- *первичной (непосредственной) и вторичной (опосредованной)* – пища первично значима, а ложка, вилка, тарелка значимы вторично, только вследствие их связи с приемом пищи.

- *условной и безусловной (ситуационной и внеситуационной)* – вода для человека (как и любого существа) значима всегда, а некоторые материальные ценности – только при определенных условиях;

- *актуальной и потенциальной* – (багаж в пути мешает, но по приезде в пункт назначения необходим);

- *положительной и отрицательной* – все то, что способствует удовлетворению наших потребностей, для нас значимо положительно, а все то, что этому препятствует, значимо отрицательно.

- *большой и малой;*

- *подлинной и мнимой* – при увлечении чем-либо мы придаем значимость тем предметам, которые не являются жизненно необходимыми [21].

Объекты, необходимые в плане удовлетворения потребностей человека, образуют целые значимые цепочки, где каждое звено оценивается и само по себе, и в свете целого. Важную роль играют изменения, происходящие с самим человеком, и одно из самых главных – в связи с этапами его жизненного пути. Для ребенка значимо одно, для взрослого – другое.

Выгода – мера значимости объекта или способа взаимодействия с ним с точки зрения степени вероятности удовлетворения потребности. Выгода может иметь большое число характеристик как количественных, так и качественных. Одна из ипостасей выгоды – прибыль.

Значимость (чего-либо) индивид находит (определяет) и переживает. Способом выявления значимости является оценка, способом проявления уже найденной благодаря оценке значимости является отношение и связанное с ним поведение: по тому, к чему и как человек относится, можно понять, что именно и в какой мере для него значимо. Оценка – это психический механизм нахождения (определения, выявления) значимости, а отношение – способ пребывания (отражения) значимости в психике (сознании) индивида.

Переживание значимости происходит в форме желания: то, чего мы в данный момент хотим, то в данный момент для нас и наиболее значимо. Чем интенсивнее наше желание (чего-либо), тем это значимее для нас. Желание – одна из форм проявления отношения как способа проявления значимости, и оно же, будучи неотъемлемым компонентом потребностного цикла, отражает процесс ситуационной актуализации и дезактуализации

постоянно имеющейся значимости.

4. Привычки и поведение

В жизни человека привычки играют очень важную роль: полезные – благоприятную, вредные – неблагоприятную. От того, как полезные из их числа соотносятся с вредными, во многом зависит счастье и благополучие индивида.

Как отмечал К.Д. Ушинский, «воспитание, оценившее вполне важность привычек и навыков и строящее на них свое знание, строит его прочно. Только привычка открывает воспитателю возможность вносить те или другие свои принципы в самый характер воспитанника, в его нервную систему, в его природу».

В жизни каждого из нас многое определяется именно характером наших привычек: направленность личности, характер и наклонности, вкусовые предпочтения, манера держаться и т.п.

Как уже и говорилось, поведение складывается из действий, а действие – из отдельных движений, имеющих определенную последовательность (сочетание) и направленных на какой-либо объект всегда с целью овладения им.

Управление движением предполагает произвольные его начало и окончание, изменения темпа, величины затрачиваемого усилия. Само же движение осуществляется благодаря автоматическому механизму, данному природой в виде определенного строения и свойств двигательного аппарата. В результате многократного повторения отдельных движений для их осуществления уже не требуется специального контроля, и они осуществляются автоматически, т.е. без участия сознания. Эти автоматизированные системы предметно направленных действий получили название навыков.

Благодаря приобретению навыков индивид становится способным выполнять все более сложные действия, решать все более сложные двигательные задачи, на все более высоком уровне осуществлять взаимодействие с объектами окружающего мира. При этом контроль за «течением» действий постепенно заменяется их планированием. Без приобретения навыков невозможно было бы ни учиться, ни работать, ни обслуживать себя в быту. Объясняется это тем, что навык разгружает сознание от необходимости контроля над каждым отдельным движением или простым действием и позволяет оперировать все более сложными и совершенными их комплексами.

Процесс выработки навыков происходит ежедневно, непрерывно и в

значительной степени самостоятельно. но он становится более успешным под влиянием окружающих, которые руководят действиями индивида, показывая правильные *приемы действия*, стимулируя повторение наиболее важных из них – иначе говоря, обучают.

У любого взрослого индивида множество двигательных навыков, и все они приобретены в процессе индивидуального развития – *путем отбора нужных, целесообразных движений из общего количества возможных для человека*, а также последующего их совершенствования и закрепления.

Развитие системы движений тесно связано с развитием психики и, наоборот, развитие психики – с развитием движений. Образы элементов окружающего мира, их сопоставление и взаимосвязи являются основой мышления. Формируясь в мозге, они становятся элементами мысли. Перенос внимания индивида от одного образа к другому, от самих образов к связям между ними составляет сущность элементарного движения мысли, а оно есть элементарное умственное действие. Автоматизация этого процесса означает выработку мыслительных навыков.

Умение – это навык или совокупность навыков, четко соотнесенные решением какой-либо двигательной задачи, чаще произведением изменений в объектах окружающего мира. Если для выработки навыка обязательно повторение действий, то для проявления умения это не всегда необходимо: умение порою возникает ситуационно, при появлении какой-либо существенной цели, благодаря сочетанию навыков, которыми уже располагает индивид. Умение – это еще и способность индивида сочетать навыки, подчиняя определенное количество эффективных действий (навыков) решению какой-либо масштабной задачи.

Привычки формируются так же, как и навыки, путем повторения тех или иных движений и действий, но представляют собой особое явление психики и поведения. Привычка – это действие, которое становится для индивида как бы обязательным, причем не с точки зрения его обязанностей перед кем-либо, а как бы его обязанностью перед самим собой. Подобно тому как живое существо, у которого выработался условный рефлекс, *не может не совершить соответствующего действия* при наличии соответствующих условий, так и привычка: индивид не может не произвести того или иного действия, когда наступает определенная ситуация (совокупность условий или единичный значимый фактор) [21].

Если индивид не выполнил привычного действия, он ощущает определенное беспокойство и психологический дискомфорт.

Понятие привычки подразумевает не только способность индивида произвести определенное действие, но и потребность сделать это. А формирование привычки означает не столько возникновение нового

навыка, сколько появление побуждения к постоянному осуществлению соответствующей последовательности движений или действий.

Наблюдения показывают, что привычка может сложиться раньше, чем полностью сформировался навык, и тогда совершенствование навыка затрудняется: если выработка навыка – довольно гибкий процесс, то привычка формируется по типу фиксации, затвердения определенной последовательности движений; и главное ее свойство (наряду с обязательностью) – консерватизм: привычки способны «отстаивать» в психике самих себя и именно благодаря этому превращаться во «вторую натуру» индивида. А навыки могут совершенствоваться сколь угодно долго, пока они не стали устойчивой привычкой.

Таким образом, понятие привычки означает:

- ◆ *обязательность* действия (в той или иной ситуации);
- ◆ *приоритет* данного действия перед другими (в этой ситуации);
- ◆ четкую *определенность* того или иного действия (в той или иной ситуации) [21].

Характерно различие между навыком и привычкой: хотя и первое, и второе вырабатывается путем повторения определенных движений (действий), навыки у индивида находятся как бы в резерве, образуя его двигательный потенциал. Привычка же активно напоминает о себе, как только возникает соответствующая ситуация, а порою и внеситуационно. Привычка, в отличие от навыка, обладает побудительной силой, и это не всегда ведет к хорошему.

Для превращения действия в привычку важна регулярность его осуществления, включение в качестве постоянного элемента в систему действий индивида. само по себе действие редко может стать привычным, если оно осуществляется вне системы действий, в которую оно включается в качестве элемента. Или же если в основе его осуществления не лежит какая-либо потребность, изначально заложенная природой. Например, легко формируются привычки, связанные с приемом пищи: сама потребность в пище побуждает человека к постоянному осуществлению необходимой системы действий. И поэтому в данном случае привычка принимать пищу *определенным образом* есть способ реализации изначально существующего побуждения. Иными словами, привычка принимать пищу *определенным образом* становится вторичной потребностью, базирующейся на потребности первичной – в пище.

Итак, *привычка* – это последовательность связанных между собой условно-рефлекторных движений, образующих определенное действие, активирующаяся тоже условно-рефлекторно в определенной ситуации и служащая решению той или иной стандартной задачи.

Привычкой может быть также последовательность элементарных

действий, которые образуют более сложное действие, способное решать более сложную, но тоже стандартную задачу, – это более сложная привычка. Привычка вырабатывается всегда на определенную ситуацию.

Формирование привычки происходит по следующей схеме (рис.17).



Рисунок 17 – Схема формирования привычки

Поскольку условный рефлекс проще, чем привычка, о нем говорят, что он «вырабатывается», тогда как *привычка «формируется» или «складывается»* (из нескольких частей).

И в случае условного рефлекса, и в случае привычки важна повторность сочетания некоторых факторов: условный рефлекс как важнейшая основа поведения и жизнеобеспечения не может и не должен вырабатываться на случайные, незначимые факторы, природа как бы себя проверяет. Повторение сочетания означает (для самой природы!) его неслучайность, а следовательно, и возможную жизненную важность. Но, поскольку привычка – это сочетание нескольких условных рефлексов, она вырабатывается дольше, чем обычный условный рефлекс. Кроме того, условный рефлекс вырабатывается на какой-либо один безусловно значимый фактор, привычка же вырабатывается в ответ на ситуацию плюс некое побуждение к действию, которое при формировании привычек ребенка задается ему взрослыми. Если у условного рефлекса подкрепителем является жизненная польза, непосредственно заложенная в безусловном подкрепителе – инстинкте, то у привычки эта польза может быть опосредованной ситуацией, поведением окружающих, их одобрением или неодобрением.

Привычки могут быть ситуационными (чаще) и внеситуационными (реже). *Ситуационные привычки* находят себе место при определенных условиях, проявляют себя в определенных ситуациях, но при этом и они могут стать отражением и выражением индивидуальных черт человека, формируя неотъемлемые его особенности. *Именно сочетанием привычных действий определяется такое свойство индивида, как его манеры: манера говорить, манера держаться, манера общаться, характер походки.*

Говоря об осознанности или неосознанности условных рефлексов и привычек, нужно иметь в виду, что индивид не контролирует их выработку, если на это окружающие специально не обращают его

внимания. О наличии или отсутствии у него того или иного условного рефлекса или привычки он может узнать или со слов окружающих, видящих его со стороны, или по результатам своих действий. Если они его удовлетворяют, индивид продолжает использовать их неосознанно; если же они его не удовлетворяют, то, выясняя причины этого неудовлетворения, он постепенно доходит и до анализа особенностей своего поведения. А такое выяснение причин неудачи родственно объективации, но осуществляется не по ходу дела, а по его завершении. В то же время овладение навыком чаще происходит под контролем сознания, и индивид способен отследить этапы этого освоения.

Манера – это сочетание привычек, формирующих поведенческий облик индивида [21].

Еще один аспект привычек – *предпочтения*, они зависят как от индивидуальных особенностей организма, так и от доступности тех или иных предметов.

Итак, привычка – это явление условно-рефлекторного характера, но более сложное, поскольку она объединяет в себе некоторое число условно-рефлекторных действий (движений) и активируется тоже условно-рефлекторно. Привычка обладает и главнейшими свойствами условного рефлекса: *обязательностью* (или повышенной вероятностью) того или иного действия в той или иной ситуации, *предпочтением* (выбором) именно данного действия (или движения) из всего того их числа, которым располагает индивид, *сигнальным характером начала действия* – именно в ответ на некий пусковой фактор в окружающей среде.

Привычка обладает, свойствами доминанты и условного рефлекса, но, в отличие от развитой внеситуационной доминанты, *привычка – это ситуационная доминанта*; привычка привязана к ситуации и только постепенно (и далеко не все привычки) обретает свойство внеситуационности.

Привычка – это и своего рода установка психики на определенное действие: стоит этой обстановке возникнуть, как действие совершается. Иными словами, привычка, как и установка, обладает способностью выждать подходящего момента. Но развитая установка подчиняет себе множество ситуаций, подобно тому как привычка подчиняет себе множество условных рефлексов: здесь прослеживается аналогия. Обладающий привычкой индивид как бы нацелен на определенное действие и обязательно совершит его, как только представится возможность. Но, как правило, привычка не подчиняет себе различные ситуации, как это делает установка, а подчиняется их течению и смене.

Существенное отличие привычек от установок и доминант – внешнее проявление (привычек): они изначально демонстративны, тогда как

установки и доминанты индивида остаются скрытыми не только для окружающих, но и для него самого. Поэтому привычка является структурным элементом поведения, тогда как доминанта и установка обеспечивают управление этим поведением и определенную его направленность.

В поведении индивида можно выделить три главных аспекта:

– аспект самообслуживания и непосредственного жизнеобеспечения;
– аспект обеспечения надежности и безопасности жизнедеятельности;

– аспект экспансии, овладения окружающим миром [21]. Характер привычек определяет внешний облик (поведение) индивида. При этом привычки особенно важны в аспекте самообслуживания и непосредственного жизнеобеспечения. В аспекте надежности и безопасности жизнедеятельности важны навыки и умения индивида, а в аспекте экспансии – характер установок. При этом установка, обретая свойства доминанты, определяет конкретную деятельность индивида.

Привычки почти не меняются или меняются с большим трудом, особенно вредные привычки, обретающие характер пагубных пристрастий.

Наличие привычек порождает уверенность индивида в его поведении, поскольку он даже неосознанно «знает», что нужно делать в той или иной ситуации, без мучительных (порою) раздумий. Привычка, уже выработавшись, несет в себе опыт субъективно удачной для индивида деятельности: не будь этого, она бы не закрепились. Следовательно, привычка – это форма накопления индивидом жизненного опыта.

Привычки во многом формируют структуру повседневности индивида, определяя его манеры, характер поведения и предпочтительную его направленность, устойчивость или переменчивость в случае, когда привычки еще не выработались или вырабатываются недостаточно быстро.

Привычку следует рассматривать как *природный механизм облегчения и совершенствования поведения* в той его части, в которой оно должно проявлять свойство консервативности, повторяемости, постоянства.

Наличие полезных привычек позволяет индивиду без ущерба для себя реализовать свою активность: формируется *совокупность аспектов реализации активности, направленная на проверенные результаты и надежные объекты взаимодействия.*

Совокупность привычек формирует двигательный стереотип индивида – постоянное и устойчивое сочетание действий, которое занимает существенное место в структуре его активности.

Привычки разгружают внимание и сознание индивида, позволяя ему направлять их на более существенные, менее элементарные, более

значимые объекты, процессы, явления окружающего.

Совокупность и качество привычек определяет культурный облик индивида и степень его цивилизованности. Особенно это относится к привычкам самообслуживания и характеру его предпочтений в той или иной сфере окружающего.

Сочетание привычек может образовывать «поведенческие модули». К примеру, поведенческий модуль «выйти из дому» включает в себя: погасить свет, проверить окна, запереть дверь. Индивид обычно делает это автоматически. Но, если у него возникает какая-либо тревога, он начинает раскладывать этот модуль на отдельные действия и проверяет каждое из них по отдельности, да еще и не один раз. *Тревожность проявляется именно в этом родственном объективации действию – проверить все составные части поведенческого модуля.*

Привычка тесно связана с ритуалом – особой сверхценной последовательностью действий, осуществляемых в той или иной ситуации. Выполнение привычных действий позволяет индивиду постоянно получать удовлетворение от достигнутого: небольшое, но надежное, ведь прочая деятельность не всегда его приносит, а это вызывает психическое напряжение.

Привычки позволяют находить смысл в доступном и повседневном и облегчают проблему поиска «смысла жизни»: *в привычных действиях смысл заложен автоматически.* И хотя это не столь уж возвышенный смысл, зато смысл жизненный и надежный. Ведь привычка – это механизм придания значимости ранее индифферентным, ничем не побуждаемым действиям, способ канализации жизненной активности индивида.

В ходе развития ребенка привычки формируются раньше, чем такие психические новообразования, как уровень притязаний, завышенность которого нередко несет индивиду множество неприятностей. Привычка – это наша постоянная связь с детством, с периодом, когда она была сформирована. Она проносится индивидом через всю его жизнь, служа одним из существенных механизмов преемственности поколений.

Привычка – надежный способ адаптации индивида к условиям существования: она облегчает жизнь, снижая уровень нагрузки как физической (вследствие «отработанности» действий), так и психической, *ввиду* отсутствия необходимости осуществлять для каждого действия процессы мотивации, целеполагания и смыслообразования.

Вопросы для самопроверки

1. Какие психологические теории пытаются объяснить поведение человека?

2. Поведение – это...
3. Перечислите нейропсихические элементы поведения.
4. Форма наследственной передачи наиболее жизненно полезной информации об объектах окружающего мира и способах взаимодействия с ними – это...
5. Укажите четыре базисных потребности, от которых берут начало все многочисленные наши потребности.
6. В ходе эволюции в головном мозге сформировалось несколько функциональных центров («блоков»). Какие?
7. Доминанта – это...
8. Как называется психический механизм использования актуальной информации при выполнении намеченного заранее?
9. Потребностное тяготение – это...
10. В чем суть потребностного состояния индивида?
11. Что такое значимость объекта?
12. Взаимное пребывание (расположение, нахождение) материальных объектов во времени и пространстве, которое делает высоковероятным их взаимодействие – это...
13. Относится ли установка к базисным факторам поведения?
14. Каков механизм возникновения привычки?
15. Чем навык отличается от привычки?

Литература:

1. Варфоломеева, О.В. Основы психологии деятельности: учеб. пособие / О.В. Варфоломеева. – Симферополь: таврия, 1999. – с. 28.
2. Гибсон Джеймс, Л. Организации: поведение, структура, процессы / Л. Гибсон Джеймс. – М.: ИнФРА-М, 2000. – 232 с.
3. Гримак, Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1989. – 319 с.
4. Колесов, Д.В. Поведение: физиология, психология, этика: учеб. пособие / Д.В. Колесов. – М.: МПСИ, 2006. – 696 с.
5. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека. – СПб.: Прайм-еврознак, 2005. – 420 с.
6. Леонтьев, А.Н. Деятельность. сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: смысл, 2004. – 352 с.
7. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
8. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учеб.-метод. пособие / В.Л. Хайкин. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.

9. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

10. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.

3. ПРОБЛЕМА ПОВЕДЕНИЯ В ПСИХОЛОГИИ

Тема 3.1 Поведение в психоанализе

У каждого человека есть желания, которые он не сообщает другим, и желания, в которых он не сознается даже себе самому.

З.Фрейд

Понятие поведения в психоанализе. Влечения и их характеристика. Ошибочные действия. Случайные и симптоматические действия.

1. Понятие поведения в психоанализе

Психоанализ первоначально сложился как метод лечения неврозов, затем превратился в психологическую теорию, а впоследствии – в одно из важных направлений философии XX в. Основывается на идее о том, что поведение определяется не только и не столько сознанием, сколько бессознательным.

Термин «психоанализ» употребляется в трех основных смыслах:

- теоретическое направление в психологии;
- особая методология исследования психики;
- психотерапевтический метод.

Представителями классического психоанализа являются: *Зигмунд Фрейд, Альфред Адлер, Карл Густав Юнг*. Психоанализ используют также: Карен Хорни, Эрик Берн, Николай Козлов (теория социального психоанализа эмоций).

Родоначальником данного направления психологии является З.Фрейд. Психоанализ – это первая теория, пытавшаяся объяснить динамику личности, поэтому данную теорию часто называют психодинамической. З.Фрейд после длительных наблюдений за пациентами пришел к выводам, которые значительно изменили представления о психике. Он утверждал, в частности, что поведение в большой степени подчиняется влиянию подсознательных сил, названных им влечениями. Они обусловлены инстинктами, но прежде всего – подавленными желаниями, удовлетворение которых «запрещено» на уровне

сознания, отчего они вытеснены в область бессознательного. Эти желания продолжают действовать без ведома сознания, проявляясь в сновидениях, оговорках, произвольных отклонениях от адекватного поведения, оказывая влияние на выбор профессии и творчество.

Поведение – это результат борьбы и компромиссов между мотивами, потребностями, влечениями и конфликтами. В поведении мотив может содержаться прямо или замаскированно, скрыто. Одно и то же поведение может удовлетворять у одних людей одни мотивы, а у других – иные или множество различных мотивов одного и того же человека. Именно эта особенность поведения составляет главный пункт психодинамической теории личности. Поведение имеет разные уровни осознанности: люди могут в большей или в меньшей степени осознавать те силы, которые стоят за их разнообразными действиями [62].

Когда Фрейд занялся исследованием психики, то попытался выразить свои идеи на языке строгой науки, заимствовав у основателя психофизики Г.Т. Фехнера (1801–1887) понимание психики как гомеостатической системы и продолжив ее разработку в духе модели физической энергии. Как писал Фрейд, «в психических функциях следует выделять нечто, обладающее всеми характеристиками количества – степени аффекта или порции возбуждения, которые могут возрастать, убывать, смешиваться и разряжаться, его можно описать по аналогии с электрическим зарядом».

В рамках выстраиваемой им системы психического аппарата Фрейд постулирует стремление к сохранению стабильного состояния, то есть правило инерции, как принцип регуляции с целью сохранения гомеостаза или динамической стабильности в рамках системы. Фрейд вводит два тесно связанных между собой принципа работы психического аппарата – принцип инерции и принцип постоянства. Согласно принципу инерции психический аппарат стремится сохранить степень своего возбуждения на возможно более низком уровне, второй же принцип говорит о тенденции к сохранению степени возбуждения постоянным.

В основе учения Фрейда о работе психического аппарата лежало представление о взаимодействии двух противоположно направленных переменных величин с противоположными знаками заряда и трех регуляторов. Разработав данную концепцию вначале для нейрофизиологической модели работы психического аппарата, где функцию двух переменных величин выполняли экзогенное и эндогенное раздражение, а функции регуляторов – система нейронов – ϕ -система, система «психических» нейронов – ψ -система и третья система нейронов – ω -система, связанная с порождением сознательных ощущений.

3. Фрейд остался верен данной модели до конца своей жизни, с тем

только изменением, что в рамках топологической модели роль противоположно направленных переменных величин была отведена влечению «я» к самосохранению и сексуальному влечению, а роль регуляторов – бессознательному, предсознанию и сознанию.

Первая неврологическая модель работы психического аппарата вскоре была оставлена Фрейдом, потому что не помогала в исследовании тех психологических проблем, с которыми он сталкивался в своей клинической практике. Это происходило вследствие взаимной несовместимости физиологических и психологических концепций на уровне клинической теории, так как в их основе лежали разные эмпирические данные. В частности, предметом неврологических исследований являлись биохимические реакции, протекающие в пределах нервной системы, строение нейронов и т.д. [56]

2. Влечения и их характеристика

Второй моделью Фрейда была *психобиологическая теория влечений*, которая привела к созданию метапсихологии и дала большой простор для психологического мышления.

3. Фрейд утверждал, что любая активность человека (мышление, восприятие, память и воображение) определяется влечениями. Влияние влечений на поведение может быть как прямым, так и косвенным, замаскированным. Люди ведут себя так или иначе, потому что к этому их побуждает бессознательное напряжение – их действия служат цели уменьшения этого напряжения. *Влечения как таковые являются «конечной причиной любой активности».*

В качестве главных побудителей поведения влечения отражали влияние врожденных, соматически обусловленных и характерных для всех людей биологических сил. Поэтому Фрейд рассматривал влечения как главные мотивационные факторы сознания. Взаимодействие влечения и вытеснения, то есть противоположно направленного влечения, позволяло сохранить гомеостаз в пределах системы.

Фрейд предполагал, что любое влечение стремится высказать себя, вызывая представления, подходящие для этой цели. Как пишет основатель психоанализа, «представлениями управляют влечения», поэтому они являются выражением порывов, связанных с влечениями, но не тождественны влечениям. Выдвинув предположение о дуалистической природе влечений, а также о характере взаимосвязи влечения и представления, Фрейд указал на то, что в основе конфликта лежит несовместимость различных представлений, возникающих одновременно,

причем «противоречия между представлениями суть лишь проявления борьбы между отдельными влечениями». Борьба между ними сводится к тому, что одна группа представлений старается «изолировать и не подпустить к сознанию» другую группу представлений, а «процесс, обрекающий одну группу представлений на такую участь, именуется ... *вытеснением*» [56].

Бессознательное (Unbewußtes) – это:

- в широком («описательном», у Фрейда) смысле – те содержания психической жизни, о наличии которых человек либо не подозревает в данный момент, либо не знает о них в течение длительного времени, либо вообще никогда не знал. Выделяются два вида так понимаемого бессознательного: предсознательное и собственно бессознательное;

- в более строгом («динамическом») смысле бессознательным может быть названо только то, осознание чего, в отличие от предсознательного, требует значительных усилий или же вообще невозможно. Бессознательное в этом смысле может быть, по Фрейду, как самое «низкое» (безудержные сексуальные и агрессивные влечения Оно), так и самое «высокое» в душевной жизни (деятельность сверх-я).

Предсознательное (Vorbewußtes) – содержание душевной жизни, которое в данный момент неосознаваемо, но может легко стать таковым, если «привлечет к себе взоры сознания». «Топографически» слой предсознательного располагается между слоем бессознательного и сознанием.

Сознание (Bewußtes) – это поверхностный слой душевного аппарата, воспринимающий и перерабатывающий информацию о внешнем и внутреннем мире [56].

В классическом психоанализе вытесненными в бессознательное обычно считались неприемлемые сексуальные влечения, которые легко было интерпретировать энергетически, а также, в ценностном и культурном планах, как влечения, входящие в конфликт с нормами культуры.

Столкнувшись в дальнейшем с такими проблемами, как военные неврозы, бессознательное чувство вины, негативная терапевтическая реакция и т.д., которые было трудно объяснить с помощью топографической модели психики, Фрейд был вынужден пересмотреть и расширить свою прежнюю теорию инстинктивных влечений и включить в нее агрессивный, или деструктивный, компонент. Клинические наблюдения привели его к мысли о том, что чувства гнева и враждебности, так же, как и сексуальные желания, могут приводить к конфликтам и вытеснению и против них также создаются защиты. Поэтому Фрейд стал писать о либидных и агрессивных влечениях.

Все это привело основателя психоанализа в 20-х годах к созданию структурной модели психики, в которой классификация базировалась на психическом функционировании, а не на степени осознания.

Роль регуляторов в этой модели отводилась трем инстанциям психики:

- *Эго (Я)*;
- *(Сверх-Я)*;
- *Ид (Оно)*.

А роль противоположно направленных переменных стали играть:

- влечение к жизни (*Эрос*) и
- влечение к смерти (*Танатос*).

Согласно Фрейду, *Ид* охватывает психические репрезентации инстинктивных влечений. В «Очерке о психоанализе» (1940) он отмечает, что *Ид* «охватывает все унаследованное, данное от рождения, заложенное в конституции, то есть, прежде всего, влечения, проистекающие из соматической организации и здесь (в *Ид*) находящие первое психическое выражение в формах, нам неизвестных». Фрейд также считал, что *Ид* функционирует на основе первичного процесса, содержит свободную подвижную энергию и действует в соответствии с принципом удовольствия.

Вторая инстанция психики – *Супер-эго* (сверх-я) развивается, согласно Фрейду, на основе ранней идентификации с родителями в период крушения эдипова комплекса, являясь его законным наследником. *Супер-эго* – это психическая система, которая устанавливает и поддерживает морально-нравственные стандарты и желаемые цели, а также идеалы, наказывая человека за отход от них угрызениями совести и чувством вины и вознаграждая за соответствие поведения человека данным стандартам и идеалам.

Третья инстанция психики – *Эго*, обладая интегрирующей функцией, наряду с функциями адаптации контроля, приносит в нашу психику согласованность. *Эго* вынуждено принимать во внимание давление со стороны проистекающих из *Ид* влечений, соотносить их с требованиями внешнего мира, а также с требованиями, идущими со стороны *Супер-эго*. Для осуществления своих синтезирующих функций *Эго*, действующее в соответствии с принципом реальности, использует ряд защитных механизмов – *вытеснение*, *регрессию*, *сублимацию* и другие. Что касается представлений о влечениях к жизни и смерти, то они были изложены Фрейдом в философской форме, при переходе от частного противопоставления сексуальности и самосохранения к общему противопоставлению *Эроса* и *Танатоса*, между которыми Фрейд усматривал пожизненный конфликт. Наиболее существенными для

развития личности З. Фрейд считал сексуальные инстинкты. Энергия сексуальных инстинктов получила название *либидо*. Вторая группа – инстинкты смерти (*мортидо*) – лежит в основе всех проявлений жестокости, агрессии, самоубийств и убийств [59].

Важно внести ясность относительно сочетания системы структурной модели Ид, Эго, супер-эго с системой бессознательного, сознательного и предсознательного. Как известно, З. Фрейд вначале считал, что бессознательным следует считать только составляющие Ид, то есть, хаотические инстинкты. Однако и часть Эго, и в еще большей степени часть супер-эго (иногда полностью) остаются бессознательными.

Из рис. 18 видно, что *Эго* отвечает за такие отношения с внешним миром, как восприятие, язык, моторные процессы и т.п. супер-эго представляет собой принятые в себя (интроецированные) инстанции родительских фигур в смысле морально-этических заповедей и запретов (интроекты, которые могут представать в виде символических образов). В этом отношении Эго играет тройственную роль: защищается от инстинктивных притязаний со стороны Ид, противостоит завышенным требованиям со стороны супер-эго и регулирует отношения с внешним миром.



Рисунок 18 – Связь структурной модели с уровнями сознания

З. Фрейд считал, что у человека следует вскрыть ту биологически-витаальную динамику влечений, которая лежит в основе поведения всех живых существ. В этом и состоят, собственно, действующие в

неразрывной последовательности психические процессы, т.е. бессознательное. В потоке сознания бессознательные процессы не составляют исключения, напротив, содержание сознания представляет собой фрагментарное и видоизмененное производное от непрерывной деятельности бессознательного. Такая деятельность построена не на пассивном реагировании организма на воздействия окружающей среды, а на активном устремлении и противоборстве заложенных в живом существе сил [56].

Теория мотивации поведения в ее окончательном виде была сформулирована Фрейдом только в 1915 г. в труде «Влечения и их судьбы», хотя основные положения уже можно найти в вышедшем в 1895 г. – «Проекте психологии». согласно этой психологии, «психический аппарат» должен прежде всего справиться не с внешними, а с внутренними раздражителями, от которых нельзя уклониться, так как они возникают в самом организме. Потребности той или иной части организма постоянно порождают энергию раздражения, которая аккумулируется и от которой требуется «избавиться».

«Нервная система – это аппарат, функцией которого является устранение накопившегося раздражения, снижение его до возможно более низкого уровня, а если бы это было реально – то и поддержание в организме полного отсутствия такового» (1915).

О фрейдовской теории мотивации дает представление модель редукции влечения. Модель редукции влечения построена на гомеостатическом и гедонистическом представлениях:

◆ *Гомеостатическое* – равновесие организма тем выше, чем ниже уровень накопившегося раздражения.

◆ *Гедонистическое* – всякое снижение этого уровня сопровождается чувством удовлетворения, всякое повышение – чувством неудовлетворения. Иными словами, активность психического аппарата подчинена принципу удовольствия–неудовольствия (Lust-UnLust-Prinzip) [62].

Понятие «влечение», как считает Фрейд, отражает двойственность тела и духа, объединяет между собой органическое (а именно энергию) и психическое (аффект) представления. Кроме того, в каждом влечении различаются четыре аспекта. Ученый пишет:

Любое влечение имеет четыре характеристики:

- ◆ *источник влечения;*
- ◆ *цель влечения;*
- ◆ *объект влечения;*
- ◆ *стимул влечения.*

Источником влечения он считал некоторые эрогенные части тела, а

также состояние организма (соматический процесс в органе или части тела) или потребность, вызывающие это состояние.

Целью инстинктивного влечения является удовлетворение, поэтому всегда состоит в устранении или редукции возбуждения, вызванного потребностью. Если цель достигнута, человек испытывает кратковременное состояние блаженства. Хотя существует много способов достижения цели влечения, наблюдается тенденция к поддержанию состояния возбуждения на некоем минимальном уровне (согласно принципу удовольствия).

Объект – это любой человек, предмет в окружающей среде или что-то в собственном теле индивидуума, обеспечивающее удовлетворение (то есть цель) влечения. Действия, ведущие к удовольствию, не обязательно всегда одни и те же. Фактически, объект может меняться на протяжении жизни. Кроме гибкости в выборе объектов, индивидуумы способны откладывать разрядку энергии влечения на продолжительные отрезки времени.

Взаимосвязь влечения, образа объекта и двигательного образа, возникающая под воздействием возбуждения, вызванного влечением, породила желание.

Практически любой поведенческий процесс в психоаналитической теории может быть описан в терминах:

1) привязки, или направления энергии на объект (катексис). Примером катексиса может служить эмоциональная привязанность к другим людям (то есть перенос на них энергии), увлеченность чьими-то мыслями или идеалами.

2) препятствия, мешающего удовлетворению влечения (антикатексис). Антикатексис проявляется во внешних или внутренних барьерах, препятствующих немедленному ослаблению потребностей, связанных с влечениями [62].

Таким образом, взаимодействие между выражением влечения и его торможением, между катексисом и антикатексисом составляет главную идею психоаналитического построения системы мотивации.

Стимул (напряжение) представляет собой количество энергии, силы или давления, которое требуется для удовлетворения влечения. Оно может быть оценено косвенным образом путем наблюдения количества и видов препятствий, которые предстоит преодолеть человеку в поисках конкретной цели.

Ключом к пониманию динамики энергии влечений и ее выражения в выборе объектов является понятие *смещенной активности*. Согласно этой концепции, высвобождение энергии и ослабление напряжения происходит благодаря смене поведенческой активности. Смещенная активность имеет

место тогда, когда по каким-то причинам выбор нужного объекта для удовлетворения влечения невозможен. В подобных случаях влечение может сместиться и, таким образом, сфокусировать свою энергию на каком-нибудь другом объекте.

З. Фрейд считал, что многие социально-психологические феномены можно понять в контексте смещения двух первичных влечений: сексуального и агрессивного. Например, социализацию ребенка можно частично объяснить как результат последовательного смещения сексуальной потребности от одного объекта к другому, как того требуют родители и общество. Сходным образом расовые предрассудки и войны могут быть объяснены смещением агрессивных побуждений. Согласно З.Фрейду, все устройство современной цивилизации (искусство, музыка, литература) является продуктом смещения сексуальной и агрессивной энергии. Не имея возможности получать удовольствие прямо и немедленно, люди научились смещать свою энергию влечений на других людей, другие предметы и другую деятельность, вместо тех, которые предназначались для прямой разрядки напряжения. Таким образом появляются сложные религиозные, политические, экономические и другие институты.

Итак, к основным положениям З.Фрейда относятся:

◆ Влечения могут проявлять себя по-разному. Если при большой интенсивности влечения отсутствует объект, необходимый для его удовлетворения, то неосуществившиеся желания входят в сознание в виде представлений о прежнем удовлетворении влечения. Влечения могут смещаться на другие объекты, они могут сублимироваться и, наконец, вытесняться. В последнем случае они оказывают скрытое влияние на переживания (проявляется в содержании сновидений) или на поведение (проявляется в ошибочных действиях или невротических нарушениях).

◆ В теоретических построениях Фрейда психическая жизнь, понимаемая как постоянный конфликт противоречивых тенденций внутри личности, предстает в виде иерархии трех механизмов. Поиску удовлетворения (Оно) противостоит моральный контроль (сверх-я), а примирением их через достижение компромисса занимается механизм приспособления к реальности (я).

◆ Взрослая личность есть результат истории влечений, причем особое значение имеет детство. Препятствия, возникающие на пути удовлетворения влечений, особенно в раннем детстве, имеют серьезные последствия и причиняют сильный ущерб способности человека работать и любить. С помощью психоаналитических терапевтических приемов причины нарушений развития, коренящиеся в раннем детстве, могут быть выявлены и в какой-то степени устранены.

♦ Развитие влечений проходит несколько психосексуальных фаз в соответствии со сменой так называемых эрогенных зон (чувствительных участков кожи вокруг различных отверстий на теле). На каждой из фаз доминирует определенная эрогенная зона, ее раздражение доставляет максимальное чувственное удовлетворение. Порядок смены эрогенных зон следующий:

- рот (оральная фаза: сосание, глотание, кусание);
- задний проход (анальная фаза: выделения кишечника)
- половые органы (фаллическая и генитальная фазы: мастурбация, гомосексуальные и гетеросексуальные половые связи).

Развитие влечения может задержаться на одной из фаз (явление фиксации). Травмирующие переживания могут отбросить развитие на более ранние стадии (регресс).

♦ Ход развития влечений подобен развитию действия в «любловном треугольнике»: супружеской пары и любовника. В роли последнего выступает ребенок, который стремится к сексуальным отношениям с родителем противоположного пола (эдипов комплекс) и наталкивается при этом на сопротивление и угрозы со стороны родителя одного с ним пола. При нормальном развитии конфликт разрешается путем идентификации с родителем одного с ребенком пола. Это разрешение ведет к усвоению уже в раннем детстве моральных норм, персонифицируемых с одним из родителей, и тем самым к образованию совести (сверх-я) как механизма, контролирующего поведение личности [62].

Литература:

1. Браун, Дж. Психология Фрейда и постфрейдисты / Дж. Браун. – М., 1997.
2. Старовойтов, В.В. Современный психоанализ: интеграция субъект-объектного и субъект-субъектного подходов / В.В. Старовойтов. – М.: ИФ РАН, 2004.
3. Фрейд, З. Влечения и их судьба / З. Фрейд // Интерес к психоанализу. – Минск, 2004.
4. Фрейд, З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. – СПб., 2002.
5. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
6. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
7. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997

8. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, Г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.

9. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.

Тема 3.2 Действия.

Ошибочные действия. Механизмы ошибочных действий. Действия: случайные, симптоматические, комбинированные.

В поведении человека часто наблюдаются многим известные, часто встречающиеся, но, как правило, мало привлекающие к себе внимание явления, которые, не имея ничего общего с болезнью, наблюдаются у любого здорового человека. Это так называемые *ошибочные действия* (Fehlleistungen) человека.

З. Фрейд определял ошибочные действия как психопатологию в обыденной жизни, краткий сбой в психической функции, когда вытесненное актуализируется в обход сознанию, или совершение другого действия вместо задуманного.

Границы ошибочных действий задаются тремя следующими условиями:

- Ошибочное действие не выходит за определенные рамки, оно должно оставаться «в пределах нормальных явлений».

- Ошибочное действие имеет характер преходящего, временного нарушения.

- Заметив ошибочное действие, мы обычно ничего не знаем о его мотивах, нам кажется, что оно совершено случайно и непреднамеренно.

По содержанию ошибочные действия весьма разнообразны. Как считает З. Фрейд, они могут проявляться через:

1) оговорки, опiski, очитки, ослышки;

2) забывание;

3) запрятывание, затеривание, ошибки-заблуждения.

Главное различие этих групп в том, что в первом случае нечто намеренно актуализируется, а во втором нечто намеренно не актуализируется.

Ошибочные действия первой группы:

- ◆ *оговорки* (Versprechen) – когда, желая что-либо сказать, кто-то вместо одного слова употребляет другое;

♦ *описки* – когда то же самое происходит при письме, что может быть замечено или остаться незамеченным;

♦ *очитки* (Verlesen) – когда читают не то, что напечатано или написано;

♦ *ослышки* (Verhören) – когда человек слышит не то, что ему говорят, нарушения слуха по органическим причинам сюда, конечно, не относятся [62].

В основе *другой группы* таких явлений лежит забывание (Vergessen), но не длительное, а временное, когда человек не может вспомнить, например, имени, которое он наверняка знает и обычно затем вспоминает, или забывает выполнить намерение (Vorsatz), о котором позднее вспоминает, а забывает лишь на определенный момент.

В *третьей группе* явлений этот временной аспект отсутствует, как, например, при *запрятывании* (Verlegen), когда какой-либо предмет куда-то убираешь, так что не можешь его больше найти, или при совершенно аналогичном *затеривании* (Verlieren). Здесь забывание, к которому относишься иначе, чем к забыванию другого рода; оно вызывает удивление или досаду, вместо того чтобы мы считали это естественным. сюда же относятся определенные *ошибки-заблуждения* (Irrtümer), которые также имеют временной аспект, когда на какое-то время веришь чему-то, о чем до и после знаешь, что это не соответствует действительности, и целый ряд подобных явлений, имеющих различные названия.

Можно утверждать, что ошибочные действия могут быть вызваны небольшими отклонениями функций, неточностями в психической деятельности при определенных условиях. человек, который обычно говорит правильно, может оговориться:

- если ему нездоровится;
- он устал, он взволнован;
- он слишком занят другими вещами.

В данных условиях также легко происходит и забывание имен собственных.

Однако ошибочные действия проявляются и у лиц, которые не устали, не рассеянны и не взволнованы. Существует большое количество действий, чисто автоматических и требующих минимального внимания, которые выполняются при этом абсолютно уверенно (например, ходьба).

3. Фрейд исследовал условия, при которых оговорки вообще возникают, определил, что влияет на особенности искажений при оговорках. Он полагал, что оговорку следует считать полноценным психическим актом, имеющим свою цель, определенную форму выражения и значение, поэтому в целом ряде случаев намерение, смысл оговорки совершенно очевиден. Это, прежде всего те случаи, когда

говорится противоположное тому, что намеревались сказать.

В других случаях, когда при оговорке прямо не высказывается противоположное утверждение, в ней все же выражается противоположный смысл. Встречаются случаи, когда оговорка просто прибавляет к смыслу намерения какой-то второй смысл. Тогда предложение звучит так, как будто оно представляет собой стяжение, сокращение, сгущение нескольких предложений. Оговорки часто производят впечатление сокращений.

3. Фрейд считал, что случаи оговорок можно объяснить столкновением, *интерференцией* двух различных намерений. Разница состоит в том, что в первом случае одно намерение полностью замещается (*субституируется*) другим, и тогда возникают оговорки с противоположным смыслом, в другом случае намерение только искажается или модифицируется, так что образуются комбинации, которые кажутся более или менее осмысленными.

Искажение имени часто происходит не только в оговорках; имя пытаются произнести неблагозвучно и внести в него что-то унижительное – это является своего рода оскорблением, которого культурный человек, хотя и не всегда охотно, старается избегать. Нетрудно предположить, что и при оговорке может проявиться намерение оскорбить, как и при искажении имени. Подобные объяснения приемлемы и в случае оговорок с комическим и абсурдным эффектом. То же самое относится к тем оговоркам, в которых безобидные слова превращаются в неприличные.

Таким образом, оговорки не являются случайностями, а представляют собой серьезные психические акты, имеющие свой смысл, они возникают благодаря противодействию двух различных намерений. Присутствие одного из двух намерений, а именно нарушенного, обычно не вызывает сомнений: человек, совершивший ошибочное действие, знает о нем и признает его. Сомнения и размышления вызывает второе, нарушающее намерение.

В первом случае с нарушенным намерением все достаточно просто. О нем часто сообщает сам допустивший оговорку, он сразу может восстановить то, что намеревался сказать первоначально. Во втором случае, при оговорке, человек сразу же подтверждает, что хотел сначала сказать, но сдержался и выразился по-другому. Искажающее намерение здесь так же легко установить, как и искаженное. Надо лишь спросить говорившего, почему он сделал именно такую оговорку и что он может о ней сказать.

Случаи *забывания* намерений в общем-то достаточно очевидны и их причины всегда можно выяснить, объяснив смысл ошибочного действия, исходя из психической ситуации, с которой он связан. Вместе с тем

существуют и другие действия, которые можно отнести к ошибочным – *затеривание* и *запрятывание вещей*. Большинству людей кажется, что затеривание – это досадная случайность, и они вовсе не подозревают, что за этим стоит какое-то намерение. Например, предметы затериваются тогда, когда человек поссорился с тем, кто их дал и о ком неприятно вспоминать, или когда сами вещи перестают нравиться и человек ищет предлога заменить их другими, лучшими. Проявлением такого же намерения по отношению к предмету выступает и то, что его роняют, разбивают, ломают.

Все эти примеры свидетельствуют об одном, а именно о том, что ошибочные действия имеют свой смысл, и показывают, как этот смысл можно узнать или подтвердить по сопутствующим обстоятельствам.

Особое внимание следует уделить двум группам ошибочных действий – *повторяющимся и комбинированным*.

Повторяющиеся и комбинированные ошибочные действия являются своего рода вершиной этого вида действий. Это объясняется тем, что повторяемость проявлений обнаруживает устойчивость, которую почти никогда нельзя приписать случайности, но можно объяснить преднамеренностью. Кроме того, замена отдельных видов ошибочных действий иными свидетельствует о том, что самым важным и существенным в ошибочном действии является не форма или средства, которыми оно пользуется, а намерение, которому оно служит и которое должно быть реализовано самыми различными путями.

В качестве примера повторяющегося забывания З. Фрейд приводит достаточно иллюстративную историю, которая произошла с американским психоаналитиком Э. Джонсом (1911). Однажды по неизвестным причинам в течение нескольких дней Э. Джонс забывал письмо на письменном столе. Наконец, он решился его отправить, но получил письмо обратно, так как забыл написать адрес. Написав адрес, он принес письмо на почту, но оказалось, что забыл наклеить марку. Тут уж он был вынужден признать, что вообще не хотел отправлять это письмо.

В другом случае захватывание вещей «по ошибке» комбинируется с запрятыванием. Это часто проявляется в некой «рассеянности» – когда человек очень хочет что-то оставить у себя.

Ранее было отмечено, что ошибочные действия возникают в результате наложения друг на друга двух различных намерений, из которых одно можно назвать *нарушенным*, а другое *нарушающим*. И, если, нарушенные намерения не представляют собой проблему для понимания, то вот другие вызывают некоторые вопросы. Не совсем понятно, во-первых, что это за намерения, выступающие как помеха для первого, и, во-вторых, каковы их отношения друг к другу.

При оговорке нарушающее намерение может иметь отношение к содержанию нарушенного намерения, тогда оговорка содержит противоречие, поправку или дополнение к нему. В менее же ясных и более интересных случаях нарушающее намерение по содержанию не имеет с нарушенным ничего общего.

Почти во всех случаях оговорок нарушающее намерение выражает противоположное содержание по отношению к нарушенному, ошибочное действие представляет собой конфликт между двумя несогласованными стремлениями.

Другой вид отношения между двумя борющимися намерениями, когда нарушающее намерение не имеет ничего общего с содержанием нарушенного, возникает, когда помеха вызывается тем ходом мыслей, которые незадолго до того занимали человека и проявились теперь таким образом, независимо от того, выразились ли они в речи или нет. Эту помеху можно назвать отзвуком, однако не обязательно *отзвуком* произнесенных слов. Здесь тоже существует ассоциативная связь между нарушающим и нарушенным намерением, но она не скрывается в содержании, а устанавливается искусственно, часто весьма окольными путями.

Нарушающие намерения, которые проявляются в качестве помех, с одной стороны, весьма различны, но, с другой – в них можно найти и что-то общее. Среди них можно выделить три группы:

- К первой группе относятся случаи, в которых говорящему известно нарушающее намерение, и он чувствовал его перед оговоркой. например, когда в оговорке говорящий не только не отрицает осуждения определенных фактов, но признается в намерении, от которого он потом отказался.

- Вторую группу составляют случаи, когда говорящий тоже признает нарушающее намерение, но не подозревает, что оно стало активным непосредственно перед оговоркой. Он соглашается с толкованием собеседника, но в известной степени удивлен им. Примеры такого рода легче найти в других ошибочных действиях, чем в оговорках.

- К третьей группе относятся случаи, когда сделавший оговорку энергично отвергает толкование нарушающего намерения; он не только оспаривает тот факт, что данное намерение побудило его к оговорке, но утверждает, что оно ему совершенно чуждо [62].

Общим в механизме оговорок этих трех групп является то, что в первых двух группах нарушающее намерение признается самим говорящим; в первом случае к этому прибавляется еще то, что это намерение проявляется непосредственно перед оговоркой. Но в обоих случаях это намерение оттесняется. Говорящий решил не допустить его

выражения в речи, и тогда произошла оговорка, т.е. оттесненное намерение все-таки проявилось против его воли, изменив выражение допущенного им намерения, смешавшись с ним или даже полностью заменив его. Таков механизм оговорки.

Оговорки, относящиеся к третьей группе, нетрудно полностью согласовать с вышеописанным механизмом. Для этого нужно только предположить, что эти три группы отличаются друг от друга разной степенью оттеснения нарушающего намерения. В первой группе это намерение очевидно, оно дает о себе знать говорящему еще до высказывания; только после того, как оно отвергнуто, оно возмещает себя в оговорке. Во второй группе нарушающее намерение оттесняется еще дальше, перед высказыванием говорящий его уже не замечает. Удивительно то, что это никоим образом не мешает ему быть причиной оговорки! Но тем легче объяснить происхождение оговорок третьей группы. Оперевшись на предположение, что в ошибочном действии может проявиться еще одна тенденция, которая основана на том факте, что намерение давно, может быть очень давно, оттеснено, говорящий не замечает его и как раз поэтому отрицает. Из этого напрашивается очень важный вывод – *подавление имеющегося намерения что-либо сказать является непременным условием возникновения оговорки.*

Случайные и симптоматические действия. Есть целый ряд других явлений, очень близких к ошибочным действиям, к которым это название, однако, уже не подходит. Мы называем их случайными и симптоматическими действиями. Они тоже носят характер не только немотивированных, незаметных и незначительных, но и излишних действий. От ошибочных действий их отличает отсутствие второго намерения, с которым сталкивалось бы первое и благодаря которому оно бы нарушалось. С другой стороны, эти действия легко переходят в жесты и движения, которые, по мнению З. Фрейда, выражают эмоции. К этим случайным действиям относятся все кажущиеся бесцельными, выполняемые как бы играя манипуляции с одеждой, частями тела, предметами, которые человек то берет, то оставляет, а также мелодии, которые люди часто напевают про себя. З. Фрейд считал, что все эти явления полны смысла и их можно толковать так же, как и ошибочные действия, что они являются некоторым знаком других, более важных душевных процессов и сами относятся к полноценным психическим актам.

Вопросы для самопроверки

1. В чем суть психоаналитической концепции З. Фрейда?

2. Что является источником активности в теории Фрейда?
3. Влечение – это...
4. Назовите виды влечений.
5. Какие инстанции в структурной модели психики выделял З. Фрейд?
6. Выделяются четыре основных характеристики влечений. Какие?
7. Основные положения теории мотивации З. Фрейда.
8. Перечислите виды ошибочных действий.
9. В чем суть затеривания?
10. Каковы причины оговорок по теории З. Фрейда?

Литература:

1. Браун, Дж. Психология Фрейда и постфрейдисты / Дж. Браун. – М., 1997.
2. Старовойтов, В.В. Современный психоанализ: интеграция субъект-объектного и субъект-субъектного подходов / В.В. Старовойтов. – М.: ИФ РАН, 2004.
3. Фрейд, З. Влечения и их судьба / З. Фрейд // Интерес к психоанализу. – Минск, 2004.
4. Фрейд, З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. – СПб., 2002.
5. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
6. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
7. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997
8. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, Г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
9. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.

Тема 3.3 Теория поля К. Левина

По-настоящему понять можно лишь то, что пробуешь изменить.

К. Левин

Основные положения теории поля. Уравнение поведения. Модель

личности. Модель окружения. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля.

Теория немецкого психолога К. Левина (1890–1947) сложилась под влиянием успехов точных наук – физики, математики. Начало века ознаменовалось открытиями в физике поля, атомной физике, биологии. Заинтересовавшись в университете психологией, Левин пытался и в эту науку внести точность и строгость эксперимента, сделав ее объективной и экспериментальной.

Теория К. Левина является оригинальной теорией в объяснении человеческого поведения. согласно ей, протекание действий целиком сводится к конкретной совокупности условий существующего в данный момент поля. Свою теорию личности Левин разрабатывал в русле гештальтпсихологии, дав ей название «теория психологического поля». Он исходил из того, что личность живет и развивается в психологическом поле окружающих ее предметов, каждый из которых имеет определенный заряд (валентность). Эксперименты Левина доказывали, что для каждого человека эта валентность имеет свой знак, хотя в то же время существуют такие предметы, которые для всех имеют одинаково притягательную или отталкивающую силу. Воздействуя на человека, предметы вызывают в нем потребности, которые Левин рассматривал как своего рода энергетические заряды, вызывающие напряжение человека. В этом состоянии человек стремится к разрядке, т.е. удовлетворению потребности.

В рамках теории поля К. Левин предлагает схему психологического изучения человеческого поведения, которая имеет целый ряд отличительных особенностей:

I. согласно ей, анализ поведения должен основываться на общей ситуации. В объяснение поведения включается более широкий круг явлений, чем объединение отдельных элементов типа раздражителей и реакций.

II. ситуацию следует интерпретировать так, как она представляется субъекту. Это означает, что объяснение должно быть психологичным. При этом детерминанты поведения независимо от локализации в окружении или субъекте должны пониматься психологически. В связи с этим к основным компонентам причинно-следственного анализа относятся, например, не раздражители, как это пытается доказать бихевиоризм, а воспринимаемые (отраженные субъектом) особенности окружения, которые предоставляют человеку различные возможности для действия. Психологическому анализу должно подлежать таким образом не только все, что происходило с действующим субъектом в нем самом и окружении, но и другие факторы, влияющие на поведение.

III. Для объяснения поведения описания простых связей в смысле ассоциации «раздражитель–реакция» явно недостаточно. Согласно К. Левину, в основе всякого поведения лежат силы, основными из которых являются потребности.

IV. Простая классификация наблюдаемых феноменов не идет дальше описательного уровня и может стать причиной неверного объяснения, поскольку внешне одинаковое поведение не обязательно связано с одними и теми же причинами. Необходимо выработать общие понятия и использовать их как конструктивные элементы, сочетание которых позволяло бы объяснить каждый конкретный случай.

V. На поведение влияет только то, что действует здесь и теперь: будущие и прошлые события сами по себе не могут определять поведение в настоящий момент, они действительны лишь как нечто актуально припоминаемое или предвосхищаемое. Прошлые и будущие события могут лишь внести свой вклад в структуру общей ситуации и несколько изменить композицию поля, но не более. Но, тем ни менее, их влияние может сказываться на актуальных состояниях субъекта и его окружения [62].

В своей модели психологического объяснения поведения К. Левин стремился осуществить анализ условий протекания явлений и свести их к основным объяснительным конструктам. Конструктами стали понятия общей динамики, такие, как *напряжение, сила, поле* (по аналогии с электромагнитным и гравитационным полями).

Еще более значительным для исследования поведения было требование Левина *анализировать ситуацию в целом*. Результатом такого требования анализа стало знаменитое уравнение поведения, согласно которому поведение (В) есть функция личностных факторов (Р) и факторов окружения (е):

$$B = f(P, E).$$

Исходя из этого, для объяснения поведения Левин разработал две отчасти дополняющие друг друга модели:

- личности;
- окружения.

Структурными компонентами этих моделей являются соседствующие, отграниченные друг от друга области. Несмотря на это сходство, структурные области в каждой из моделей имеют разное значение, которое определяется прежде всего динамическими компонентами обеих моделей.

Модель личности оперирует энергиями и напряжениями, т.е.

скалярными величинами.

Модель окружения имеет дело с силами и целенаправленным поведением (в сфере действия соответствует локомоциям), т.е. векторными величинами. В конечном счете обе теоретические схемы базируются на представлении гомеостатической регуляции: создавшееся положение стремится к состоянию равновесия между различными областями пространственного распределения напряжений, или сил. При этом регулирующим принципом является не уменьшение напряжения, а его уравнивание по отношению к более общей системе или полю в целом

К основным понятиям теории поля относятся:

◆ *Жизненное пространство.* Жизненное пространство является ключевым понятием в теории поля Курта Левина. Содержание этого термина включает в себя все множество реальных и нереальных, актуальных, прошлых и будущих событий, которые находятся в психологическом пространстве индивида в данный момент времени. Это могут быть ожидания, цели, образы притягательных (или отталкивающих) объектов, реальные или воображаемые преграды на пути достижения желаемого, деятельность человека и т.д. В общем, все, что может обусловить поведение личности. Исходя из этого, поведение – это функция личности и ее жизненного пространства в данный момент времени. существенно отметить, что Левин признавал наличие влияния непсихических событий на поведение человека. Поэтому даже неосознаваемые человеком влияния, связанные с социально-экономическими и физиологическими факторами, также включаются в анализ его жизненного пространства. Иногда жизненное пространство называют психологическим.

◆ *Регионы и границы.* Психологическое пространство состоит из разных секторов, регионов, которые графически изображаются разделенными границами. Границы обладают свойством проницаемости. Чем «жестче» граница, барьер, тем толще линия, ее изображающая. Факт жизненного пространства – все, что может быть осознано человеком. событие – результат взаимодействия нескольких фактов. Количество секторов, регионов определяется количеством фактов, находящихся в данный момент в жизненном пространстве. Чем ближе сектор к личному пространству человека, тем большее влияние он оказывает.

◆ *Локомоции.* Связь между регионами осуществляется посредством локомоций. Локомоции (действия) могут происходить как в реальном физическом пространстве, так и в нереальном, воображаемом. Функция локомоций заключается в регуляции напряжения в жизненном пространстве человека. Уровень напряжения одного сектора может регулироваться за счет осуществления локомоций в другом секторе.

Например, мечты могут являться ирреальными локомоциями, связанными с регуляцией напряжения, вызванного потребностями, которые в данный момент времени невозможно удовлетворить в физическом пространстве. Если мечты не снижают напряжения, человек задействует для разрядки другие регионы. Если локомоции в доступных человеку регионах не снижают уровень напряжения, а остальные регионы характеризуются жесткостью границ «на входе», то поведение человека может описываться как навязчивое. Когда мы выводим событие, например локомоцию... из жизненного пространства, необходимо следовать трем принципам.

– Принцип связности (событие – всегда результат взаимодействия двух и более фактов).

– Принцип конкретности (эффект могут иметь только конкретные факты. Конкретный факт – это актуально существующий в жизненном пространстве факт).

– Принцип одновременности (лишь факты настоящего могут продуцировать поведение в настоящем) [61].

◆ *Временная перспектива.* Курт Левин поставил вопрос о существовании единиц психологического времени различного масштаба, обусловленного масштабами жизненных ситуаций, определяющих границы «психологического поля в данный момент». Это поле включает в себя не только настоящее положение индивида, но и его представления о своем прошлом и будущем – желания, страхи, мечты, планы и надежды. Все части поля, несмотря на их хронологическую разновременность, субъективно переживаются как одновременные и в равной мере определяют поведение человека. Эта точка зрения стимулировала исследования временной перспективы личности. В своей статье «Определение понятия „поле в данный момент“» Курт Левин определяет временную перспективу как феномен, «включающий психологическое прошлое и будущее на реальном и различных ирреальных уровнях» (Левин К., 1980). Сам же термин «временная перспектива» был введен в науку Л. Франком в 1939 году для характеристики взаимосвязи и взаимообуславливания прошлого, настоящего и будущего в сознании и поведении человека.

◆ *Валентность.* Еще один конструкт, используемый Куртом Левиным для анализа психических феноменов и входящий в понятийный аппарат теории поля, это *валентность*. Под валентностью понимается свойство объекта притягивать или отталкивать. То есть речь идет о ценности региона для человека. Притягательный регион имеет *положительную* валентность, а отталкивающий – отрицательную. Есть регионы, которые имеют для человека *нейтральную* валентность.

◆ *Напряжение,* существующее в психологическом пространстве

человека, обуславливает силу, действующую на него и направленную в регион, который призван уровень напряжения понизить. Если на человека действуют несколько сил, то его локомоции направлены в сторону их результирующей. На рисунках, как это принято в физике, сила обозначается вектором. «Сила, или «тенденция к передвижению», имеет концептуально иной характер, чем действительное передвижение, хотя передвижение – это один из признаков (операциональное определение) для констелляции сил...» [262]. Сила обусловлена величиной валентности, присущей объекту в данный момент времени.

Литература:

1. Зейгарник, Б.В. Теория личности Курта Левина / Б.В. Зейгарник. – М.: Изд-во МГУ, 1981. – 104 с.
2. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
3. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
4. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
5. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
6. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
7. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.

Тема 3.4 Модель личности. Модель окружения

Понятия области, границы, напряженной системы. Тенденция к уравниванию. Понятие валентности. Модель окружения. Детерминация поведения. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля.

Модель личности

Исходным моментом при создании Левином психологической теории личности стал следующий тезис: *чтобы выученное проявилось в*

поведении, недостаточно образования в результате научения устойчивого сочетания «раздражитель–реакция». За поведением всегда должны стоять какие-то актуально действующие силы. На первом плане для Левина стоял вопрос энергетизации. Под этим имелась в виду не проблема энергетического обеспечения текущих когнитивных и моторных действий, а, скорее, проблема центрального управления поведением, точнее, того, какая из возможных в данной ситуации тенденций действия возобладает и начнет определять поведение.

Эту проблему К. Левин [1936] пытался решить с помощью модели меняющихся состояний напряжения в различных областях структуры личности. Как видно из рис. 19, личность представляет собой систему, состоящую из многочисленных непересекающихся друг с другом областей. Каждая область соответствует определенной цели действия, будь-то устойчивое стремление, которое можно обозначить как потребность (мотив), или же сиюминутное желание. Области структуры личности могут также представлять некоторые активности или знания субъекта. Отдельные области в зависимости от степени близости имеют разную степень сходства. Две области максимально похожи, если имеют общую границу.



Рисунок 19 – модель личности:

где M – сенсомоторная пограничная зона, выполняющая роль посредника между окружающим миром (U) и внутриличностными областями (IP). Внутриличностные области подразделяются на центральные (Z) и периферические (P).

По своему местоположению области делятся на:

- центральные;
- периферические [67].

Центральные области граничат с большим количеством областей, чем вторые. числом пограничных областей определяется «близость к я», личностная значимость целей действия или представленных этими областями активностей, а также их влияние на другие цели и активности.

Области также различаются своим внутренним и внешним

положением, определяемым степенью соседства (т.е. возможностью доступа) с пограничной зоной, окружающей все области структуры личности. Сама *пограничная зона* выполняет *функции восприятия и исполнения*, т.е. выступает посредником между индивидом и окружением: с одной стороны, восприятие несет информацию об окружающем мире, а с другой – моторное исполнение обеспечивает воздействие личности на окружение (сюда относятся не только такая сравнительно грубая моторика, как локомоции, но и речь, а также мимика).

Напряженные системы в модели личности. В целом модель личности представляет собой чистую структуру областей соотношениями соседства и функциями опосредования внутреннего и внешнего.

Модель личности имеет еще одну структурную особенность – *состояние границы*. Она может обладать различной прочностью и, будучи проницаемой, обеспечивать связь между соседними областями. С этой структурной особенностью границ областей связан динамический компонент модели личности. Для его обозначения К. Левин ввел понятие *напряжения*. Отдельные области структуры личности могут различаться по состоянию напряжения. Напряжение областей можно представить себе в виде сосудов, наполненных находящейся под различным давлением жидкостью. Область с повышенным по сравнению с другими областями напряжением Левин обозначает как «напряженную систему». Для такой системы характерна тенденция к уравниванию напряжения с соседними областями.

Уравнивание может осуществляться двумя путями:

- напряженная система, побуждающая производимое действие, разряжается, если находит доступ к пограничной зоне сенсомоторной активности, т.е. она начинает определять поведение, продолжающееся до тех пор, пока не достигается цель действия;

- если же система не находит такого доступа, то ее силы воздействуют на собственные границы. В таком случае уравнивание напряжения достигается путем диффузии, которая зависит от прочности границ с соседними областями и от фактора времени [62].

Первый вид уравнивания напряжения через исполнение позволяет объяснить, какое действие начнется после окончания предшествующего или какое будет возобновлено после прерывания. Классическим в этом отношении является так называемый эффект Зейгарник. Ученица Левина Б.В. Зейгарник [1927] установила, что прерванные действия удерживаются в памяти лучше завершенных.

Второй вид уравнивания напряжения через диффузию позволяет объяснить столь различные феномены, как удовлетворение потребности замещающей деятельностью [К. Lewin, 1932; К. Lissner, 1933;

W. Mahler, 1933; M. Henie, 1944], а также роль утомления, эмоций гнева [т. Dembo, 1931] и выхода в ирреальный план действий [J. F. Brown, 1933] при разрядке напряженной системы. Состояния утомления, эмоционального возбуждения и ирреальность действия понимаются при этом как условия, уменьшающие прочность границ областей, а следовательно, увеличивают их проницаемость.

Структура внутриличностных областей не задается раз и навсегда. По мере индивидуального развития и накопления опыта она дифференцируется и может переструктурироваться. Каждая моментальная цель действия представлена в этой структуре собственной областью. Как отмечает Левин в своем труде «намерение, воля и потребность» [1926], цели действия очень часто представляют собой «квазипотребности», т.е. производные потребности.

Квазипотребность – социально обусловленная потребность, возникшая в данный момент. По своему строению и механизмам квазипотребность не отличается от истинных потребностей. Квазипотребности имеют преходящий характер. Они часто возникают из намерения. Намерение образует напряженную систему, которая разряжается и исчезает только после достижения цели действия.

Квазипотребности могут, однако, образовываться и без акта намерения, как подлежащие исполнению деятельности, служащие необходимыми промежуточными ступенями к достижению целей действия и связанные с «истинными», т.е. более общими и устойчивыми, потребностями.

Истинная потребность – устойчивая потребность. Например, потребность к труду (в терминологии К. Левина профессиональная потребность, потребность к самоутверждению).

В обоих случаях уравнивания можно видеть, что деятельность после прерывания вновь спонтанно возобновляется [M. Ovsiankina; 1928]. Решающим в силе квазипотребности (или соответствующей ей напряженной системы) является не наличие или интенсивность акта намерения, а степень связи квазипотребности с истинными потребностями (которые в нашей системе понятий имеют статус мотивов), так сказать, степень «насыщенности» ими.

Наличие напряженной системы, будь то потребность или квазипотребность, сопровождается специфическими изменениями восприятия окружения. Объекты, которые могут служить для разрядки или удовлетворения потребностей, приобретают так называемый побудительный характер, валентность, что и выделяет их из окружения, приводит в движение целенаправленное поисковое поведение.

Гибкость и широта применения модели личности в значительной

мере определяются ее структурными компонентами. Модель оперирует вариантами взаимного расположения внутриличностных областей, прочностью их границ и, наконец, положением границ повышенной прочности.

На рисунке 20 представлены три различных динамических состояния одного и того же индивида, а именно [67]:

- (а) при отсутствии побуждения;
- (в) под давлением, которому противопоставит самообладание;
- (с) при крайне высоком напряжении.

Для каждого состояния можно вывести различные способы поведения, например недифференцированный аффективный прорыв в случае состояния (с):

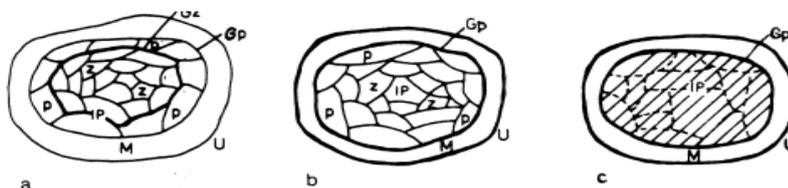


Рисунок 20 – модели трех состояний одного и того же индивида:

♦ (а) при отсутствии побуждения периферийные зоны *p* внутриличностных областей *IP* легко доступны воздействию окружающего мира *U*, а центральные зоны *z*, напротив, доступны в значительно меньшей степени, на что указывает разная прочность границ центральных и периферических областей *Gz*, с одной стороны, и внутриличностных областей и сенсомоторной пограничной зоны *Gp*, с другой; внутриличностные области *IP* относительно свободно воздействуют на сенсомоторную пограничную зону *M*;

♦ (в) под давлением, которому противопоставит самообладание, периферийные зоны *p* внутриличностных областей *IP* менее доступны, чем в случае (а), внешним воздействиям, периферийные (*p*) и центральные (*z*) зоны связаны теснее, коммуникации между *IP* и *M* затруднены;

♦ (с) при крайне высоком напряжении возможна унификация (примитивизация, регресс) внутриличностных областей *IP* [К. Левин, 1936. – S. 189].

В теории поля недостаточно учитываются индивидуальные различия, чтобы, действительно, с ее помощью можно было перейти на уровень объяснения поведения с третьего взгляда, т.е. специально проследить взаимодействие индивидуальных различий, диспозиций и ситуационных факторов. Тем не менее попытки описать с помощью модели личности индивидуальные различия через разное «состояние материала» все же предпринимались. Сам К. Левин описал в этой модели с помощью обеих особенностей «состояния материала» различие между нормальными и слабоумными индивидами. У слабоумных границы между внутриличностными областями более жестки, и этих областей у них меньше, чем у нормальных индивидов. На рис. 21 представлены модели,

отражающие различия в интеллекте и развитии.

	молодой	взрослый
нормальный		
слабоумный		

Рисунок 21 – Разные фазы развития нормального и слабоумного индивидов

По сравнению со слабоумными у нормальных по мере развития сильнее дифференцируются (растет число) внутриличностные области и менее выражены границы между ними [К. Lewin, 1935. S. 210]. Так выглядит модель личности К. Левина. Ее динамический компонент – не силы и направления, а состояния напряжения – соответствует «психогидравлическим» моделям Фрейда [S. Freud, 1895; 1915] и Лоренца [К. Lorenz, 1950]. Во всех трех моделях действует одна и та же аналогия: накапливающаяся в емкости жидкость (как в паровом котле), повышая давление, стремится к выравниванию сил, к «оттоку» [62].

Однако окружающий мир в модели личности никак не представлен. Взаимодействие с ним в модели только предполагается. Связь субъекта с окружающим миром, мотивирующим ожиданиям и привлекательности самих объектов (требовательный характер вещей, валентности) представлена К. Левиным в модели окружения.

Модель окружения

Наблюдая поведение людей в различных ситуациях, Левин стремился выявить психологическую структуру окружающего мира как пространства действия. Ему удалось установить примечательные различия между психологической и географической структурой мира, особенно если последняя описывается в евклидовой системе координат.

Наблюдения такого рода Левин провел еще будучи фронтовиком, во время первой мировой войны. Они описаны в его первой психологической публикации «Военный ландшафт» [К. Lewin, 1917]. Представления о протяженности отрезков пути в аналогичных участках ландшафта на

фронте по сравнению с тылом полностью меняются. Если требуется достичь близлежащего в географическом отношении места, то на фронте в качестве непреодолимых препятствий могут оказаться все легко преодолимые и ведущие непосредственно к цели участки, если они не скрыты от наблюдения противника. В условиях возможного вмешательства неприятеля петляющая и укрытая от посторонних глаз тропинка психологически становится наикратчайшим путем к цели, даже если с географической точки зрения она является окольной дорогой (психологически она так не переживается). Позднее Левин часто снимал на пленку поведение

Детей в свободной ситуации, например на игровой площадке, а потом анализировал психологическое пространство передвижения детей среди окружающих объектов.

Направление возможного или реально происходящего действия должно быть представлено в модели окружения в психологическом, а не в географическом пространстве. Психологическое пространство, или поле, состоит из различных областей, которые структурируют не пространство в собственном (географическом) смысле слова, а психологически возможные действия и события. Часть из таких областей соответствует возможным позитивным и негативным событиям: целевые регионы с позитивной валентностью и регионы опасности с негативной валентностью. Остальные области представляют инструментальные возможности действия, использование которых приближает к целевому региону или отдаляет от региона опасности. Они имеют, таким образом, значение средства действия. В одной из областей модели окружения находится сам субъект, представляемый точкой или кружком. Чтобы достичь целевого региона с позитивной валентностью, субъект должен одну за другой «перебраться» все области, лежащие между ним и целевым объектом, преодолеть их в действии. Если, например, кто-то хочет купить автомобиль и самостоятельно им управлять, он должен получить водительские права, скопить деньги, явиться в место продажи автомобилей, обратиться к продавцу и т.д.

Модель окружения не столько объясняет, сколько описывает ведущие к достижению искомой цели или позволяющие избежать нежелательных событий возможные действия, какими они представляются субъекту в данном жизненном положении. Таким образом, она позволяет описать когнитивную репрезентацию соотношений средств и цели, которые субъект структурирует, исходя из своих возможных действий и их результатов. Другими словами, речь идет о мотивирующих ожиданиях, структурного компонента модели окружения.

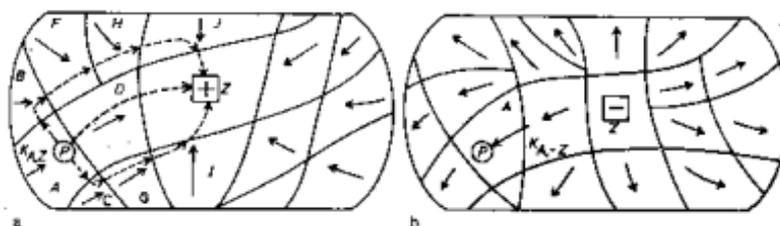


Рисунок 22 – модель окружения, представленная в виде позитивного и негативного поля сил

В позитивном поле (a) все силы направлены на объект цели Z. Действующая на личность сила $Ka+z$ соответствует позитивному требовательному характеру (валентности), если личность находится в области A, а цель – в области Z. Чтобы попасть в область цели Z, имеются три возможных пути, каждый из которых предполагает прохождение разного числа промежуточных областей действий: A–D–Z; A–C–G–I–Z; A–B–F–H–J–Z.

В негативном поле (b) все силы направлены от области Z. Действующая на личность в области A сила Kaz соответствует негативному требовательному характеру Z [67].

Динамическим компонентом модели окружения является поле сил, центр которого может лежать, как это изображено на рис. 22, в областях с позитивной или негативной валентностью. На субъекта воздействуют силы определенной интенсивности, и их результирующий вектор определяет направление и силу его психических локомоций. Если же в противоположном направлении действуют силы приблизительно такой же интенсивности, возникает конфликт. Направление означает при этом последовательность отдельных целевых действий. Часто действие разными путями ведет к одной и той же цели, психологическое направление в этом случае остается неизменным, имеет место эквивалентность исходов целенаправленного поведения [47].

Использовавшиеся первоначально К. Левином понятия топологии не вполне удовлетворяли его, поскольку с их помощью можно оперировать лишь отношениями соседства, но не направлениями. Он попытался усовершенствовать их [К. Lewin, 1934], обратившись к «топологическим» (от греческого слова «hodos»—«путь») понятиям: пути действий представлялись как связи между областью, в которой в данный момент находится субъект, и областью цели. Левин допускает, что среди возможных вариантов обычно существует своего рода «лучший» путь, которому отдается предпочтение, так как он требует пересечения наименьшего числа областей, т.е. представляется «кратчайшим». Краткость, или минимальность, психологического расстояния зависит не только от числа промежуточных областей. Минимальность может определяться также степенью сложности прохождения отдельных

областей, мерой необходимых усилий или размером грозящей опасности. В топологии не представлены ни направления, ни расстояния.

Данная модель не объясняет и не предсказывает поведение, а лишь описывает, как оно осуществлялось. Модель предполагает существующими и известными все мотивирующие поведение переменные, а именно: с одной стороны, мотивирующие валентности в форме областей психологического поля, с другой – когнитивные структуры ожиданий, в качестве содержания которых выступают отношения средств и цели в соответствующих путях действия. Эти переменные в модели представлены в виде соседствующих областей и проходящих через них путей. Эвристическая плодотворность модели окружения определяется если не объяснением, то анализом условий поведения в относительно свободной ситуации. Представленные в модели данные позволяют проследить и вывести важные факторы в совокупном психологическом (т.е. задействованном в поведении) поле, такие, как силы, препятствия, пути действия, близость к области цели.

В модели окружения дифференцированность жизненного пространства возрастает по мере развития не только за счет числа областей, на которые распадается окружающий мир (рис. 23). Расширяется также временная перспектива [ЛК. Frank, 1939] – психологическое будущее и прошлое, предвосхищение грядущих событий и воспоминание о прошедших [67].

На рис. 23 показана дифференциация жизненного пространства на разных уровнях индивидуального развития, при которой учитывается временная перспектива (настоящее, прошлое, будущее) и двойственность реальности (реальное и ирреальное):

- (а) – жизненное пространство маленького ребенка,
- (б) – ребенка постарше.

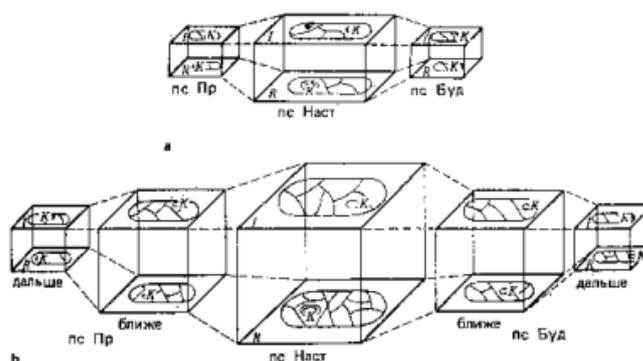


Рисунок 23 – Дифференциация жизненного пространства

Пространство последнего более дифференцировано в трех

отношениях по числу областей окружающего мира. диапазону временной перспективы и разграничению плоскостей реального и ирреального [К. Lewin, 1946. S. 798}. где:

- К – ребенок,
- R – план реального,
- I – план ирреального,
- пс ПР – психологическое прошлое,
- пс наст – психологическое настоящее,
- пс Буд – психологическое будущее.

Кроме того, в модели учитывается [J.F. Brown, 1933], насколько дифференцируются в когнитивной репрезентации жизненного пространства реальный и ирреальный планы действия. Состояние «материала» отдельных областей в плане ирреального, воображаемого, определялось как более «текущее», чем в плане реального. Уточненное, благодаря введению понятий временной перспективы и степени реальности, представление о жизненном пространстве стало исходным пунктом при анализе многих психологических феноменов, например, так называемой детской лжи, снов, фантазий и игры [S. Sliosberg, 1934], продуктивности, креативности и способности к планированию [R. G. Barker, т. Dembo, K. Lewin, 1941], желаний, надежд, вины и раскаяния [67].

Отношения между двумя моделями. При создании модели окружения Левин столкнулся со сложными вопросами теории познания, прежде всего с тем, как должна решаться в этом случае психофизическая проблема. Ведь мы сами и окружающий нас мир даны себе лишь феноменально и должны все понять, опираясь только на это. Однако независимо от переживаемого нами существует реальный, т.е. непсихологический, физический мир (в том числе и наше собственное тело). События в этом мире подчинены не психологическим, а физическим законам. Через собственные действия мы можем влиять на физический мир, а он постоянно воздействует на феноменально данный психологический мир, скажем на восприятие. Вопрос о том, где осуществляется переход от одного мира к другому, затрагивает важнейшие аспекты психофизической проблемы. В своей модели Левин представлял непсихологический мир начинающимся в так называемых краевых точках жизненного пространства и обозначал их как «чужую оболочку». Как показано на рис. 24, сюда относятся все так называемые «факты, которые не подчиняются психологическим законам», это физические и социальные явления (примером социальных могут служить действующие в той или иной стране законы).



Рисунок 24 – **жизненное пространство субъекта (P)**, в краевых точках которого начинается «чужая оболочка» не подчиняющихся психологическим законам фактов [K. Lewin. 1969. S. 90][67].

Вместе с тем Левин [K. Lewin, 1936] утверждал, что жизненное пространство складывается из психобиологических явлений. Левин подчеркивал, что в модели жизненного пространства учитываются все влияющие на поведение факторы и определяющие его закономерности независимо от того, переживаем мы их или нет.

Соотнесение данных двух моделей составляет проблему в связи с тем, что при соотнесении между собой модели личности и окружения субъект представляется областями и пограничной зоной с функциями восприятия и исполнения. Поскольку психофизический переход должен охватывать процессы восприятия и действия, то краевые точки жизненного пространства следовало бы установить на пограничной зоне личности [R. W. Leeper, 1943, O. Graefe, 1961]. Эти модели несовместимы хотя бы потому, что их динамические компоненты (напряжения в модели личности и силы в модели окружения) не соответствуют друг другу. Соседству областей придается разное значение: в модели личности оно определяется близостью, в модели окружения – отношением средств к цели [F. Heider, 1960].

Психологически значимым пунктом, в котором, однако, сходятся обе модели, является коварирующая связь состояния потребности личности (напряженная система) и валентности объекта, или области возможного действия в окружающем мире. Как пишет Левин: «До известной степени выражения «то-то и то-то составляет потребность» и «такая-то область структуры обладает требовательным характером, побуждая к таким-то действиям» эквивалентны. Изменению потребности всегда соответствует изменение требовательного характера вещей» [K. Lewin, 1926. S. 355].

К. Левин утверждал, что потребность имеется всегда, когда существует валентность. Левин приписывал валентности свойства, не зависящие от соответствующего состояния потребности, а присущие природе объекта. Так, например, пища независимо от наличия голода у того, кто ее видит, обладает различной степенью возбуждающей аппетит притягательности (феномен, которому посвятил большую часть своих

исследований мотивации янг). Таким образом, валентность (V_a) имеет, по Левину, два детерминанта. Она есть функция напряжения потребности личности (t , tension) и воспринимаемой природы целевого объекта (G , goal):

$$V_a(G)=F(t, G) \text{ [К. Lewin, 1938, S. 106–107].}$$

Исходя из воспринимаемой природы валентного объекта (G) как одной из детерминирующих валентность переменных, Левин ввел в психологическое (или психобиологическое) жизненное пространство чужеродное тело G , которое, будучи чужеродным фактором, относится к непсихологическим явлениям чужой оболочки. Отношения между t и G в полной мере не разработаны Левином [К. Lewin, 1938] в его теоретической работе, посвященной измерению психологических сил, взаимосвязи напряжения (модель личности) и этих сил (модель окружения). Поскольку t и G с самого начала не связаны между собой мультипликативно, то действующие на личность в жизненном пространстве силы задаются одним только G без участия напряжения потребности t . Поэтому можно думать, что G производит в личности соответствующую напряженную систему (потребность). При этом сила валентности той области окружения, в которой находится G , в свою очередь, возрастает на определенную величину и соответственно увеличиваются силы поля.

Главная заслуга К. Левина – в подробном разборе понятий с целью выработки конструктивных элементов теории мотивации. Основная слабость теории поля определяется тем, что в моделях личности и окружения можно представить и объяснить поведение лишь задним числом. Эта теория предоставляет немного возможностей заранее установить значимые в определенных случаях условия и сделать выводы о поведении, которого следует ожидать.

Невнимание к индивидуальным различиям в диспозициональных переменных также нанесло ущерб, прежде всего, таким конструктам, как t и G . Роль особенностей ситуации (G) как побуждающих специфический мотив (t) осталась в результате вне рассмотрения. Остались неразобранными проблемы мотивационных диспозиций, связанные не только с классификацией (разграничением) мотивов, но и с их актуализацией, измерением и генезисом. Основное внимание в теории поля уделялось проблемам мотивации: ее смене и возобновлению, целенаправленности и конфликту, а также ее воздействию на поведение. При этом саморегулирующиеся промежуточные процессы мотивации не постулировались, что, видимо, объясняется невозможностью описать с помощью модели окружения, как на различных этапах действия возникает

когнитивная репрезентация соответствующей ситуации.

Несмотря на свои недостатки, теория поля сыграла решающую роль в разработке понятийного аппарата теории мотивации. В противовес односторонности лабораторных исследований в ней были рассмотрены многообразные феномены мотивации психологии человека. Большое значение имело создание целого ряда экспериментальных парадигм, которые до сих пор уже совершенно независимо от теории поля стимулируют и обогащают исследования мотивации.

Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля

Среди порожденных идеями Левина экспериментов есть целая группа исследований, посвященных последствиям незавершенных действий, будь-то их лучшее удержание в памяти, предпочтительное возобновление или их завершение в замещающей деятельности. В замысле данных экспериментов особую роль сыграла модель личности. Модель окружения так и не породила экспериментальных работ, поскольку описывала поведение в относительно свободных и сложных ситуациях. Исключение составляет исследование Фаянс [S. Fajans, 1933] о зависимости силы побудительного характера от удаленности объекта цели. Среди наиболее влиятельных экспериментов, порожденных теорией Левина, был эксперимент по формированию Уровня притязаний [F. Норре, 1930], теоретическая разработка которого осуществлена десятью годами позже чем была создана модель окружения.

Последствия незавершенных действий З. Фрейд еще в своей «Психопатологии обыденной жизни» [S. Freud, 1901] привел массу примеров психологических последствий неосуществившихся желаний, т.е. нереализовавшихся действий. Будучи «вытесненными» вследствие своего запретного или предосудительного характера, они не просто исчезают, а находят свое выражение в многообразных скрытых формах, будь-то «свободное» вторжение, сон или так называемые ошибочные действия, мимолетные нарушения протекания деятельности. На таких наблюдениях, по большей части, основывается психоаналитическая теория и техника толкования.

На сходных наблюдениях последствий незавершенных действий строил свою модель личности К. Левин. Эксперимент строился следующим образом: испытуемому предлагали для выполнения одно за другим 16–20 различных заданий, половину из которых экспериментатор прерывал до их окончания, давая испытуемому следующее задание. После окончания эксперимента испытуемого мимоходом спрашивали, какие задания он может вспомнить. Последствия незавершенных действий

должны были проявиться в лучшем удержании прерванных заданий. Подтвердить это удалось ученице К. Левина Б. Зейгарник [B. Zeigarnik, 1927], а установленная ею закономерность получила название *эффекта Зейгарник*. В модифицированном эксперименте, проведенном другой ученицей К. Левина – М. Овсянкиной [M. Ovsiankina, 1928], для выявления последствий незавершенных действий использовалось вместо проверки их удержания спонтанное возобновление отдельных заданий. Для этой цели материал заданий оставлялся разложенным перед испытуемым, экспериментатор под каким-либо предлогом покидал помещение и скрыто наблюдал, возобновит ли испытуемый работу над теми или иными заданиями. Подобный способ выявления последствий незавершенных действий имеет то преимущество, что неудовлетворенные квазипотребности проявляются непосредственно, поскольку в этом случае инструкция на воспроизведение, предъявлявшаяся в эксперименте Б. Зейгарник как к законченным, так и к прерванным действиям, не конкурирует с влиянием неудовлетворенных квазипотребностей.

Наряду с обоими классическими методами, удержания и возобновления, для учета последствий незавершенных действий были привлечены еще четыре поведенческих индикатора.

- Повторный выбор, т.е. выбор для дополнительного занятия одного из двух уже предлагавшихся заданий, одно из которых ранее было решено, а другое – нет [S. Rosenzweig, 1933; 1945; S. Coopersmith, 1960].

- нейровегетативные изменения, наблюдающиеся при случайном упоминании незавершенного задания во время выполнения другой деятельности [R. Fuchs, 1954]. Было замечено также, что прерывание действия сопровождается повышением тонуса мускулатуры [D. L. Freeman, 1930; A. A. Smith, 1953; D. W. Forrest, 1959].

- Разные пороги узнавания для слов, обозначающих завершённые и прерванные задания [L. Postman, R.L. Solomon, 1949; A.J. Caron, N. A. Vallach, 1957] [62].

- Возрастание привлекательности задания после прерывания [D. Cartwright, 1942; M. Gebhard, 1948].

По собственным словам К. Левина, идея изучить последствия незавершенных действий возникла у него, когда ему стало ясно, что конструкт напряжения в модели личности заслуживает серьезного рассмотрения и требует конкретной реализации в эксперименте.

Применительно к каждому из трех компонентов модели личности: (а) состоянию напряжения области (напряженная система), (в) подразделению областей (на центральные и периферические; по степени дифференцированности и (с) свойствам материала (прочность границ областей) – можно принять ряд гипотез. В дальнейшем по каждой из

теоретически выведенных гипотез были получены экспериментальные данные.

Напряженная система:

◆ Лучшее удержание и предпочтительное возобновление незавершенных квазипотребностей (оба явления позднее получили название эффекта Зейгарник). Зейгарник установила [В. Zeigarnik, 1927], что незавершенные задания удерживаются в среднем в два раза лучше завершенных. При использовании в качестве критерия возобновление действия результаты оказались еще более выраженными [М. Ovsiankina, 1928].

◆ чем сильнее не удовлетворена квазипотребность, тем выраженнее эффект Зейгарник (или обобщенно: чем сильнее мотивация, тем значительнее последствия в случае недостижения ее цели). Испытуемые, у которых в выполнении заданий заметную роль играет честолюбие, почти в три раза лучше воспроизводят незавершенные, чем завершенные действия, а у тех, кто вообще не испытывает в ситуации эксперимента этого чувства, эффект Зейгарник зафиксировать не удается [В. Zeigarnik, 1927]. Обострение мотивирующих побуждений духом соперничества увеличивает выраженность эффекта Зейгарник [А. J. Marrow, 1938].

◆ При наличии других квазипотребностей эффект Зейгарник уменьшается. Использование в качестве критерия возобновление действия, как правило, дает большую выраженность последствий, чем проверка удержания прерванных действий в памяти. В последнем случае, если испытуемый воспринимает вопрос экспериментатора не как простое последующее обсуждение, а как проверку его памяти, то выраженность эффекта Зейгарник заметно уменьшается. В первом случае Зейгарник получила коэффициент (число воспроизведенных незавершенных действий к числу воспроизведенных завершенных), равный 2,8, во втором – 1,5 [47].

Подразделение областей:

◆ Центральные квазипотребности порождают более сильный эффект Зейгарник, чем периферические. Об этом свидетельствует тот факт, что незавершенные задания, вызывавшие у испытуемого особый интерес, удерживались лучше [В. Zeigarnik, 1927]. Однако точных данных, подтверждающих эту гипотезу, нет, потому что различие между периферическими и центральными областями трудно задать экспериментально, исключив объяснение с помощью гипотезы о различной силе квазипотребностей.

◆ недостаточное отграничение областей, соответствующих завершенным и незавершенным заданиям, приводит к уменьшению эффекта Зейгарник. При большом сходстве материалов завершенных и

незавершенных заданий выполнение похожего задания приобретает значение замещения, т.е. уменьшает последствия незавершенных заданий [см. ниже о замещающих действиях, а также: K. Lissner, 1933; W. Mahler, 1933].

Особенности материала:

◆ неудовлетворенная квазипотребность со временем разряжается (границы напряженной системы обладают известной проницаемостью, что приводит к выравниванию напряжений) [M. Ovsiankina, 1928; J.R. Martin, 1940; A.O. Jager, 1959; 1960].

◆ Ослабление эффекта Зейгарник при утомлении (в этом состоянии повышается «текучесть» границ областей) [B. Zeigarnik, 1927].

◆ Ослабление эффекта Зейгарник при аффективном возбуждении.

◆ По мере онтогенетического развития эффект Зейгарник проявляется сильнее, что объясняется увеличением с возрастом прочности границ областей. Б. Зейгарник установила соответствующие различия между детьми, подростками и взрослыми [62].

Кроме того, получены данные, выведенные не из модели личности, а из модели окружения. Вместо напряженной системы в этом случае использовалась психологическая сила, направляющая субъекта к целевой области, которая, как мы видели, зависит от валентности цели (G) и психологического расстояния (e). Валентность же, в свою очередь, зависит от силы потребности (t) и независимых от личности особенностей цели действия (G):

$$F = Va(G) = t, G.$$

Преимущественное воспроизведение незавершенных заданий при так называемых конечных действиях, т.е. действиях с определенным исходом, выражено сильнее, чем при действиях рядоположенных, состоящих из одной и той же операции (скажем, вычеркивание определенных букв в тексте). Здесь сказывается влияние фактора G, который обуславливает (в качестве независимой от субъекта особенности цели) величину валентности. Другие данные можно объяснить только с помощью второго детерминанта психологической силы, а именно психологического расстояния. Эффект Зейгарник тем выраженнее, чем ближе к завершению оказалось действие в момент его прерывания [M. Ovsiankina, 1928].

Можно, впрочем, показать, что решающим для возникновения эффекта Зейгарник является не прерывание действия само по себе, а, скорее, психологическая значимость ситуаций для действующего: видит он свою цель – правильное решение задания – достигнутой или нет. Мэрроу

[A.J. Marrow, 1938], используя методику обратного эксперимента (он сообщал испытуемому, что будет прерывать его работу всякий раз, когда тот окажется на верном пути к решению, и позволит ему работать дальше, если решение будет найдено не сразу), показал, что в этих условиях «законченный» материал неудававшихся заданий удерживался лучше, чем материал прерванных заданий (с правильно найденным ходом решения) [см. также: e. Junker, 1960].

Замещающие действия. Неудовлетворенные потребности как последствия незавершенных действий могут быть удовлетворены через действия замещающие, т.е. напоминающие незавершенную деятельность или являющиеся производными от нее. На это явление обратил внимание З. Фрейд [S. Freud, 1915], но К. Левин [K. Lewin, 1932] первым подверг его экспериментальному анализу. К. Левина побудили к этой работе данные З. Фрейда, умозрительный, построенный на отдельных наблюдениях терапевтических эффектов характер которых не мог удовлетворить К. Левина в качестве объяснения анализировавшихся феноменов. Если влечения остаются нереализованными, то Фрейд говорит о «судьбах влечений», т. е. или о смене собственно активности влечения через смещение первоначального объекта влечения на замещающий, или о так называемой сублимации «энергии влечения», которая разряжается тем самым в форме относительно безобидных видов активности.

К. Левин проанализировал условия, при которых незавершенное действие не имеет последствий в связи с завершением его в другом действии. В каком случае вводимое дополнительно действие приобретает значение замещения первоначального действия? При экспериментальном анализе использовалась разработанная М. Овсянкиной методика спонтанного возобновления задания: после его прерывания и до появления удобного случая для возобновления работы вводилось новое задание и испытуемому предоставлялась возможность его завершить. По тому, возобновлялась ли после этого работа над первоначально прерванным заданием, судили о замещающем характере промежуточной деятельности.

Основой для построения гипотезы здесь также стала модель личности, в частности ее постулаты о выравнивании уровня напряженности между соседними областями вследствие относительной проницаемости границ областей и об определении меры сходства целей действия и активностей по степени соседства представляющих их областей. Исходя из этих постулатов, можно ожидать, что быстрее всего разрядка напряженной системы произойдет через завершение возможно более схожего действия. если область А есть напряженная система, то напряженность перетекает в соседнюю область В. Уровни напряжения выравниваются. Различие в напряжении снова увеличится, если область В

после завершения действия полностью разрядится. Но в результате произойдет уменьшение напряжения в области А. (Из временных соотношений в последовательности подобных событий вытекают, в свою очередь, дальнейшие гипотезы. Например, с возрастанием продолжительности времени замещающая ценность схожего промежуточного действия должна сначала увеличиваться, так как выравнивание напряжения требует некоторого времени. но это предположение до сих пор не проверено.)

Наиболее известные эксперименты по изучению условий, при которых дополнительное действие приобретает значение замещающего, были проведены тремя ученицами Левина: Лисснер [K. Lissner, 1933], Малер [W. Mahler, 1933] и Хенле [M. Henle, 1944]. Лисснер прерывала работу детей, например, при вылепливании какой-либо фигуры из пластилина и просила вылепить другую фигуру. Замещающая ценность относительно первоначального задания в целом возрастала соответственно степени сходства между обоими заданиями. Важным параметром степени сходства оказался уровень сложности задачи. Более легкое промежуточное задание имело ограниченную замещающую ценность. Если, напротив, промежуточное действие было более трудным, то его ценность оказывалась очень высокой; работа над прерванным заданием не возобновлялась. Кроме того, элементы ситуации, определяющие цель действия субъекта, также оказывают влияние. Если, например, продукт действия предназначался для определенного лица, то по отношению к первоначальному намерению изготовление такой же вещи для другого лица ни в коем случае не приобретает замещающей ценности [D. L. Adier, J. S. Koulin, 1939]. По наблюдениям Лисснер, к тому же эффекту приводит предложение экспериментатора выполнить абсолютно такую же работу, с указанием, что на этот раз задание будет совершенно другим.

В. Малер варьировала степень реальности замещающих действий: прерванная работа завершалась мысленно в словесном сообщении или в плане внешней деятельности. Замещающая ценность возрастает соответственно степени реальности промежуточной деятельности, точнее, по мере приближения плана ее исполнения к тому уровню, на котором выполнялась прерванная деятельность (например, при предшествующем решении задач размышления имеют более высокую степень реальности, чем моторные действия).

М. Хенле в своих обширных исследованиях замещающих действий опиралась не только на модель личности, но и на модель окружения, в особенности на соотношение валентностей прерванного и замещающего действий. Сначала оценивалась привлекательность заданий для испытуемых. На основе этих данных Хенле комбинировала прерываемые и

замещающие действия. если валентность замещающего действия была ниже валентности прерванного, то замещающая ценность оказывалась ограниченной или нулевой. Наоборот, замещающая ценность возрастала тем сильнее, чем больше валентность промежуточного действия превышала валентность первоначального задания.

Независимо от того, строится экспериментальный анализ замещающей ценности действия на модели личности или модели окружения, он выявляет целенаправленный характер действия. Потому-то замещающая ценность тем выраженнее, чем в большей степени промежуточное действие приближается к достижению иным путем заблокированной ранее цели, а не преследует новую цель. Это особенно отчетливо видно в экспериментах Лисснер с варьированием сложности заданий. Решение более сложного варианта прерванного задания, очевидно, потому имеет высокую замещающую ценность, что предполагает возможность решения всех более легких вариантов.

Психологическое расстояние и сила валентности. Фаянс [S. Fajans, 1933] показывала на различном расстоянии испытуемым двух возрастных групп, совсем маленьким детям и пятилеткам, привлекательную игрушку, но так, что она всегда была недостижима для ребенка. При этом регистрировалась длительность целенаправленного поведения (такого, как протягивание рук, обращение за помощью к экспериментатору, поиск орудия), а также длительность проявления аффективных реакций фрустрации. через одинаковое для обеих групп время дети сдавались. Время наступления этого момента для обеих групп было тем больше, чем меньшим было расстояние до целевого объекта. У совсем маленьких детей с уменьшением расстояния увеличивалась также выраженность аффективных реакций, у более старших она оставалась неизменной. Полученные Фаянс данные свидетельствуют о возрастании валентности целевого действия с уменьшением психологического расстояния.

Правда, как предположили Лисснер [K. Lissner, 1933] и Левин [K. Lewin, 1938], рассмотренный феномен имеет разную природу у маленьких и более старших детей. В то время как для маленьких с удалением желаемого объекта просто уменьшаются направленные на него силы, у более старших, видимо, вступает в силу когнитивное структурирование поля, т.е. они понимают, что с увеличением расстояния до объекта инструментальные действия, такие, как использование орудий, становятся все более бесперспективными. В основе одних и тех же наблюдаемых (фенотипических) явлений – увеличения деятельности целенаправленного поведения при уменьшении физической удаленности от объекта цели – лежит в зависимости от возраста разный психологический

(генотипический) механизм. Для старших детей удаленность объекта как психологическое расстояние в большей степени определяется структурой ведущих к цели возможных средств действия.

Согласно Левину, в этом случае окончательное прекращение попыток достичь цели также имеет разные основания. При преодолении любого барьера, т.е. любой области окружения, препятствующей достижению целевой области, в поле сил разворачиваются следующие события. Сначала в результате сопротивления сдерживаемая сила препятствия повышает интенсивность силы, направленной на целевой объект. Ребенок вынужден был бы бесконечно топтаться перед ним, если бы область барьера с ее сдерживающими силами постепенно не приобретала негативную валентность и не создавала негативного поля сил. Когда негативные силы поля начинают превышать позитивные, то ребенок отходит, удаляется от целевой области и, наконец, прекращает попытки ее достичь. Объяснение поведения младших детей полностью исчерпывается этим механизмом.

По мнению Левина, у более старших детей срабатывает еще один, когнитивный, процесс. Они понимают, что путь действия, на котором они находятся, не ведет к цели и переструктурируют поле соответственно средствам и цели. При этом они осознают, что совершенно независимо от пространственной близости желаемый объект недостижим, потому что настоящий барьер заключается в экспериментаторе, блокирующем подступы к цели. Положение Левина о когнитивном переструктурировании поля подтверждается данными об аффективном поведении. В то время как у совсем маленьких детей по мере приближения целевого объекта оно становится более выраженным, у старших физическое расстояние не влияет на аффективные реакции. Основой аффективных реакций является конфликт, а он тем выраженнее, чем ближе по величине противоположно направленные силы. Из этого можно заключить, что только для более старших детей искомая сила (и вместе с ней конфликт) независимо от пространственной близости целевого объекта остается одной и той же. Это предусматривает, однако, структурирование поля действия соответственно отношениям средств и целей, при этом обычная пространственная удаленность уже не имеет особого значения.

Вышеизложенное теоретическое объяснение Левином данных Фаянс позволяет судить о возможностях применения модели окружения при анализе достаточно сложных феноменов. Большим достоинством теории поля является уже одно только теоретическое указание на психологически различную интерпретацию внешне одинакового поведения у разных групп индивидов [67].

Вопросы для самопроверки

1. Каковы основные понятия теории поля?
2. Что такое валентность с точки зрения теории поля К. Левина?
3. Какие области выделял К. Левин в модели личности?
4. Какова суть понятия жизненного пространства в теории поля?
5. Назовите основные пути уравновешивания системы.
6. Назовите функции регионов и границ в модели личности.
7. Модель окружения – это...
8. Чем отличается истинная потребность от квазипотребности?
9. В чем суть эффекта Зейгарник?
10. Какие экспериментальные работы велись в рамках теории поля?

Литература:

1. Зейгарник, Б.В. Теория личности Курта Левина / Б.В. Зейгарник. – М.: Изд-во МГУ, 1981. – 104 с.
2. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
3. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
4. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
5. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
6. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
7. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.

Тема 3.5 Теория классического (респондентного) обусловливания

Тот, кто хочет развить свою волю, должен научиться преодолевать препятствия.

И.П. Павлов

Теория научения. Теория классического обуславливания и ее

принципы. Феномены респондентного обусловливания.

1. Теория научения

Основной постулат теории научения состоит в том, что почти всякое поведение усваивается в результате научения. Например, любая психопатология понимается как усвоение неадаптивного поведения или как неудача при усвоении адаптивного поведения. Вместо того чтобы говорить о психотерапии, сторонники теорий научения говорят о модификации поведения и о поведенческой терапии. Нужно модифицировать или изменять конкретные действия, вместо того чтобы разрешать внутренние конфликты, лежащие в основе этих действий, или реорганизовывать личность. Так как большинство видов проблемного поведения было когда-то усвоено, от них можно отказаться или как-то их изменить, используя специальные процедуры, основанные на законах обучения.

Еще более существенной чертой этих подходов является ориентация на объективность и научную строгость, на проверяемость гипотез и экспериментальный контроль переменных.

Сторонники теории научения манипулируют параметрами внешней среды и наблюдают последствия этих манипуляций в поведении. Теории научения иногда называют психологией S-R (стимула – реакции).

Научение – (обучение, учение) – процесс приобретения субъектом новых способов осуществления поведения и деятельности, их фиксации и/или модификации. Изменение психологических структур, которое происходит в результате этого процесса, обеспечивает возможность дальнейшего совершенствования деятельности.

Теории научения в психологии исходят из двух основных положений:

- Всякое поведение усваивается в процессе научения.
- В целях соблюдения научной строгости при проверке гипотез необходимо соблюдать принцип объективности данных. В качестве переменных, которыми можно манипулировать, выбираются внешние причины (пищевое вознаграждение), в отличие от «внутренних» переменных в психодинамическом направлении (инстинкты, защитные механизмы, я-концепция), которыми манипулировать нельзя.

К закономерностям научения относятся:

◆ *Закон готовности*: чем сильнее потребность, тем успешнее научение.

◆ *Закон эффекта*: поведение, которое приводит к полезному действию, вызывает снижение потребности и поэтому будет повторяться.

♦ *Закон упражнения*: при прочих равных условиях повторение определенного действия облегчает совершение поведения и приводит к более быстрому выполнению и снижению вероятности ошибок.

♦ *Закон недавности*: лучше заучивается тот материал, который предъявляется в конце серии. Этот закон противоречит эффекту первичности – тенденции к лучшему заучиванию материала, который предъявляется в начале процесса научения. Противоречие устраняется при формулировке закона «эффект края». U-образная зависимость степени заученности материала от его места в процессе научения отражает этот эффект и называется «позиционной кривой».

♦ *Закон соответствия*: существует пропорциональное отношение между вероятностью ответа и вероятностью подкрепления [67].

Существуют три основные теории научения:

- ♦ теория классического обусловливания И.П. Павлова;
- ♦ теория оперантного обусловливания Б.Ф. Скиннера;
- ♦ теория социального научения А. Бандуры.

Теория классического обусловливания описывает реактивное научение (или научение типа S, от «stimulus», стимул), в большинстве случаев требующее практически одновременного воздействия условного и безусловного стимулов (в идеальном варианте воздействие условного стимула должно немного опережать безусловный).

Теория оперантного научения доказывает, что на поведение влияют не только стимулы, которые воздействуют на организм перед совершением какого-либо действия, но и сами результаты поведения. Оперантное научение (или научение типа R, от «reaction», реакция) базируется на сформулированном скиннером фундаментальном принципе: поведение формируется и сохраняется его последствиями.

Автор теории социального научения Альберт Бандура доказал, что научение может происходить не только при воздействии на организм определённых стимулов, как при реактивном или оперантном научении, но также и при осознании и когнитивной оценке личностью внешних событий (здесь нельзя не отметить, что народная мудрость зафиксировала возможность такого научения задолго до Бандуры: «Умный учится на чужих ошибках...») [67].

2. Теория классического обусловливания и ее принципы

Теория классического обусловливания берет свое начало с учения И.П. Павлова (1849–1936) об образовании условных рефлексов. Иван Петрович Павлов (1849–1936) был русским физиологом, который в ходе своих исследований процесса пищеварения разработал метод изучения

поведения и принципы научения, оказавшие глубокое воздействие на всю психологическую науку.

В конце XIX – начале XX в. Павлов занимался исследованием секреции желудочного сока у собак. В ходе этих экспериментов он, среди прочего, вкладывал некоторое количество корма в пасть собаки и измерял, сколько слюны выделяется в результате. Случайно он обратил внимание на то, что после нескольких таких опытов собака начинает выделять слюну на определенные стимулы еще до того, как пища попадает ей в рот. Слюноотделение происходило в ответ на такие сигналы, как появление миски с едой или появление человека, который обычно приносил пищу. Другими словами, стимулы, которые первоначально не приводили к данной реакции (так называемые *нейтральные стимулы*), затем могли вызывать слюноотделение из-за того, что ассоциировались с кормом, который автоматически заставлял собаку выделять слюну. Это наблюдение натолкнуло Павлова на идею проведения выдающихся исследований, в результате которых был открыт процесс, получивший название процесса выработки классического условного рефлекса, или процесса классического обусловливания.

Принципы классического обусловливания. И.П. Павлов первым открыл, что респондентное поведение может быть классически обусловленным. Суть процесса классического обусловливания в том, что изначально нейтральный стимул начинает вызывать реакцию благодаря своей ассоциативной связи со стимулом, который автоматически (безусловно) порождает такую же или очень похожую реакцию.

Иначе говоря, еда, в случае с собакой, рассматривается как *безусловный стимул* (Бс), а слюноотделение – как *безусловная реакция*, или *безусловный рефлекс* (БР). Это происходит потому, что слюноотделение – автоматическая, рефлекторная реакция на пищу. *Нейтральный стимул* – например, звонок – не вызовет слюноотделения. Однако если в ряде опытов *непосредственно перед* предложением пищи звонит звонок, то его звук сам по себе, без следующего за ним появления пищи может вызвать реакцию слюноотделения. В этом случае речь идет о процессе обусловливания, так как слюноотделение происходит вслед за звонком без предъявления пищи. В этом смысле звонок можно отнести к *условным стимулам* (Ус), а слюноотделение – к *условным реакциям*, или *условным рефлексам* (УР). На рис. 25 можно видеть процесс *классического обусловливания*.

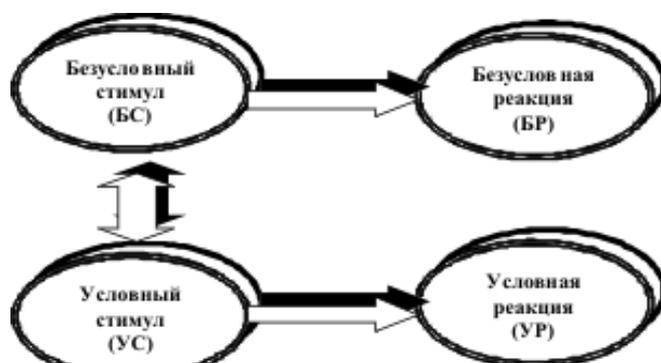


Рисунок 25 – Процесс классического обусловливания

На основании вышеизложенного можно сказать, что основная схема условного рефлекса И.П. Павлова $S \rightarrow R$, где S – стимул, R – реакция. Из данной схемы видно, что основной путь управления поведением – это управление предъявлением стимулов, вызывающих определенную реакцию, внешним окружением, контроль над ним. Организуя определенным образом окружение, вырабатывая условные рефлексы, можно формировать определенное поведение у человека.

Элементами классического обуславливания при этом являются – безусловный стимул (Бс), безусловная реакция (БР), условный стимул (Ус) и условная реакция (УР) (табл. 1).

таблица 1 – Элементы классического обусловливания

Безусловный стимул (Бс)	Стимул, автоматически вызывающий реакцию, как правило, рефлекторную, без предварительного обусловливания
Безусловная реакция (БР)	Первоначальная реакция на безусловный стимул, используемая в качестве базиса выработки обусловленной реакции на ранее нейтральный стимул
Условный стимул (Ус)	Ранее нейтральный стимул, начинающий вызывать условную реакцию благодаря ассоциациям с безусловным стимулом
Условная реакция (УР)	Заученная или приобретенная реакция на стимул, первоначально не вызывавший реакции

И.П. Павлов показал, что формирование условного рефлекса подчиняется ряду требований:

◆ важнейшим из них является смежность (совпадение по времени

индифферентного и безусловного раздражителей, с некоторым опережением индифферентного раздражителя);

♦ не менее важным условием является *повторение* (многократное сочетание индифферентного и безусловного раздражителей) [62].

Несмотря на то, что вначале Павлов проводил эксперименты на животных, другие исследователи начали изучать основные процессы классического обусловливания на людях.

Эксперимент Уотсона и Рейнера (1920). Джон Бродес Уотсон (J.V. Watson 1878–1958), американский психолог, основоположник бихевиоризма. Выступая против взглядов на психологию как науку о непосредственно переживаемых субъективных явлениях, предложил программу построения новой психологии, предметом которой считал поведение, а не сознание. В 1918 году Джон Б. Уотсон начал лабораторные эксперименты с детьми, показывая, что опыт научения в детстве имеет длительный эффект. Эксперимент, который провели Уотсон и Рейнер (Watson, Rayner, 1920), иллюстрирует ключевую роль классического обусловливания в формировании таких эмоциональных реакций, как страх и тревога. Эти ученые обусловливали эмоциональную реакцию страха у 11-месячного мальчика. Как и многие дети, Альберт вначале не боялся живых белых крыс. К тому же его никогда не видели в состоянии страха или гнева. Методика эксперимента состояла в следующем: Альберту показывали прирученную белую крысу (Ус) и одновременно за его спиной раздавался громкий удар в гонг (Бс). После того, как крыса и звуковой сигнал были представлены семь раз, реакция сильного страха (УР) – плач и запрокидывание – наступала, когда ему только показывали животное. Через пять дней Уотсон и Рейнер показали Альберту другие предметы, напоминающие крысу тем, что они были белые и пушистые. Было обнаружено, что реакция страха у Альберта распространилась на множество стимулов, включая кролика, пальто из котикового меха, маску Деда Мороза и даже волосы экспериментатора. Большинство из этих обусловленных страхов все еще можно было наблюдать месяц спустя после первоначального обусловливания. К сожалению, Альберта выписали из больницы (где проводилось исследование) до того, как Уотсон и Рейнер смогли угасить у ребенка страхи, которые они обусловили. Об Альберте больше никогда не слышали. Позже многие резко критиковали авторов за то, что они не убедились в отсутствии у Альберта стойких болезненных последствий эксперимента. Хотя ретроспективно этот случай можно назвать жестоким, он действительно поясняет, как подобные страхи (боязнь незнакомых людей, зубных врачей и докторов) можно приобрести в процессе классического обусловливания.

По Уотсону, в эмоции нет ничего, кроме внутрителесных

(висцеральных) изменений и внешних выражений. Главное же он усматривал в другом – в возможности управлять по заданной программе эмоциональным поведением. Сочетая нейтральный раздражитель (например, вид кролика) с одной из основных эмоций (страхом), он экспериментально продемонстрировал (совместно с Розалией Рейнер), что этот раздражитель, а также любой другой, сходный с ним, сам по себе начинает вызывать состояние аффекта. Опыты ставились над младенцами (страх вызывался громким звуком или внезапной утратой опоры).

- *Обусловливание второго порядка.* силу безусловного стимула (Бс) могут обретать и другие стимулы, если их последовательно сочетать с биологически значимыми. Вспомним пример с собакой, на которую воздействует звонок (Ус), после чего следует пища (Бс), и свет начинает вызывать условную реакцию. После того как у собаки выработан условный рефлекс, звонок приобретает силу Бс. Если теперь собаку поместить в обстановку, где на нее будет воздействовать свет, за которым в каждой пробе будет следовать звук (но не пища), то этот свет сам по себе со временем будет вызывать условную реакцию, хотя он никогда не сочетался с пищей. Существование такого обусловливания второго порядка значительно расширяет границы классического обусловливания, особенно у людей, для которых биологически значимые Бс встречаются относительно часто. Теперь все, что надо для того, чтобы произошло обусловливание, – это сочетание одного стимула с другим, где последний сочетался предва-рительно с биологически значимым событием.

- *Генерализация.* И.П. Павлов обнаружил, что условный рефлекс, который возник в ответ на один первоначально нейтральный стимул, будет ассоциироваться и с другими похожими стимулами. Другими словами, реакция слюноотделения на звонок будет генерализована обобщена, распространена и на другие звуки. точно так же и оборонительная реакция отдергивания лапы будет распространяться и на другие звуки, напоминающие звонок.

- *Дифференцировка.* Если в многократно повторяющихся опытах безусловный раздражитель следует только вслед за некоторыми нейтральными стимулами, то животное распознает разницу между стимулами. Например, если только за некоторыми звуками следуют удары током и рефлекторное отдергивание лапы, то собака может научиться различать звуки, за которыми следует удар током, от тех, за которыми он не следует. Таким образом, если процесс генерализации приводит к согласованности реакций на похожие стимулы, то процесс дифференцировки приводит к большей специфичности реакций.

- *Угашение.* Если условный стимул перестает хотя бы иногда сопровождаться последующим безусловным стимулом, то наступает

постепенное ослабление обусловливания, или ослабление связи между стимулами. В то время как ассоциация нейтрального стимула с безусловным стимулом приводит к образованию условного рефлекса, многократное предъявление условного стимула без безусловного стимула приводит к угашению условного рефлекса. Поэтому, для того чтобы собака продолжала выделять слюну на звонок, необходимо хотя бы время от времени совмещать звонок с последующим кормлением.

- *Самопроизвольное восстановление.* Было также обнаружено, что если собаке дают длительный отдых в период угасания, то слюноотделение будет повторяться при звуке колокольчика через некоторое время.

Таким образом, *респондентное поведение* подразумевает характерную реакцию, вызываемую известным стимулом, последний всегда предшествует первой во времени. Респондентное поведение – это скиннеровская версия Павловского, или классического обусловливания. Он также называл его *обусловливанием типа S*, чтобы подчеркнуть важность стимула, который появляется до реакции и выявляет ее [62].

Вопросы для самопроверки

1. Какие психологические концепции относятся к теориям научения?
2. На чьих исследованиях базируется теория классического обусловливания?
3. Условный рефлекс – это...
4. Назовите основные принципы классического обусловливания.
5. Как происходит процесс классического обусловливания?
6. Перечислите элементы классического обусловливания.
7. Укажите феномены респондентного обусловливания.
8. Поясните, в чем сущность генерализации.
9. Ослабление связи между стимулами – это...
10. Кто автор данного высказывания – «Дайте мне дюжину нормальных детей и специфическую среду для их воспитания, и я гарантирую, что, взяв любого из них в случайном порядке, я смогу превратить его в специалиста любого типа – доктора, юриста, артиста, купца или же нищего и вора – безотносительно к его таланту, склонностям, тенденциям, способностям, призванию, а также расе его предшественников».

Литература:

1. Бихевиоризм / под ред. А.А. Карелина. – М.: Аст, 1998. – 701 с. 2. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-еврознак, 2005. – 420 с.

3. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
4. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
5. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
6. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
7. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, Г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
8. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб.: ПРАЙМ-еВРОЗНАК, 2008. – 575 с.
9. Шульц, Д. История современной психологии / Д. Шульц, с. Шульц. – СПб.: Евразия, 2002. – 532с.

3.6 Теория оперантного обусловливания

Образование – это то, что остается, когда все выученное забыто.
Б. Скиннер

Оперантное обусловливание. Типы и режимы подкреплений. Контроль поведения посредством аверсивных стимулов.

Теория оперантного обусловливания связана с именами Э. Торндайка (E.L. Thorndike) и Б. Скиннера (B.F. Skinner). В отличие от принципа классического обусловливания ($S \rightarrow R$), они разработали принцип оперантного обусловливания ($R \rightarrow S$), согласно которому поведение контролируется его результатами и последствиями. Основной путь воздействия на поведение, исходя из этой формулы, – влияние на его результаты.

Как уже и говорилось ранее, респондентное поведение – это версия Б.Ф. Скиннера павловского представления о поведении, которое он называл *обусловливанием типа S*, чтобы подчеркнуть важность стимула, который появляется до реакции и выявляет ее. Однако Скиннер полагал, что в целом поведение животных и человека нельзя объяснить в терминах классического обусловливания. Скиннер делал акцент на поведении, не связанном с какими-либо известными стимулами. Он утверждал, что в

основном на ваше поведение воздействуют стимульные события, которые наступят после него, а именно – его последствия. Так как этот тип поведения предполагает, что организм активно воздействует на окружение с целью изменить события каким-то образом, Скиннер определил его как *оперантное поведение*. Он также называл его обусловливание типа R, чтобы подчеркнуть воздействие реакции на будущее поведение.

Итак, ключевая структурная единица бихевиористского подхода в целом и скиннеровского подхода в особенности – это *реакция*. Реакции можно ранжировать от *простых рефлекторных реакций* (например, слюноотделение на пищу, вздрагивание на громкий звук) до *сложного паттерна поведения* (например, решение математической задачи, скрытые формы агрессии).

Реакция – это внешняя, наблюдаемая часть поведения, которую можно связать с событиями окружающей среды. Сущность процесса научения – это установление связей (ассоциаций) реакций с событиями внешней среды.

В своем подходе к научению Скиннер проводил различие между реакциями, которые вызываются четко определенными стимулами (например, мигательный рефлекс в ответ на дуновение воздуха), и реакциями, которые нельзя связать ни с одним стимулом. Эти *реакции второго типа* порождаются самим организмом и называются оперантами. Скиннер считал, что стимулы среды не принуждают организм вести себя определенным образом и не побуждают его действовать. Исходная причина поведения находится в самом организме.

Оперантное поведение (вызванное оперантным научением) определяется событиями, которые следуют за реакцией. То есть за поведением идет следствие, и природа этого следствия изменяет тенденцию организма повторять данное поведение в будущем. Например, катание на роликовой доске, игра на фортепиано, метание дротиков и написание собственного имени – это образцы оперантной реакции, или операнты, контролируемые результатами, следующими за соответствующим поведением. Это произвольные приобретенные реакции, для которых не существует стимула, поддающегося распознаванию. Скиннер понимал, что бессмысленно рассуждать о происхождении оперантного поведения, так как нам неизвестны стимул или внутренняя причина, ответственная за его появление. Оно происходит спонтанно.

Если последствия благоприятны для организма, тогда вероятность повторения операнта в будущем усиливается. Когда это происходит, говорят, что последствия подкрепляются, и оперантные реакции, полученные в результате подкрепления (в смысле высокой вероятности его появления), обусловились. Сила позитивного подкрепляющего стимула

таким образом определяется в соответствии с его воздействием на последующую частоту реакций, которые непосредственно предшествовали ему.

И напротив, если последствия реакции не благоприятны и не подкреплены, тогда вероятность получить оперант уменьшается. Скиннер полагал, что, следовательно, оперантное поведение контролируется *негативными последствиями*. По определению, *негативные, или авersiveные последствия*, ослабляют поведение, порождающее их, и усиливают поведение, устраняющее их.

Оперантное научение можно представить как процесс обучения, основанный на связи *раздражитель–реакция–подкрепление*, в рамках которой поведение формируется и поддерживается в силу тех или иных его последствий (рис. 26).



Рисунок 26 – Оперантное научение

Примером оперантного поведения служит ситуация, встречающаяся почти в каждой семье, где есть маленькие дети, а именно – оперантное научение поведению плача. Как только маленькие дети испытывают боль, они плачут, и немедленная реакция родителей – выразить внимание и дать другие позитивные подкрепления. Так как внимание является подкрепляющим фактором для ребенка, реакция плача становится естественно обусловленной. Однако плач может возникать и тогда, когда боли нет. Хотя большинство родителей утверждают, что они могут различать плач от расстройства и плач, вызванный желанием внимания, все же многие родители упорно подкрепляют последний.

Типы и режимы подкреплений

Одним из примечательных идей скиннеровской теории обусловливания является понятие подкрепления.

Подкрепление (punishment) – это любое событие (стимул), которое следует за реакцией и увеличивает вероятность ее появления. Когда голубь, например, тычет клювом в диск, то это поведение является оперантным, и если оно сопровождается подкреплением, таким, как еда, то вероятность клевания диска возрастает. В соответствии с этим взглядом, подкрепление усиливает то поведение, за которым следует, и нет необходимости прибегать к биологическим объяснениям, чтобы

определить, почему так происходит. Очень важным является то, что *стимулы, которые изначально не являются подкреплениями, могут превратиться в таковые благодаря ассоциированию с другими подкреплениями.* Некоторые стимулы, такие, как деньги, становятся генерализованным подкреплением, поскольку они обеспечивают доступ ко множеству других видов подкрепления.

Подкрепление определяется через его воздействие на поведение – а именно через *рост вероятности поведенческой реакции.* Часто трудно точно определить, что может послужить таким подкреплением, так как оно варьирует от индивида к индивиду, от организма к организму.

Теоретики, занимающиеся научением, признавали два типа подкрепления:

- *Первичное подкрепление* – это любое событие или объект, сами по себе обладающие подкрепляющими свойствами. Таким образом, они не требуют предварительной ассоциации с другими подкреплениями, чтобы удовлетворить биологическую потребность. Первичные подкрепляющие стимулы для людей – это пища, вода, физический комфорт и секс. Их ценностное значение для организма не зависит от научения.

- *Вторичное, или усвоенное подкрепление,* с другой стороны, – это любое событие или объект, которые приобретают свойство осуществлять подкрепление посредством тесной ассоциации с первичным подкреплением, обусловленным прошлым опытом организма. Примерами общих вторичных подкрепляющих стимулов у людей являются деньги, внимание, привязанности и хорошие оценки [62].

Генерализация и различение стимулов. Особенностью подкрепления является то, что поведение, усиленное в одной ситуации, весьма вероятно повторится, когда организм столкнется с другими ситуациями, напоминающими ее. Если бы это было не так, то поведенческий репертуар человека был бы так сильно ограничен и хаотичен, что мы бы, возможно, проснувшись утром, долго размышляли над тем, как реагировать должным образом на каждую новую ситуацию. В теории Скиннера тенденция подкрепленного поведения распространяться на множество подобных положений называется генерализацией стимула. Например, деньги не могут удовлетворить какое-либо из наших первичных влечений, однако благодаря системе культурного обмена деньги являются мощным и сильным фактором для получения множества удовольствий. Иные виды генерализованных условных подкрепляющих стимулов – это лесть, похвала, привязанности и подчинение себе других. Эти так называемые *социальные подкрепляющие стимулы* (включающие в себя поведение других людей) часто действуют очень сложно и едва уловимо, но они существенны для нашего поведения в разнообразных ситуациях.

Социальное одобрение – это еще более сильный генерализованный условный стимул.

Хотя способность обобщать реакции – важный аспект многих наших повседневных социальных интеракций, все же очевидно, что при адаптивном поведении нужно обладать способностью *делать различия* в разных ситуациях.

Различение стимула, составная часть обобщения, – это процесс научения реагировать адекватным образом в различных ситуациях окружения.

Способность к различению приобретается через подкрепление реакций в присутствии одних стимулов и неподкрепление их в присутствии других стимулов. Различительные стимулы таким образом дают возможность предвидеть вероятные результаты, связанные с изъяснением особой оперантной реакции в различных социальных ситуациях. Соответственно, индивидуальные вариации различительной способности зависят от уникального прошлого опыта различных подкреплений. Скиннер предположил, что здоровое личностное развитие происходит в результате взаимодействия генерализирующей и различительной способностей, с помощью которых мы регулируем наше поведение так, чтобы максимизировать позитивное подкрепление и минимизировать наказание.

Режимы подкрепления. Суть оперантного научения состоит в том, что подкрепленное поведение стремится повториться, а поведение, неподкрепленное, или наказуемое, имеет тенденцию не повторяться или подавляться. Следовательно, *концепция подкрепления* играет ключевую роль в теории Скиннера.

Поведение понятно, если его можно контролировать, внося определенные изменения в условия среды. Понять поведение – значит управлять им. Управление поведением осуществляется через выбор типа реакции, которую необходимо подкрепить, и определение степени вероятности ее повторного появления.

Скорость, с которой оперантное поведение приобретается и сохраняется, зависит от режима применяемого подкрепления.

Этот режим является всеобщим в повседневной жизни и ему принадлежит значительная роль в контроле над поведением. Во многих сферах занятости сотрудникам платят отчасти или даже исключительно в соответствии с количеством единиц, которые они производят или продают. В промышленности эта система известна как плата за единицу продукции. Режим *Ps* обычно устанавливает чрезвычайно высокий оперантный уровень, так как чем чаще организм реагирует, тем большее подкрепление он получает.

– *Режим подкрепления с постоянным интервалом (ПИ)*. В режиме подкрепления с постоянным интервалом организм подкрепляется после того, как твердо установленный или «постоянный» временной интервал проходит с момента предыдущего подкрепления. На уровне человека режим ПИ действителен при выплате зарплаты за работу, выполненную за час, неделю или месяц. Подобно этому, еженедельная выдача денег ребенку на карманные расходы образует ПИ форму подкрепления. Университеты обычно работают в соответствии с временным режимом ПИ. Экзамены устанавливаются на регулярной основе и отчеты об академической успеваемости издаются в установленные сроки. Любопытно, что режим ПИ дает низкую скорость реагирования сразу после того, как получено подкрепление – феномен, названный *паузой после подкрепления*. Это по-зательно для студентов, испытывающих трудности при обучении в середине семестра (предполагается, что они сдали экзамен хорошо), так как следующий экзамен будет еще нескоро. Они буквально делают перерыв в обучении.

– *Режим подкрепления с вариативным соотношением (Вс)*. В этом режиме организм подкрепляется на основе какого-то в среднем predeterminedенного числа реакций. Возможно, наиболее драматической иллюстрацией поведения человека, находящегося под контролем режима Вс, является захватывающая азартная игра. Рассмотрим действия человека у игрового автомата, где нужно опускать монетку или специальной рукояткой вытягивать приз. Эти аппараты запрограммированы таким образом, что подкрепление (деньги) распределяется в соответствии с числом попыток, за которые человек платит, чтобы управлять рукояткой. Однако выигрыш непредсказуем, непостоянен и редко позволяет получить свыше того, что вложил игрок. Это объясняет тот факт, почему владельцы казино получают значительно больше подкреплений, чем их постоянные клиенты.

Далее, угасание поведения, приобретенного в соответствии с режимом Вс, происходит очень медленно, так как организм точно не знает, когда будет следующее подкрепление. Таким образом, игрок принуждается опускать монеты в прорезь автомата, несмотря на ничтожный выигрыш (или даже проигрыш), в полной уверенности, что в следующий раз он «сорвет куш». Такая настойчивость типична для поведения, вызванного режимом Вс.

– *Режим подкрепления с вариативным интервалом (ВИ)*. В этом режиме организм получает подкрепление после того, как проходит неопределенный временной интервал. Подобно режиму ПИ, подкрепление при этом условии зависит от времени. Однако время между подкреплениями по режиму ВИ варьирует вокруг какой-то средней

величины, а не является точно установленным. Как правило, скорость реагирования при режиме ВИ является прямой функцией примененной длины интервала: короткие интервалы порождают высокую скорость, а длинные интервалы порождают низкую скорость. Также при подкреплении в режиме ВИ организм стремится установить постоянную скорость реагирования, и при отсутствии подкрепления реакции угасают медленно. В конечном итоге организм не может точно предвидеть, когда будет следующее подкрепление [62].

В повседневной жизни режим ВИ нечасто встречается, хотя несколько его вариантов можно наблюдать. Родитель, например, может хвалить поведение ребенка довольно произвольно, рассчитывая, что ребенок будет продолжать вести себя соответствующим образом и в неподкрепленные интервалы времени. Подобно этому, профессора, которые дают «неожиданные» контрольные работы, частота которых варьирует от одной в три дня до одной в три недели, в среднем одна в две недели, используют режим ВИ. При этих условиях от студентов можно ожидать сохранения относительно высокого уровня прилежания, так как они никогда не знают, в какой момент будет следующая контрольная работа. Как правило, режим ВИ порождает более высокую скорость реагирования и большую сопротивляемость угасанию, чем режим ПИ.

Виды подкрепления. Как отмечалось ранее, под *подкреплением* понимается какое-либо действие, призванное усилить определенную реакцию. Хотя оперантное обусловливание опирается в первую очередь на использование подкрепления с положительной валентностью, основанных на *приближении организма к*, такого, как пища, деньги или похвала, последователи Скиннера подчеркивают также важность подкреплений, основанных на *бегстве организма от*, или на избегании им отвращающих (неприятных) стимулов. В таких случаях реакции подкрепляются устранением неприятных стимулов или возможностью их избежать, а не появлением приятных стимулов. Во всех этих случаях результатом должно быть сохранение или усиление реакции. В связи с этим различают два вида подкреплений:

Позитивное подкрепление – это приятный стимул, который следуя за желательной реакцией, усиливает ее или поддерживает на том же уровне, т.е. повышает вероятность ее повторения.

Негативное подкрепление – это неприятный стимул, устранение которого усиливает желательную реакцию.

Вместе с тем существует и множество самих способов подкрепления. К наиболее распространенным относятся поощрение (предъявление приятных стимулов) и наказание (предъявление не-приятных стимулов).

Как поощрение, так и наказание могут выполняться двумя

способами, это зависит от того, что следует за реакцией: предъявление или устранение приятного или неприятного стимула. Подкрепление усиливает реакцию; наказание – ослабляет ее.

Таким образом, в практике воспитания чаще всего используются четыре разновидности подкрепления:

◆ если вслед за желательной реакцией ребенка следует вызывающий приятные ощущения и переживания подкрепляющий стимул, то результат – *положительное поощрение*;

◆ если за нежелательной реакцией следует не вызывающий приятных ощущений и переживаний подкрепляющий стимул, то результат – *положительное наказание*;

◆ если вызывающий неприятные ощущения и переживания подкрепляющий стимул устраняется после получения желательной реакции, то результат – *отрицательное поощрение*;

◆ если приятный стимул устраняется после той или иной нежелательной реакции ребенка, то результат – *отрицательное наказание*.

Контроль поведения посредством авersiveных стимулов

С точки зрения Скиннера, в основном поведение человека контролируется авersiveными (неприятными или болезненными) стимулами. Два наиболее типичных метода авersiveного контроля:

– *наказание*;

– *негативное подкрепление*.

Эти термины часто используются как синонимы для описания концептуальных свойств и поведенческих эффектов авersiveного контроля.

Наказание. Термин наказание относится к любому авersiveному стимулу или явлению, которые следуют или которые зависят от появления какой-то оперантной реакции. Вместо того, чтобы усиливать реакцию, которую оно сопровождает, наказание уменьшает, по крайней мере временно, вероятность того, что реакция повторится. Предполагаемая цель наказания – побудить людей не вести себя данным образом. Скиннер заметил, что это наиболее общий метод контроля поведения в современной жизни.

Исследователь указывает, что наказание может быть осуществлено двумя различными способами, которые он называет позитивное и негативное наказания (табл. 3).

Таблица 3 – Позитивное и негативное подкрепление и наказание

	Позитивное	Негативное
--	------------	------------

Поощрение	Предъявление положительного стимула	Удаление аверсивного стимула
Наказание	Предъявление аверсивного стимула	Удаление положительного стимула

Позитивное наказание встречается всякий раз, когда поведение ведет к аверсивному исходу. Вот несколько примеров: если дети плохо себя ведут, их шлепают или бранят; если студенты пользуются шпаргалками на экзамене, их выгоняют с аудитории; если взрослых ловят на краже, их штрафуют или сажают в тюрьму.

Негативное же наказание встречается всякий раз, когда за поведением следует устранение (возможного) позитивного подкрепляющего стимула. Например, детям запрещают смотреть телевизор из-за плохого поведения. Широко используемый подход к негативному наказанию – методика приостановки. В соответствии с этой методикой человека моментально удаляют из ситуации, в которой доступны определенные подкрепляющие стимулы. Например, непослушного ученика четвертого класса, мешающего занятиям, могут выгнать из кабинета.

Негативное подкрепление. В отличие от наказания, *негативное подкрепление* – это процесс, в котором организм ограничивает аверсивный стимул или избегает его. Любое поведение, которое препятствует аверсивному положению дел, таким образом чаще повторяется и является негативно подкрепленным. Поведение ухода – это тот самый случай. Скажем, человек, который прячется от палящего солнца, уходя в помещение, скорее всего снова пойдет туда, когда солнце вновь станет палящим. Следует заметить, что уход от аверсивного стимула не то же самое, что избегание его, поскольку аверсивный стимул, которого избегают, физически не представлен. Следовательно, другой способ бороться с неприятными условиями – научиться избегать их, то есть вести себя так, чтобы предотвратить их появление. Эта стратегия известна как научение избегания. Например, если учебный процесс позволяет ребенку избежать домашнего задания, негативное подкрепление используется для усиления интереса к обучению [62].

Скиннер боролся с использованием всех форм контроля поведения, основанных на аверсивных стимулах. Он особо выделял наказание как неэффективное средство контроля поведения. Причина в том, что из-за своей угрожающей природы тактика наказания нежелательного поведения может вызывать отрицательные эмоциональные и социальные побочные эффекты. Тревога, страх, антисоциальные действия и потеря самоуважения и уверенности – это только некоторые возможные негативные побочные

явления, связанные с использованием наказания. Угроза, внушаемая аверсивным контролем, может также подтолкнуть людей к моделям поведения даже более спорным, чем те, за которые их первоначально наказали. Рассмотрим, например, родителя, который наказывает ребенка за посредственную учебу. Позже, в отсутствие родителя, ребенок может вести себя еще хуже – прогуливать уроки, шататься по улицам, портить школьное имущество. Вне зависимости от исхода ясно, что наказание не принесло успеха в выработке желаемого поведения у ребенка. Так как наказание может временно подавлять нежелательное или неадекватное поведение, основным возражением Скиннера было то, что поведение, за которым последовало наказание, скорее всего вновь появится там, где отсутствует тот, кто может наказать. Поведение, за которое наказали, может опять появиться после того, как исчезнет вероятность быть наказанным.

Вместо аверсивного контроля поведения Скиннер рекомендовал *позитивное подкрепление*, как наиболее эффективный метод для устранения нежелательного поведения. Он доказывал, что, поскольку позитивные подкрепляющие стимулы не дают негативных побочных явлений, связанных с аверсивными стимулами, они более пригодны для формирования поведения человека.

Скиннер показал возможности позитивного подкрепления, и это повлияло на стратегии поведения, используемые в воспитании детей, в образовании, бизнесе и промышленности. Во всех этих областях появилась тенденция к большему поощрению желательного поведения, а не наказанию нежелательного.

Вопросы для самопроверки

1. Кто является автором теории оперантного обусловливания?
2. Чем отличается формула оперантного обусловливания от классического обусловливания?
3. Подкрепление – это...
4. Перечислите виды подкрепления.
5. Наказание – это...
6. Каковы основные параметры подачи подкрепления?
7. Предъявление приятных стимулов – это...
8. Перечислите режимы подкрепления.
9. Аверсивный стимул – это...
10. Удаление аверсивного стимула – это...

Литература:

1. Бихевиоризм / под ред. А.А. Карелина. – М.: Аст, 1998. – 701 с.
2. Джой-Меттьюз, Д. Развитие человеческих ресурсов / Д. Джой-Меттьюз, Д. Меггинсон, М. Сюрте. – М.: Эксмо, 2006.
3. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-еврознак, 2005. – 420 с.
4. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
5. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
6. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
7. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
8. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, Г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
9. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.
10. Шульц, Д. История современной психологии / Д. Шульц, с. Шульц. – СПб.: Евразия, 2002. – 532 с.

Тема 3.7 Социально-когнитивная теория поведения

*Каждый хочет изменить человечество, но никто
не задумывается о том, как изменить себя.*

Л.Н. Толстой

Теория социального научения А. Бандуры. Научение через моделирование. Подкрепление в научении через наблюдение.

1. Теория социального научения А. Бандуры

В 1969 году **Альберт Бандура** (1925) – канадский психолог выдвинул свою теорию личности, названную теорией социального

обучения.

А. Бандура критиковал радикальный бихевиоризм, который отрицал детерминанты поведения человека, возникающие из внутренних когнитивных процессов. Для Бандуры индивиды не являются ни автономными системами, ни простыми механическими передатчиками, оживляющими влияния окружения – они обладают высшими способностями, которые позволяют им предсказывать появление событий и создавать средства для осуществления контроля над тем, что влияет на их повседневную жизнь. Учитывая, что традиционные теории поведения могли быть неверными, это давало скорее неполное, чем неточное объяснение поведению человека.

С точки зрения А. Бандуры, люди не управляются интрапсихическими силами и не реагируют на окружение. Причины функционирования человека нужно понимать в терминах непрерывного взаимодействия поведения, познавательной сферы и окружения. Данный подход к анализу причин поведения, который Бандура обозначил как взаимный детерминизм, подразумевает, что факторы предрасположенности и ситуационные факторы являются взаимозависимыми причинами поведения (рис. 27).

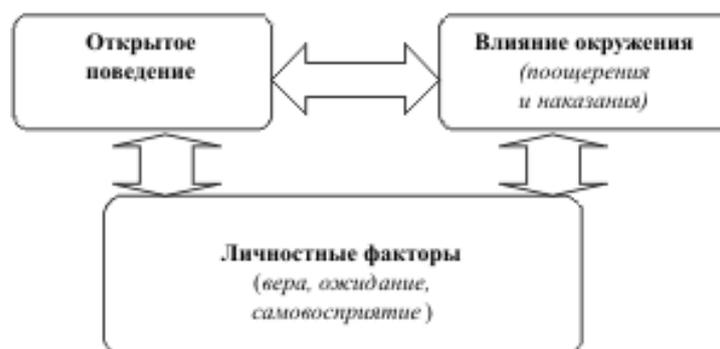


Рисунок 27 – Схематическое представление модели взаимного детерминизма Бандуры

Функционирование человека рассматривается как продукт взаимодействия поведения, личностных факторов и влияния окружения. Проще говоря, внутренние детерминанты поведения, такие как вера и ожидание, и внешние детерминанты, такие как поощрение и наказание, являются частью системы взаимодействующих влияний, которые действуют не только на поведение, но также на различные части системы.

Разработанная Бандурой модель-триада взаимного детерминизма показывает, что хотя на поведение влияет окружение, оно также частично

является продуктом деятельности человека, то есть люди могут оказывать какое-то влияние на собственное поведение. Например, грубое поведение человека на званом вечере может привести к тому, что действия присутствующих рядом людей будут, скорее, наказанием, а не поощрением для него. Во всяком случае, поведение изменяет окружение. Бандура также утверждал, что благодаря своей необычайной способности использовать символы люди могут думать, творить и планировать, то есть они способны к познавательным процессам, которые постоянно проявляются через открытые действия.

Каждая из трех переменных в модели взаимного детерминизма способна влиять на другую переменную. В зависимости от силы каждой из переменных доминирует то одна, то другая, то третья. Иногда наиболее сильны влияния внешнего окружения, иногда доминируют внутренние силы, а иногда ожидание, вера, цели и намерения формируют и направляют поведение. В конечном итоге, однако, Бандура полагает, что по причине двойной направленности взаимодействия между открытым поведением и окружающими обстоятельствами люди являются и продуктом, и производителем своего окружения. Таким образом, социально-когнитивная теория описывает модель взаимной причинности, в которой познавательные, аффективные и другие личностные факторы и события окружения работают как взаимозависимые детерминанты.

Предвиденные последствия. Исследователи научения делают акцент на подкреплении как на необходимом условии для приобретения, сохранения и модификации поведения, так, Скиннер утверждал, что внешнее подкрепление обязательно для научения.

А. Бандура, хотя и признает важность внешнего подкрепления, но не рассматривает его как единственный способ, при помощи которого приобретает, сохраняется или изменяется наше поведение. Люди могут учиться наблюдая или читая, или слыша о поведении других людей. В результате предыдущего опыта люди могут ожидать, что определенное поведение будет иметь последствия, которые они ценят, другое – произведет нежелательный результат, а третье – окажется малоэффективным. Наше поведение, следовательно, регулируется в значительной мере *предвиденными последствиями*. В каждом случае мы имеем возможность заранее вообразить последствия неадекватной подготовки к действию и принимаем необходимые меры предосторожности. Посредством нашей способности представлять действительный исход символически будущие последствия можно перевести в сиюминутные побудительные факторы, которые влияют на поведение во многом так же, как и потенциальные последствия. Наши высшие психические процессы дают нам способность предвидения.

В центре социально-когнитивной теории лежит положение о том, что новые формы поведения можно приобрести в отсутствие внешнего подкрепления. Бандура отмечает, что многое в поведении, которое мы демонстрируем, приобретается посредством примера: мы просто наблюдаем, что делают другие, а затем повторяем их действия. Этот акцент на *научении через наблюдение* или через пример, а не на прямом подкреплении, является наиболее характерной чертой теории Бандуры.

Саморегуляция и познание в поведении.

Другой характерной чертой социально-когнитивной теории является то, что важную роль она отдает уникальной способности человека к саморегуляции. Устраивая свое непосредственное окружение, обеспечивая когнитивную поддержку и осознавая последствия своих собственных действий, люди способны оказывать некоторое влияние на свое поведение. Разумеется, функции саморегуляции создаются и не так уж редко поддерживаются влиянием окружения. Таким образом, они имеют внешнее происхождение, однако не следует преуменьшать тот факт, что однажды установившись, внутренние влияния частично регулируют то, какие действия выполняет человек. Далее, Бандура утверждает, что высшие интеллектуальные способности, например способность оперировать символами, дают нам мощное средство воздействия на наше окружение. С помощью вербальных и образных репрезентаций мы производим и сохраняем опыт таким образом, что он служит ориентиром для будущего поведения. Наша способность формировать образы желаемых будущих результатов выливается в бихевиоральные стратегии, направленные на то, чтобы вести нас к отдаленным целям. Используя способность к оперированию символами, мы можем решать проблемы, не обращаясь к методу проб и ошибок, можем, таким образом, предвидеть вероятные последствия различных действий и соответственно изменять наше поведение.

Представим себе ребенка, который знает, что если он разобьет любимую игрушку младшей сестры, то она будет плакать, заставляя тем самым маму волноваться, будет обвинять того, кто разбил игрушку, создавая необходимость его наказать. Представив возможные последствия, ребенок предпочтет играть своими игрушками, чтобы избежать родительского гнева и сохранить позитивное одобряющее поведение матери. Короче говоря, способность ребенка предвидеть последствия различных действий позволяет ему вести себя соответствующим образом.

Литература:

1. Ждан, А.Н. История психологии: от античности к современности / А.Н. Ждан. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 512 с.
2. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-еврознак, 2005. – 420 с.
3. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
4. Фрейджер, Р. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейджер, Д. Фэйдимен. – М.: Мир, 2004. – 658 с.
5. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
6. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
7. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
8. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
9. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.
10. Шульц, Д. История современной психологии / Д. Шульц, с. Шульц. – СПб.: Евразия, 2002. – 532 с.

Тема 3.8 Научение через моделирование.

Основные процессы научения через наблюдение. Подкрепление в научении через наблюдение. Косвенное обусловливание. Самоподкрепление: самонаблюдение, самооценка, самоответ.

Научение через моделирование

Теория *научения через наблюдение* утверждает, что люди могут обучаться просто наблюдая за поведением других людей. Человек, за которым наблюдают, называется моделью. Факты показывают, что индивид может усвоить некоторые действия, наблюдая за тем, как выполняет соответствующие действия модель; этот процесс называют *моделированием*.

Типы поведения, о которых идет речь, часто называют подражанием – имитацией или идентификацией.

Подражание есть воспроизведение конкретной реакции.

Идентификация – представляет собой присвоение и воспроизведение целых паттернов поведения.

Научение было бы довольно утомительным, если не сказать неэффективным и потенциально опасным, если бы зависело исключительно от результата наших собственных действий. Предположим, автомобилист должен был бы полагаться только на непосредственные последствия (например, столкновение с другим автомобилем, наезд на ребенка) для того, чтобы научиться не ездить на красный свет в час пик. К счастью, вербальная передача информации и наблюдение соответствующих моделей (например, других людей) обеспечивают основу для приобретения наиболее сложных форм поведения человека. Действительно, Бандура устанавливает, что фактически все феномены научения, приобретаемые в результате прямого опыта, могут формироваться косвенно, путем наблюдения за поведением других людей и его последствиями. Таким образом, игнорировать роль научения через наблюдение в приобретении новых поведенческих паттернов – значит игнорировать уникальные способности человека [67].

Каждый из нас имел опыт борьбы с какой-либо проблемой и обнаруживал, что она становится до смешного легкой, если кто-то раньше уже решил ее. Фактор наблюдения – это ключ к проблеме. Наблюдая, дети учатся – неважно, доставляет это им удовольствие или нет – делать повседневную домашнюю работу или играть в определенные игры.

Во многих случаях необходимо учиться моделируемому поведению именно таким образом, как оно выполняется. езда на велосипеде, катание на роликовой доске, печатание на машинке и лечение зубов, например, позволяют очень мало, если вообще позволяют, отойти от существующей практики.

В дополнение к передаче специфических форм путем моделирования можно выстроить новое поведение. При помощи процессов моделирования наблюдатели извлекают общие черты из, казалось бы, разных реакций и формулируют правила поведения, дающие им возможность идти дальше того, что они уже видели или слышали. Действительно, научение через наблюдение может привести к стилю поведения, довольно отличающемуся от того, что человек наблюдал в действительности.

С точки зрения Бандуры, люди формируют когнитивный образ определенной поведенческой реакции через наблюдение поведения модели, и далее эта закодированная информация (хранящаяся в долговременной памяти) служит ориентиром в их действиях. Он полагал, что люди избавлены от груза ненужных ошибок и затраты времени на формирование соответствующих реакций, так как они могут, по крайней мере приблизительно, научиться чему-то на примере.

Основные процессы научения через наблюдение. Социально-когнитивная теория предполагает, что моделирование влияет на научение главным образом через его информативную функцию. То есть во время показа образца наблюдатели (обучаемые) приобретают в основном символические образы моделируемой деятельности, которая служит прототипом для соответствующего и несоответствующего поведения.

Научение через наблюдение регулируется четырьмя взаимосвязанными компонентами:

◆ внимание – человек следит за поведением модели и точно воспринимает это поведение;

◆ память (сохранение) – человек помнит (долговременное сохранение) поведение модели, наблюдаемое ранее;

◆ моторно-репродуктивные – человек переводит закодированные в символах воспоминания о поведении модели в новую форму ответа;

◆ мотивационные процессы – если позитивное подкрепление (внешнее, косвенное или самоподкрепление) потенциально присутствует, человек совершает моделируемое поведение [62].

Рассматриваемое таким образом научение через наблюдение представляет собой активный критический и конструктивный процесс.

Процессы внимания: понимание модели. человек может научиться многому через наблюдение, если он обратит внимание на характерные черты поведения модели и правильно поймет их. Другими словами, человеку недостаточно просто видеть модель и то, что она делает: скорее индивид должен тщательно выбрать, на что следует обратить внимание, чтобы извлечь релевантную информацию для использования в имитации модели. Процессы внимания, следовательно, влияют на то, что выборочно постигается в модели, к которой человек обращается, и на то, что приобретается в результате наблюдения.

Определенные факторы, одни из которых включают наблюдателя, другие – моделируемую деятельность, а третьи – структурное оформление взаимодействий человека, могут в большой степени повлиять на вероятность того, что какая-то часть наблюдаемого поведения будет усвоена наблюдателем и закодирована в долговременной памяти. А. Бандура показывает, что среди детерминант внимания, влияющих на моделирование, ассоциативные модели являются наиболее важными. *Люди, с которыми мы регулярно общаемся, определяют типы поведения, которые можно наблюдать и, следовательно, изучить наиболее полно.*

Внутри любой социальной группы есть люди, которые привлекают к себе большее внимание, чем другие, благодаря своей власти, статусу и принятой роли. Функциональная ценность, соответствующая поведению, представленному различными моделями (то есть получило поведение

данной модели поощрение или наказание), оказывает существенное влияние на выбор тех моделей, которым человек будет подражать, и тех, которые он будет игнорировать. Внимание к модели также регулируется ее личной привлекательностью. Обычно ищут модели, олицетворяющие харизматические качества, в то время как тех, кто демонстрирует неприятные качества, обычно не замечают или отвергают.

Другие переменные, которые особенно важны на этой стадии, – это собственные способности и мотивы наблюдателя. По существу, любой набор характеристик, который превращает наблюдение за моделью в течение длительного времени в поощрение, увеличивает вероятность продления внимания к модели и, следовательно, вероятность моделирования.

Процессы сохранения: запоминание модели. Второй набор процессов, вовлеченных в научение через наблюдение, касается долговременной репрезентации в памяти того, что наблюдалось когда-то. Иначе говоря, наблюдение за поведением модели не будет эффективным, если человек не запомнит ее.

А. Бандура предлагает две основные внутренние репрезентативные системы, с помощью которых поведение модели сохраняется в памяти и превращается потом в действие:

- *образное кодирование.* По мере того как человек наблюдает модельные стимулы, в процессе сенсорного научения возникают относительно стойкие и легко воспроизводимые образы того, что было увидено. Мысленные образы формируются так, что любая ссылка на события, наблюдаемые ранее, сразу вызывает живой образ или картину физических стимулов. Следует отметить, что визуальные образы играют решающую роль в научении через наблюдение на ранних стадиях развития, когда отсутствуют лингвистические навыки, а также в научении паттернам поведения, которые не поддаются вербальному кодированию.

- *вербальное кодирование* ранее наблюдаемых событий. Наблюдая модель, человек может повторять про себя, что она делает. Эти невокализованные речевые описания (коды) позже могут внутренне повторяться без открытого выстраивания поведения; например, человек может мысленно «проговорить», что надо сделать, чтобы улучшить сложные моторные навыки. Фактически человек молча повторяет последовательность выполнения моделируемой деятельности, которой надо будет заниматься позже, и когда он захочет воспроизвести этот навык, вербальный код даст соответствующий сигнал. Бандура утверждает, что такие вербальные коды в большой степени способствуют научению через наблюдение, потому что они несут значительную информацию, накопленную ранее [61].

Моторно-репродуктивные процессы: перевод памяти в поведение. Третий компонент научения через наблюдение – это перевод информации, символически закодированной в памяти в соответствующие действия. Несмотря на то, что человек тщательно формирует и сохраняет мысленные образы поведения модели и повторяет в уме это поведение множество раз, может оказаться, что он все-таки будет не в состоянии выстроить поведение правильно. Это особенно справедливо для сложных моторных действий, которые требуют последовательного вовлечения многих отдельных реакций для их мастерского выполнения (гимнастические упражнения, игра на музыкальных инструментах, управление самолетом). Этим точно сбалансированным движениям можно учиться, наблюдая за кем-то (возможно, с помощью замедленного аудиовизуального воспроизведения) и символически воспроизводя поведение модели несколько раз, но в действительности поначалу это поведение может быть неуклюжим и плохо скоординированным. В таких случаях недостаточно простого наблюдения, чтобы гладко и точно выполнить действие. Постоянная практика в выполнении последовательности движений (и коррекция на основе информативной обратной связи) имеет большое значение, если наблюдатель хочет совершенствовать моделируемое поведение. Конечно, и в этом случае наблюдение и намеренный повтор в уме определенного поведения будут способствовать научению, так как можно по крайней мере начать выполнять необходимые движения, основанные на том, что наблюдалось ранее.

Мотивационные процессы: от наблюдения к действию. Четвертый и последний компонент моделирования касается переменных подкрепления. Эти переменные влияют на научение через наблюдение посредством контроля сигналов моделирования, на которые человек скорее всего обратит внимание, а также интенсивности, с которой он попытается перевести такое научение в открытое выполнение. Бандура подчеркивает, что неважно, насколько хорошо люди следят за моделируемым поведением и сохраняют его и каковы их способности для выстраивания поведения – они не будут этого делать без достаточного стимула. Другими словами, человек может приобрести и сохранить навыки, даже обладать способностями для искусного выстраивания моделируемого поведения, но научение редко можно превратить в открытое выполнение, если оно принято негативно.

При наличии *подкрепления* моделирование или научение через наблюдение быстро переводится в действие. Позитивное подкрепление не только увеличивает вероятность открытого выражения или фактического выстраивания требуемого поведения, но также влияет на процессы

внимания и сохранения. В повседневной жизни мы редко обращаем внимание на что-то или кого-то, если нет стимула сделать это, а когда обращаешь мало внимания, фактически нечего сохранять.

Однако есть способ усилить желание человека наблюдать, сохранять и выстраивать моделируемое поведение – через предвидение подкрепления или наказания. Наблюдение за поведением, которое является причиной позитивного поощрения или предотвращает какие-то аверсивные условия, может быть сильнейшим стимулом к вниманию, сохранению и в дальнейшем (в похожей ситуации) выстраиванию такого же поведения. В этом случае подкрепление переживается косвенно, и человек может предвидеть, что сходное поведение приведет к сходным последствиям.

Подкрепление в научении через наблюдение

А. Бандура полагает, что хотя подкрепление часто способствует научению, оно совсем не является обязательным для него. Существует множество других факторов, замечает он, отличных от подкрепляющих последствий, которые могут влиять на то, будет ли человек внимательно наблюдать.

Люди не только подвержены влиянию опыта, приобретенного в результате своих действий, но и регулируют поведение на основе ожидаемых последствий, а также создают их для себя сами. Эти две формы подкреплений:

- *косвенное;*
- *самоподкрепление.*

Бандура, анализируя роль подкрепления в научении через наблюдение, показывает его когнитивную ориентацию. В отличие от скиннера, он утверждает, что внешнее подкрепление редко выступает в роли автоматического определителя поведения. Чаще оно выполняет две другие функции – информативную и побудительную. Подкрепление, следующее за реакцией, указывает или, по крайней мере, может указать человеку на необходимость сформировать гипотезу о том, что такое правильная реакция. Эта информативная функция, или обратная связь, может работать, когда подкрепление переживается прямо или косвенно.

Косвенное обусловливание. И не только поведение может быть усвоено через наблюдение, но и условные эмоциональные реакции, такие, как страх и радость, также могут быть выработаны косвенным образом.

Процесс научения эмоциональным реакциям через наблюдение за другими, известный как косвенное обусловливание, был продемонстрирован и на людях и на животных. Так, обнаружилось, что люди-испытуемые, которые наблюдали за тем, как модель демонстрирует

условную реакцию страха, косвенно вырабатывают у себя условную эмоциональную реакцию на изначально нейтральные стимулы.

Косвенное подкрепление. Итак, люди могут получить пользу от наблюдения за успехами и поражениями других так же, как из своего непосредственного опыта. Так, наблюдаемые или косвенные последствия (наказания и поощрения), подкрепляющие действия других, часто играют значительную роль в регуляции нашего поведения. Это означает, что пробы и ошибки оперантного обусловливания могут быть получены «из вторых рук». Преимущество этого принципа в том, что он не только позволяет нам экономить энергию, но также дает возможность учиться на ошибках и успехах других.

Косвенное подкрепление осуществляется всякий раз, когда наблюдатель видит действие модели с результатом, который наблюдатель осознает как результат предшествующих действий модели.

Можно говорить о косвенном позитивном подкреплении, когда наблюдатели ведут себя таким же образом, как наблюдаемые ранее модели, получившие подкрепление, в то время как при косвенном наказании наблюдаемые авersive последствия снижают тенденцию вести себя подобным образом. В каждом примере информация, полученная от наблюдаемых последствий, позволяет наблюдателю определить, что будет отдельный внешний подкрепляющий стимул – поощрением или наказанием.

Самоподкрепление. с точки зрения социально-когнитивной теории и многие поступки человека регулируются самоналагаемым подкреплением. Бандура даже утверждает, что в основном поведение человека регулируется посредством подкрепления самого себя.

Самоподкрепление очевидно имеет место всякий раз, когда люди устанавливают для себя планку достижений и поощряют или наказывают себя за ее достижение, превышение или неудачу. Люди поздравляют себя со своими мыслями и поступками; они хвалят себя или разочаровываются в своих достоинствах; и они сами выбирают моральные и материальные поощрения и наказания из множества доступных им. Акцент Бандуры на самоподкреплении значительно повышает возможности объяснения поведения человека на основе принципов подкрепления.

Самоподкрепление – это процесс, суть которого заключается в том, что люди награждают себя поощрениями, над которыми они имеют контроль, всякий раз, когда достигают установленной ими самими нормы поведения. Так как можно реагировать и негативно, и позитивно, Бандура использует термин саморегулирования для обозначения усиливающего и уменьшающего эффекта самооценки.

С точки зрения Бандуры, саморегулируемые побуждения усиливают

поведение в основном через свою мотивационную функцию. То есть, в результате самоудовлетворения от достижения определенных целей, у человека появляется мотив прилагать все больше усилий, необходимых для достижения желаемого поведения. Уровень самопроизвольной мотивации человека обычно варьирует в соответствии с типом и ценностью побуждений и природой норм поведения.

А. Бандура выделяет три процесса, входящие компонентами в саморегулирование поведения:

- процесс самонаблюдения,
- процесс самооценки;
- процесс самоответа [62].

Поведение человека меняется по ряду параметров самонаблюдения (например, качество или скорость реакций). Функциональная значимость этих величин зависит от типа рассматриваемой деятельности. Например, атлетические соревнования оценивают в терминах времени и расстояния. А об артистичности обычно судят, основываясь на эстетической ценности и оригинальности. социальное поведение обычно оценивается в таких величинах, как искренность, девиантность, нравственность и другие.

Второй компонент, вовлеченный в поведение саморегулирования, – самооценка. Часто бывает, что поведение рассматривается как достойное одобрения и, следовательно поощряемое, или как неудовлетворительное и наказуемое, в зависимости от того, с позиций каких личностных стандартов оно оценивается. Вообще поступки, соответствующие внутренним нормам, считаются позитивными, а не соответствующие – негативными. Очень часто оценка поведения по абсолютным показателям является неадекватной. Адекватность поведения должна быть определена относительно (например, в сравнении с поведением других). В иных случаях адекватность нашего поведения можно определить в терминах стандартных норм или ценностей эталонной группы.

Поведение человека в прошлом также является стандартом, в соответствии с которым можно оценить адекватность его поведения на сегодняшний день. Здесь ориентир для оценки адекватности или неадекватности дает сравнение со своим собственным поведением. Бандура предполагает, что прошлое поведение влияет на самооценку в основном посредством его воздействия на постановку целей.

Оценка деятельности – другой ключевой фактор в критическом компоненте саморегулирования поведения. Очевидно, например, что люди прилагают мало усилий или вообще не утруждают себя в деятельности, которая не касается их лично. А в тех сферах жизни, которые влияют на их благополучие и самоуважение, самооценка производится постоянно. То, каким образом люди воспринимают причины своего поведения, в

значительной степени влияет на самооценку. Большинство людей чувствуют гордость и удовольствие от достижений, которые они относят за счет своих способностей и усилий. И наоборот, они редко бывают удовлетворены, когда относят свой успех за счет внешних факторов, таких, как случай или везение. Это справедливо и для их суждений о неудачах, о поведении ни, заслуживающем порицания. Люди самокритично реагируют на неприятности, виной которым было их собственное поведение, но не на ошибки, которые, как они считают, происходят из-за оправдывающих их обстоятельств или недостатка возможностей. Полагают, что достижения, не имеющие отношения к нам самим, обычно не порождают определенных реакций.

Бандура утверждает, что широкий спектр поведения человека регулируется с помощью реакций самооценки, выражаемых в форме удовлетворенности собой, гордости своими успехами, неудовлетворенности собой и самокритики. Таким образом, третий и последний компонент, вовлеченный в поведенческое саморегулирование, касается процессов самоответа, в особенности результатов самооценки. При прочих равных условиях позитивная самооценка поведения приводит к поощряющему типу реагирования, а негативная оценка – к наказывающему. И более того, «реакции самооценки приобретают и сохраняют критерии поощрения и наказания в зависимости от реальных последствий. Люди обычно удовлетворены собой, если испытывают гордость от своих успехов, но не довольны собой, когда что-то осуждают в себе».

Бандура полагает, что адекватная теория поведения должна также рассматривать такие сложные вопросы, как: почему люди отказываются поощрять себя, почему они требовательны к себе, когда никто не принуждает их к этому, и почему они наказывают себя.

С социально-когнитивной точки зрения, люди склонны тревожиться и осуждать себя, когда нарушают свои внутренние нормы поведения. Они неоднократно переживают в ходе социализации такую последовательность событий: *проступок – внутренний дискомфорт – наказание – облегчение*. В этом случае действия, не соответствующие внутренним нормам поведения, вызывают тревожные предчувствия и самоосуждение, не проходящие до тех пор, пока не наступит наказание. Оно, в свою очередь, не только кладет конец страданиям от проступка и его возможных социальных последствий, но также направлено на то, чтобы вернуть одобрение других. Соответственно, самонаказание избавляет от внутреннего дискомфорта и дурных предчувствий, которые могут длиться дольше и переноситься более тяжело, чем само наказание. Реакции самонаказания сохраняются долго, так как они смягчают душевную боль и

ослабляют внешнее наказание. Осуждая себя за недостойные в моральном отношении поступки, люди перестают терзаться из-за прошлого поведения. Самокритика может также уменьшить терзания по поводу неправильного или разочаровывающего поведения. Другая причина использования самокритики – то, что она часто является эффективным средством уменьшить негативные реакции других. Иначе говоря, когда есть вероятность, что определенные поступки приведут к дисциплинарным мерам, самонаказание может оказаться меньшим из двух зол. И наконец, вербальное самонаказание может использоваться с целью услышать похвалу от других. Осуждая и принижая себя, индивид может вынудить других людей высказаться по поводу его положительных качеств и способностей и заверить, что ему нуж-но постараться и все будет хорошо.

Хотя самонаказание может положить конец тревожным мыслям или, по крайней мере, ослабить их, оно также может усилить личный дискомфорт. Чрезмерное или длительное самонаказание, основанное на излишне строгих нормах самооценки, может вызвать хроническую депрессию, апатию, ощущение никчемности и отсутствия цели. Поведение, являющееся источником внутреннего дискомфорта, может также способствовать развитию различных форм психопатологии. А. Бандура полагает, что неадаптивное поведение – это результат излишне строгих внутренних норм самооценки.

Самозффективность. В последние годы ученый ввел в свои теоретические построения постулат когнитивного механизма самозффективности для объяснения личностного функционирования и изменения (Bandura, 1977, 1989, 1989). Концепция самозффективности относится к умению людей осознавать свои способности выстраивать поведение, соответствующее специфической задаче или ситуации. С точки зрения Бандуры, самозффективность, или осознанная способность справиться со специфическими ситуациями, влияет на несколько аспектов психосоциального функционирования. То, как человек оценивает собственную зффективность, определяет для него расширение или ограничение возможности выбора деятельности, усилия, которые ему придется приложить для преодоления препятствий и фрустраций, настойчивость, с которой он будет решать какую-то задачу. Короче говоря, самооценка зффективности влияет на формы поведения, мотивацию, выстраивание поведения и возникновение эмоций.

По мнению Бандуры, люди, осознающие свою самозффективность, прилагают больше усилий для выполнения сложных дел, чем люди, испытывающие серьезные сомнения в своих возможностях. В свою очередь, высокая самозффективность, связанная с ожиданиями успеха, обычно ведет к хорошему результату и таким образом способствует

самоуважению. Напротив, низкая самооффективность, связанная с ожиданием провала, обычно приводит к неудаче и таким образом снижает самоуважение. С этой точки зрения, люди, считающие себя неспособными справиться со сложными или опасными ситуациями, вероятно, будут уделять чрезмерное внимание своим личным недостаткам и постоянно изнурять себя самокритикой по поводу собственной некомпетентности. Напротив, люди, верящие в свою способность решить проблему, вероятно, будут настойчивы в достижении своих целей, несмотря на препятствия, и не будут склонны предаваться самокритике.

А. Бандура предположил, что приобретение самооффективности может происходить любым из четырех путей (или в любой их комбинации): способности выстроить поведение, косвенного опыта, вербального убеждения и состояния физического (эмоционального) возбуждения:

- *Способность выстроить поведение.* Исследователь утверждает, что наиболее важным источником эффективности является прошлый опыт успеха и неудач в попытке достичь желаемых результатов. Попросту говоря, успешный личный опыт порождает высокие ожидания, а предыдущие неудачи порождают низкие ожидания. Эстрадный артист, которого вдруг обуял страх перед выступлением, может сказать себе, что он уже выступал много раз без каких-либо происшествий и конечно сумеет сделать это опять. С другой стороны, люди, страдающие от неуверенности в своей способности выступать перед аудиторией из-за неудачи в прошлом, могут прийти к заключению, что им это просто не дано. Конечно, если человеку с низкой самооффективностью дать какой-то стимул сделать то, чего он боится, самооффективность будет усиливаться.

- *Косвенный опыт.* Хотя и не столь действенный, как фактическое поведение, косвенный опыт также может быть источником высокой самооффективности. То есть наблюдение за другими людьми, успешно выстраивающими поведение, может вселить в человека надежду на самооффективность и уверенность, что с подобной деятельностью вполне можно справиться. Студенты, которые боятся задавать вопросы в большой аудитории, могут, например, изменить прогноз эффективности с «я не могу сделать это» на «возможно, я смогу», если они были свидетелями того, как их товарищи задавали вопросы без катастрофических последствий для себя. В то же время, если человек наблюдает за тем, как другие столь же компетентные люди неоднократно терпят неудачу, несмотря на настойчивые попытки, это, по всей вероятности, ухудшит его прогноз собственной способности выполнить подобные действия.

- *Вербальное убеждение.* Эффективность может также быть достигнута или изменена через убеждение человека в том, что он обладает

способностями, необходимыми для достижения цели. Возьмем мать, которая уверяет дочь, что она может справиться с трудным предметом в школе. Вербальная поддержка не просто помогает дочери поверить, что ей по силам «сделать это», но и может способствовать развитию навыков учения и концентрации усилий, ведущих к конечному успеху. Конечно, такая уверенность может с легкостью исчезнуть, если фактические успехи в освоении трудного предмета не соответствуют ожидаемому результату. Более того, вербальное воздействие на ребенка, который пытается добиться какого-то результата, должно быть в рамках его реальных возможностей и способностей. Если не следовать этому правилу, то попытка помочь, возможно, напротив, подорвет веру в родителя и оставит ребенка с пониженным прогнозом эффективности. Бандура выдвигает гипотезу о том, что сила вербального убеждения ограничивается осознаваемым статусом и авторитетом убеждающего. Терапевт может убедить чересчур полного пациента поменьше есть и побольше заниматься физическими упражнениями; но тот же самый терапевт вряд ли сможет убедить клиента в том, что тот способен влезть на Эверест.

● *Эмоциональный подъем.* И наконец, так как люди сверяют уровень эффективности с уровнем эмоционального напряжения перед лицом стрессовых или угрожающих ситуаций, любой способ, понижающий возбуждение, повысит прогноз эффективности. Человек, испытывающий неуверенность при общении с женщинами, может почувствовать, как его сердце начинает ускоренно биться и ладони становятся мокрыми, когда он звонит женщине, назначая ей свидание. Если он относит эти физиологические реакции к тревоге, то может решить, что слишком нервничает, чтобы вынести все это.

Если, однако, он замечает, что вполне спокоен, набирая номер, то может решить, что он более эффективен, чем полагал. Как видно из данного примера, люди с большей вероятностью добиваются успеха, если они не напряжены и эмоционально спокойны [61].

Вопросы для самопроверки

1. Кто является автором социальной теории научения?
2. В чем суть взаимного детерминизма А. Бандуры?
3. Как называется процесс перевода памяти в поведение?
4. Что такое предвиденные последствия?
5. В чем сущность научения через моделирование?
6. Образное кодирование – это...
7. Вербальное кодирование – это...
8. Каковы компоненты саморегулирования поведения?

9. Объясните суть самонаказания.
10. Укажите пути приобретения самоэффективности по методу А. Бандуры.

Литература:

1. Ждан, А.Н. История психологии: от античности к современности / А.Н. Ждан. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 512 с.
2. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-еврознак, 2005. – 420 с.
3. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
4. Фрейджер, Р. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейджер, Д. Фэйдимен. – М.: Мир, 2004. – 658 с.
5. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
6. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.
7. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
8. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.
9. Чалдини, Р. Новейшая психологическая энциклопедия. Законы и тайны поведения человека. Психологический атлас поведения человека / Роберт Чалдини, Дуглас Кенрик, Стивен Нейберг. – СПб: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2008. – 575 с.
10. Шульц, Д. История современной психологии / Д. Шульц, с. Шульц. – СПб.: Евразия, 2002. – 532 с.

Тема 3.9 Бихевиоризм и проблема поведения.

Центральная тема бихевиоризма. Положения, теории. Сущность бихевиоризма. Основная задача.

Историческая справка

Более столетия назад во всем мире начался усиленный рост промышленного производства, особое место в этом принадлежало США. По истокам своего возникновения США являлись продолжением

европейской цивилизации, становясь крупнейшей державой мира с гигантской индустрией.

В связи с этим возникновение новых социально-экономических отношений способствовало появлению такого течения в философии, как прагматизм (учение, возникшее в 70-х годах 19 века в США, признающее истиной лишь то, что дает практически полезные результаты).

Прагматизм в свою очередь дал путевку в жизнь бихевиоризму (Behavior — поведение) в психологии. Возникновению бихевиоризма способствовало появление разработки условных рефлексов в психологии и развитие зоопсихологии, как экспериментальной ветви психологии.

Американский психолог Джон Уотсон в 1913 году определил психологию как науку о поведении, отрицая категорию сознания, ссылаясь на методiku И.П. Павлова об условных рефлексах.

Более дальней прародительницей бихевиоризма можно считать древнюю традицию ассоциаций, основанную на предположении, что наша психика при получении информации связывает ее с предыдущей информацией, т.е. возникают ассоциации. При этом считалось, что при рождении наш разум не имеет никакой информации об окружающем мире, по мере роста человека, он познает окружающий мир, и создаются ассоциации.

В 30 — 50 годы прошлого века Б. Скиннер разработал самую крайнюю форму бихевиоризма, которая заключалась в концепции, что познание — это только набор отношений "стимул-реакция", а вовсе не вид умственной деятельности. В его понимании мышление, как и внешнее поведение, состоит из действий, зависящих от окружающей среды и от стимулов получаемых от нее.

Суть бихевиоризма

Д. Уотсон считал, что в поведении человека нет ничего прирожденного, а все его проявления, это результат внешней стимуляции, что он и пытался доказать изучая младенцев. Если вернуться к нашему младенцу, то это означало, что он был организмом, для которого основным стали "стимул" (раздражитель внешней среды), "реакция" (ответ организма на раздражение) и "связь" (ассоциация), сознание его еще спало. Малыш должен был приспособиться к среде обитания. Возможно, что это был естественный ход развития, человечества, философии и психологии.

Таким образом, цель бихевиоризма — превращение психологии в область знания управляющую и предсказывающую поведение. Исследования, проведенные на животных, бихевиористы автоматически переносили на человека. Обучение животного — это повторение (закон

упражнения), т.е. выработка приспособительных реакций, затем закрепление, установление прочной зависимости между стимулом и реакцией (закон эффекта).

Бихевиористы правильно определили зависимость поведения от воздействия среды, но не учитывали обусловленности ответной реакции не только стимулам, но и внутренними явлениями. Вероятно, к модели поведения человека можно было подойти, изучая психику животных, но, не отрицая различия психики человека и животного.

Многие психологические исследования того времени сосредотачивались на анализе ассоциаций. Ассоциациями пытались объяснить поведение с помощью связей между переживаниями. Эта идея основана на том, что при рождении наш разум — чистый лист бумаги, который заполняется по мере познания окружающей среды. Торндайк проверял ассоциативные решения с помощью экспериментов над кошками.

Уотсон считал, что основой отношений организма к среде является «стимул-реакция» и, следовательно, пользуясь различными раздражителями можно получить человека с необходимыми качествами и любым поведением, не принимая во внимание ни врожденные качества, ни убеждения, ни другие личностные качества.

В этой идее чувствуется определенная направленность — получение вместо человека послушного робота, которого программируют на выполнение только набора двигательных функций, т.е. интересуется только один исполнительский аспект в поведении человека.

Эти идеи очень близки фашистским или тираническим режимам, которым важно иметь слепое орудие в своих руках, послушную рабочую или военную силу, не способную размышлять, а лишь наученную слепо выполнять приказы.

Философскую основу бихевиоризма составляет **сплав позитивизма и прагматизма**. В качестве научных предпосылок Дж. Уотсон называл исследования по психологии животных, особенно **Э. Торндайка**, а также школу объективной психологии. Однако все эти исследования были, как их оценивал Уотсон, «скорее реакцией на антропоморфизм, а не на психологию как науку о сознании». Он отмечал также влияние работ **И. П. Павлова** и **В. М. Бехтерева**.

Основные теории бихевиоризма

Первый этап эволюции **бихевиоризма** - бихевиоризм Уотсона - продолжался примерно с 1913 по 1930 г. Второй этап, или необихевиоризм, можно датировать примерно 1930-1960 годами. Он охватывает работы таких ученых, как Эдвард Толмен, Эдвин Гатри, Кларк Халл и Бересс Скиннер. Эти необихевиористы сходились во мнениях о

некоторых основных положениях, которые использовались для объяснения полученных данных:

1) сердцевиной психологии является исследование процесса научения;

2) большинство видов поведения, независимо от их сложности, подчиняются законам условных рефлексов;

3) психология должна принять принципы операционизма.

Третьим этапом эволюции бихевиоризма является необихевиоризм, или социальный бихевиоризм, начало которого приходится на 60-е годы XX века и который характеризуется возвратом к когнитивным процессам.

Предметом бихевиоризма стало поведение, которое исследовалось путем экспериментального изучения факторов, влияющих на его формирование, т. е. на образование связей между стимулами и реакциями.

Основные теории бихевиоризма

Э. Торндайк. Экспериментальное исследование условий и динамики научения путем анализа способов решения задачи в проблемном ящике. Законы образования конвекции (связи), т.е. законы научения. Метод обучения путем проб и ошибок.

Д. Уотсон. Изучение поведения, анализ его формирования путем образования связи S-R. Наблюдение за естественным становлением поведения, эмоций, понятий, речи. Доказательство прижизненное образования основных знаний, умений, переживаний человека и возможности повлиять на их содержание.

Э. Толмен. Изучение деятельности системы организм - среда, формирование целостного, молярного подхода к проблеме поведения. Внутренняя переменная, опосредующая связь S - R, понятие о когнитивных картах и латентном обучении.

К. Халл. Формирование гипотстико-дедуктивного подхода к изучению поведения, анализу факторов, влияющих на характер связи S-R. Понятие первичного и вторичного подкрепления, закон редукции напряжения.

Б. Скиннер. Разработка методов целенаправленного обучения, управления и коррекции поведения. Изучение оперантного поведения. Законы оперантного обучения, программированное обучение, методы коррекции поведения.

Д. Мид. Исследование социальных взаимодействий, лежащих в основе образования «Я». Понятие роли и системы ролей как основы личности, раскрытие роли игры и ожиданий окружающих в становлении «Я».

А. Бандура. Исследование социального научения, изучение механизмов формирования социального поведения и подражания, а также способов коррекции поведения. Понятие косвенного подкрепления, раскрытие роли модели подражания, исследование самоэффективности, влияющей на регуляцию персонального поведения.

Центральной проблемой Б. является проблема научения. В качестве основной цели поведения выступает адаптация. Будучи психологической основой поведенческой психотерапии и поведенческого направления в медицине, Б. определяет их подход к проблеме здоровья и болезни. Согласно этим представлениям, здоровье и болезнь являются результатом того, чему человек научился и чему не научился в жизни. Невротический симптом рассматривается как неадаптивное поведение, которое сформировалось в результате неправильного научения. **В соответствии с этим основная цель поведенческой психотерапии** - редукция, устранение симптома, иными словами, замена неадаптивных способов поведения на адаптивные, эталонные, нормативные, правильные, что достигается в процессе научения. Научение в рамках поведенческой психотерапии осуществляется на основании определенных схем, связанных с общими теориями научения, сформулированными Б. Методически поведенческая психотерапия не выходит за пределы традиционной бихевиористской схемы $S \rightarrow r \rightarrow s \rightarrow R$. Каждая школа поведенческой психотерапии концентрирует психотерапевтические воздействия на отдельных элементах и комбинациях внутри этой схемы. Так, методы, основанные на классическом обусловливании, используют схему $S \rightarrow R$ (например, систематическая десенсибилизация); основанные на оперантном обусловливании - схему: (например, так называемая жетонная система). Медиаторное направление концентрирует воздействие на промежуточных переменных в зависимости от того, какие психологические процессы рассматриваются в качестве медиаторов (побудительные, как, например, в рационально-эмоциональной психотерапии, или когнитивные, как в когнитивной психотерапии) и какие психотерапевтические мишени определяются.

В клинической практике Б. не только является теоретической основой поведенческой психотерапии, но и оказал существенное влияние на развитие такого направления, как терапия средой.

Плюсы и минусы

В 30-е годы прошлого века, во время экономического кризиса, стало ясно, что уже невозможно сбросить со счетов роль социальной среды и отношение к ней человека, причем не только внешние его реакции, но и его мотивы, настроения, установки.

И тут бихевиоризм начал сдавать свои позиции: вначале американский психолог Роберт Вудворте включил промежуточное звено — организм и его установки в схему "стимул-реакция", разработал учение о мотивации; затем необихевиористы Эдвард Толмен и Кларк Халл реформировали поведенческую психологию, введя понятие "промежуточных переменных" (познавательных и побудительных факторов между стимулом и реакцией). Но все это не могло объяснить психологические механизмы обучения человека и даже животных.

Идея бихевиоризма — превращение психологии в естественную науку о поведении организма потерпела крах, т.к. сам организм не вписывался в эту схему. Таким образом, наш младенец научился двигаться, но без включения сознания, его поведение было идентично поведению животного.

Но надо отдать должное, что появление бихевиоризма привело психологию к дальнейшему развитию взглядов на организацию психики. Психологи этого направления обогатили науку, но не в результате, а вопреки, потому что они не смогли удержаться на позициях только лишь бихевиоризма, используя явления без которых невозможно было понять смысл поведения.

Простота схемы "стимул-реакция" давала возможность простого количественного описания явления и математической обработки результатов, но полностью исключало качественную характеристику психики.

Литература:

1. Абульханова - Славская, К.А. Деятельность и психология личности. / К.А. Абульханова-Славская. М.:Наука, 2003.-512 с.;
2. Андреева, Г.М. Психология социального познания./Г.М. Андреева. - М.:Аспект Пресс, 1999.-544 с.;
3. Андреева, Г.М. Социальная психология./ Г.М. Андреева. - М: Международная педагогическая академия, 2009. - 463 с.;
4. Бобнева, М.И. Социальные нормы и регуляция поведения./М.И. Бобнева. - М.: Наука, 1998. - 286 с.;
5. Кон, И.С. Социология личности./ И.С. Кон. - М.: Аспект Пресс, 1999.-314 с.;
6. Рубинштейн, С.Л. Методологические проблемы социальной психологии. / С.Л. Рубинштейн. - СПб: Питер 2002. - 720 с.;
7. Андреева, Г.М., Богомолова, Н.Н., Петровская, Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учебное

пособие для вузов/ Г.М. Андреева, Н.Н. Богомолова, Л.А. Петровская. - М.: Аспект Пресс, 2008. - 286 с.;

8. Торндайк, Э. Принципы обучения, основанные на психологии./ Э. Торндайк. - М.:Издательский центр «Академия», 2003. - 258 с.;

Тема 3.11 Когнитивная теория Р. Солсо.

Когнитивные характеристики. Модель когнитивной психологии. Сфера когнитивной психологии. Основные направления исследований в когнитивной психологии. Интеллект: человеческий, искусственный. Возрождение когнитивной психологии.

Когнитивная психология — направление в психологии, возникшее в 1960-х гг. как альтернатива бихевиоризму. Когнитивная психология утверждает, что наше поведение опосредствовано познавательными (когнитивными) факторами.

Когнитивная психология изучает восприятие, распознавание образов, внимание, память, воображение, речь, мышление и принятие решений. Когнитивная психология изучает как сознательные, так и бессознательные процессы психики, при этом и те, и другие трактуются как различные способы переработки информации.

Когнитивная психология основывается на утверждении, что внешние стимулы проходят внутри психики через ряд последовательных преобразований, а ограниченность способности человека осваивать новую информацию и преобразовывать уже существующую заставляет искать наиболее эффективные и адекватные способы работы с ней. Эти стратегии и пытается моделировать когнитивная психология.

Когнитивная психология рассматривает человека как познающую систему и интерпретирует протекающие в этой системе процессы как поэтапную переработку информации по аналогии с переработкой информации в ЭВМ. Эта аналогия, получившая в литературе специальное название – компьютерная метафора, – и легла в основу представлений о психической деятельности в когнитивной психологии.

В когнитивной психологии была принята аналогия работы мозга с устройством и работой ЭВМ. Важно отметить существенное отличие компьютерной метафоры от других технических аналогий, с помощью которых исследователи описывали механизмы психической деятельности. В соответствии с компьютерной метафорой гипотезы о непосредственно не наблюдаемых, внутренних процессах должны быть конструктивно

интерпретироваться в терминах организации вычислительных систем. Компьютерная метафора не заменяет психологическую теорию, она лишь призвана помочь сформулировать теорию в конструктивных понятиях. Такие термины, как «ощущение», «восприятие», «воображение», «запоминание», «припоминание», «решение задач» и «мышление», относятся к гипотетическим стадиям или аспектам процесса познания.

Когнитивная психология изучает, как люди получают информацию о мире, как эта информация представляется человеком, как она хранится в памяти и преобразуется в знания и как эти знания влияют на наше поведение.

Результаты исследований в области когнитивной психологии, как правило, представляют в виде моделей переработки информации. Модель переработки информации в когнитивной психологии предполагает, что процесс познания можно разложить на ряд этапов, каждый из которых представляет собой некую гипотетическую единицу, включающую набор операций, выполняемых над входной информацией. Модели состоят из блоков, каждый из которых выполняет строго определенные функции. Связи между блоками означают путь прохождения информации от входа до выхода модели. В результате преобразований информации формируются «внутренние репрезентации» воспринимаемых объектов, событий и т. д.

Когнитивная психология вводит постулат о кодировании информации в психике, и утверждает, что физический мир отражается в психике в особой форме, которую нельзя свести к свойствам стимуляции. Наиболее плодотворной компьютерная метафора оказалась в области исследований организации памяти. Область психологии памяти стала центральной для когнитивной психологии. В когнитивной психологии память сравнивается с оперативной и внешней памятью ЭВМ. Один из основоположников когнитивной психологии У. Найссер следующим образом представляет процесс переработки информации в памяти. Первыми этапами на пути преобразования сенсорной информации являются периферические виды памяти: «иконическая» для зрения и «эхоческая» для слуха. Затем информация попадает в вербальную кратковременную память, где сохраняется с помощью процессов скрытого или явного проговаривания, после чего становится возможным ее долговременное запоминание. В когнитивной психологии различают две фазы познавательных процессов. Первая фаза – фаза предвнимания – связана с относительно грубой и параллельной обработкой информации. Вторая фаза – фаза фокального внимания – имеет характер осознанной внимательной детальной и последовательной обработки. Здесь происходит вербальное кодирование информации, после чего информация сохраняется

в памяти и при необходимости реконструируется. Центральный вопрос когнитивной психологии - вопрос об организации знания в памяти человека, в том числе о соотношении вербального и образного компонента в процессах запоминания и мышления. Интенсивно разрабатываются также когнитивные теории эмоций, индивидуальных различий и личности.

Когнитивная психология внесла существенный вклад в развитие психологической науки. Когнитивная психология расширила горизонты восприятия, открыла новые аспекты анализа психологических проблем, дала анализ структуры познавательных действий. Кроме того, когнитивная психология сильно расширила диапазон применяемых методических средств.

С позиций когнитивной психологии эффективное обучение возможно лишь в том случае, когда новый материал, связанный с уже имеющимися знаниями и умениями, включается в существующую когнитивную структуру. В когнитивной психологии в качестве важного условия обучения рассматривается внутренняя мотивация, связанная с интересом учащихся к изучаемому предмету.

Основной смысл

Когнитивная психология во многом основывается на аналогии между преобразованием информации в вычислительном устройстве и осуществлением познавательных процессов у человека. Так были выделены многочисленные структурные составляющие (блоки) познавательных и исполнительных процессов, прежде всего памяти (Р. Аткинсон).

Наибольшее распространение получил вычислительный вариант, где психика представляется в виде устройства с фиксированной способностью к преобразованию сигналов. Здесь главная роль отводится внутренним когнитивным схемам и активности организма в процессе познания. Это направление возникло под влиянием информационного подхода.

Представим действия, которые выполняет компьютер: получение, манипуляции с символами, сохранение в памяти элементов информации, извлечение их из памяти и т.д. Не побуждает ли это предположить, что познавательные процессы реальны, "что их можно исследовать и даже, может быть, понять" (У. Найсер). В этом случае когнитивная система человека рассматривается как система, имеющая устройства ввода, хранения, вывода информации с учетом ее пропускной способности.

Задачи когнитивной психологии

Таким образом, когнитивная психология изучает, как люди получают информацию о мире, как эта информация представляется человеком, как она хранится в памяти, преобразуется в знания, которые затем влияют на наше внимание и поведение. Эти исследования привели к пониманию когнитивной психологии как направления, задачей которого является доказательство решающей роли знания в поведении субъекта. Теперь уже можно поставить вопрос об организации знания в памяти субъекта, в том числе о соотношении вербальных (словесных) и образных компонентов в процессах запоминания и мышления (Г. Бауэр, А. Пайвио, Р. Шепард).

Когнитивная психология оказывает влияние на все разделы психологии, причем основное внимание уделяется обучению. Анализируется весь учебный процесс по Д.П. Озбелу, Дж. Брунеру, когнитивная психология показывает, что эффективное обучение возможно лишь в том случае, когда новый материал, связанный с уже имеющимися знаниями и умениями, включается в существующую когнитивную структуру.

Упрощенные модели

Важное условие обучения — интерес учащихся к изучаемому предмету. Когнитивная психология фактически сводит сложный мир человека к его упрощенным моделям. Интересна в этом отношении точка зрения одного из основоположников когнитивного направления в психологии Г. Саймона, согласно которой "человек в качестве поведенческой системы так же прост, как и муравей. Кажущаяся сложность его развертывающегося во времени поведения отражает в основном сложность окружающей среды".

Согласно Р. Солсо, современная когнитивная психология заимствует теории и методы из 10 основных областей исследований: восприятия, распознавания образов, внимания, памяти, воображения, языковых функций, психологии развития, мышления и решения задач человеческого интеллекта и искусственного интеллекта.

Одна из моделей, которой обычно пользуются когнитивные психологи, называется моделью переработки информации. Нужно понять ограничения когнитивных моделей. Когнитивные модели, опирающиеся на модель переработки информации, используют для организации существующего объема литературы, стимуляции дальнейших

исследований, координации исследовательских усилий и облегчения коммуникаций между учеными. (Р. Солсо).

Обработка информации — это основной подход в когнитивной психологии. В этом случае когнитивная система человека рассматривается как система, имеющая устройства ввода, хранения, вывода информации с учетом ее пропускной способности. Неудивительно, что эта модель очень напоминает хорошо известную "машину" — компьютер.

Значение когнитивного подхода

Когнитивная психология рассматривает восприятие, внимание, память, знание, язык, искусственный интеллект. Это все может быть описано как сбор информации, хранение и организация информации, и, наконец, использование информации.

Для того чтобы познать механизмы сбора информации нужно понять систему интерпретации сенсорных сигналов, научиться распознавать паттерны. Распознавание паттернов — это сопоставление стимулов с тем, что находится в долговременном хранилище (памяти). Например, человек не знает многие марки машин, но, увидев машину, у него в мозгу бессознательно идентифицируется, что это машина. Пусть ему и неизвестна марка, но он с уверенностью скажет, что это машина.

Существует несколько моделей достижения и отбора информации в когнитивной системе. Когда же информация достигла когнитивной системы, она начинает преобразовываться в другие формы. Здесь уже подключается память, обработка и хранение информации, процессы запоминания и забывания, а также преобразование информации в знание, организация и репрезентация знаний, управление знаниями, результативность. Но все эти вопросы будут освещены позже.

Описание этапов процесса обучения

Сейчас мы должны понять, что в когнитивной системе как нельзя лучше описываются все этапы процесса обучения человека. Очевидно, что когнитивная психология более точно, научным языком описывает процессы, происходящие в мозгу человека во время его обучения, нежели психоанализ, который более описателен и субъективен.

Для объективности можно сказать, что когнитивная психология, создававшаяся как попытка преодоления кризиса бихевиоризма, гештальтпсихологии и других направлений, находится на пути объединения разрозненных линий исследований на единой

концептуальной основе. Дальнейшее развитие поможет ей преодолеть методологические трудности.

Когнитивная психология это подход, подчеркивающий значение когнитивных процессов. Многим кажется неправомерным сравнение человека с машиной, но ведь это просто удобный способ описания системы.

Исследование когнитивной системы человека

Когнитивная психология позволяет исследовать когнитивную систему человека, следуя за внешним стимулом, получить информацию, обработать, сохранить или потерять, затем управлять сохраненной информацией, использовать и выражать. Очевидно, что человек, как и компьютер, обрабатывает символы при решении задач и становится возможным использовать компьютер для моделирования деятельности человека.

Так, например, *при исследовании внимания либо памяти человека* можно использовать различные компьютерные структуры, чтобы смоделировать и протестировать некоторые процессы. Не только компьютеры оказали влияние на развитие когнитивной психологии, но процесс оказался взаимным. Психология также оказала воздействие на проектирование и использование машин.

А мы теперь отправляемся в долгое, и думаю не только познавательное, но и интересное плавание по морям знания на когнитивном корабле вместе с любопытным "малышом".

"О, сколько нам открытий чудных

Готовит просвещенья дух

И опыт, сын ошибок трудных,

И гений парадоксов друг,

И случай, Бог изобретатель".

Эти строки А.С. Пушкина, ставшие частично эпиграфом известной телепередачи "Очевидное - невероятное", как нельзя лучше выражают наши надежды и чаяния на дальнейшее развитие науки.

1. Абульханова - Славская, К.А. Деятельность и психология личности. / К.А. Абульханова-Славская. М.:Наука, 2003.-512 с.;

2. Андреева, Г.М. Психология социального познания./Г.М. Андреева. - М.:Аспект Пресс, 1999.-544 с.;

3. Андреева, Г.М. Социальная психология./ Г.М. Андреева. - М: Международная педагогическая академия, 2009. - 463 с.;

4. Бобнева, М.И. Социальные нормы и регуляция поведения./М.И. Бобнева. - М.: Наука, 1998. - 286 с.;
5. Кон, И.С. Социология личности./ И.С. Кон. - М.: Аспект Пресс, 1999.-314 с.;
6. Рубинштейн, С.Л. Методологические проблемы социальной психологии. / С.Л. Рубинштейн. - СПб: Питер 2002. - 720 с.;
7. Андреева, Г.М., Богомолова, Н.Н., Петровская, Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учебное пособие для вузов/ Г.М. Андреева, Н.Н. Богомолова, Л.А. Петровская. - М.: Аспект Пресс, 2008. - 286 с.;
8. Торндайк, Э. Принципы обучения, основанные на психологии./ Э. Торндайк. - М.:Издательский центр «Академия», 2003. - 258 с.;

Тема 3.12 Социальное поведение.

Сфера социального поведения. Поведенческий акт, действие, поступок, деяние. Целостное, целенаправленное поведение. Виды социального поведения. Социальная регуляция поведения личности. Внешние факторы регуляции поведения. Внутренние регуляторы поведения. Динамика внешней и внутренней регуляции поведения. Механизмы социальной регуляции поведения.

Поведение – это форма взаимодействия организма с окружающей средой, источником которого являются потребности. Человеческое поведение отличается от поведения животных своей общественной обусловленностью, осознанностью, активностью, созидательностью и носит целеполагающий, произвольный характер.

Структура социального поведения:

- 1) поведенческий акт – единичное проявление деятельности, ее элемент;
- 2) социальные действия – действия, совершаемые личностями или социальными группами, имеющие общественное значение и предполагающие общественно детерминированную мотивацию, намерения, отношения;
- 3) поступок – это осознаваемое действие личности, понимающей его социальное значение и совершаемое в соответствии с принятым намерением;
- 4) деяние – совокупность поступков личности, за которые она несет ответственность.

Виды социального поведения личности :

- 1) по системе общественных отношений:

- а) производственное поведение (трудовое, профессиональное);
 - б) экономическое поведение (потребительское поведение, распределительное, поведение в сфере обмена, предпринимательское, инвестиционное и др.);
 - в) социально-политическое поведение (политическая активность, поведение по отношению к власти, бюрократическое поведение, электоральное поведение и др.);
 - г) правовое поведение (законопослушное, противоправное, отклоняющееся, девиантное, криминальное);
 - д) нравственное поведение (этическое, моральное, аморальное, безнравственное поведение и др.);
 - е) религиозное поведение;
- 2) по времени осуществления:
- › импульсивное;
 - › переменное;
 - › длительно осуществляемое.

Субъектами регуляции социального поведения личности выступают общество, малые группы и сама личность.

Факторы регуляции поведения:

1) внешние факторы:

- а) социальные явления (общественное производство, общественные отношения (широкий социальным контекст жизнедеятельности личности), социальные движения, общественное мнение, социальные потребности, общественные интересы, общественные настроения, общественное сознание, социальная напряженность, социально-экономическая ситуация);
- б) общечеловеческие факторы (образ жизни, стиль жизни, уровень благосостояния, традиции, ритуалы, обычаи, привычки, предрассудки, стереотипы, средства массовой информации, стандарты, труд, спорт, социальные ценности и т. д.);
- в) духовно-нравственные факторы (мораль, этика, менталитет, культура, субкультура, архетип, идеал, ценности, образование, идеология, средства массовой информации, мировоззрение, религия);
- г) политические факторы (власть, бюрократия, социальные движения);
- д) правовые факторы (право, закон);
- е) социально-психологические явления (большие и малые социальные группы, групповые явления (социально-психологический климат, конфликт, настроение, межгрупповые и внутригрупповые отношения, референтность группы, уровень развития коллектива и др.), личностные составляющие (социальный престиж, позиция, статус, авторитет, убеждение, установка, социальная желательность));

- 2) внутренние регуляторы поведения:
 - а) когнитивные процессы;
 - б) устная и письменная речь;
 - в) специфические психологические явления (инсайт, интуиция, суждения, умозаключения, решение задач);
 - г) психические состояния (аффективные состояния, депрессия, ожидания, отношения, настроения, настрой, навязчивые состояния, тревожность, фрустрация, отчужденность, релаксация и др.);
 - д) психологические качества человека (внутренний локус контроля мотивационно-потребностная и волевая сферы личности);
- 3) социально-психологические механизмы (внушение, подражание, подкрепление, заражение; технологии рекламы и пропаганды и др.).

Социальное поведение

Отечественные психологические направления - рефлексология, реактология, поведенческая психология, зарубежные концепции бихевиоризма и необихевиоризма не решали проблем адекватного познания личности в системе ее социальных связей и взаимоотношений.

Критика этих направлений надолго исключила из научного оборота само понятие «поведение». Лишь в 80-х годах XX в. в отечественной науке произошла реабилитация категории поведения, выявилась попытка ее использования для целостного понимания личности. Более того, как справедливо отметил болгарский философ В. Момов, в последнее время в области исследований человека все более перспективной становится проблематика, касающаяся поведения личности, - его целостный анализ, процесс его формирования и развития. «Поведенческая проблематика приобретает «лидерский статус» (В. Момов, 1977, с. 25). Возросший интерес к категории поведения не привел, однако, к однозначному общепринятому ее определению. В многочисленных ее определениях отмечаются разные признаки поведения. Прежде всего поведение - это форма связи, взаимодействия организма с окружающими условиями. Источником поведения являются потребности. Поведение в этом случае выступает в его классической форме как исполнительное звено этого взаимодействия, внешне наблюдаемая двигательная активность живых существ. Это - общая форма связи со средой животных и человека. Специфика поведения человека определяется тем, что своеобразна сама среда его жизнедеятельности. Это социальная среда. И человек в этом взаимодействии выступает как личность, представляющая собой явление социальное. Специфически человеческими признаками поведения выступают его общественная обусловленность, сознательный, активный,

созидательный, целеполагающий, произвольный характер. Часто понятие поведения рассматривается в соотношении с понятиями «активность», «деятельность». В значительной степени это понятия перекрещивающиеся, особенно если к их определению добавляется характеристика «социальное» (социальная активность, социальная деятельность).

Общим основанием деятельности и поведения является активность. Это их родовое понятие, Видовая специфика заключается в том, что деятельность (предметная, практическая) фиксирует субъект-объектную связь человека со средой, поведение - субъект-субъектную связь личности с социальной средой. Поведение выступает как модус, форма существования личности. Своеобразие поведения личности заключается в том, что это социальное поведение. Социальное поведение является интегральной и доминирующей формой поведения и проявления личности. Все остальные виды активности определенным образом и в определенной степени зависят от него, обусловлены им, Обобщенная характеристика социального поведения заключается в том, что это - система социально обусловленных языком и другими знаково-смысловыми образованиями действий, посредством которых личность или социальная группа участвует в общественных отношениях, взаимодействует с социальной средой. В социальное поведение включаются действия человека по отношению к обществу, другим людям и предметному миру. Эти действия регулируются общественными нормами нравственности и права. Субъектом социального поведения выступает личность и социальная группа.

Структура социального поведения

Поведение имеет свою *структуру*. Оно включает в себя: поведенческий акт, действие, поступок, деяние. Эти элементы в совокупности включаются в целостное, целенаправленное социальное поведение. Каждый из элементов структуры имеет свою смысловую нагрузку, свое специфическое психологическое содержание. *Поведенческий акт* представляет собой единичное проявление какой-либо деятельности, ее элемент.

В социальном поведении особое место занимают социальные действия. Специфика поведенческих социальных действий состоит в том, что они имеют общественное значение. Субъектом этих действий выступают личности, социальные группы. Эти действия совершаются в определенной ситуации, предполагают общественно детерминированную мотивацию, намерения, отношения. Социальные действия различаются в зависимости от разрешаемых общественных задач (экономических, социальных, развития духовной жизни). В этом смысле они выступают как

форма и способ разрешения социальных проблем и противоречий, в основе которых лежит столкновение интересов и потребностей основных социальных сил данного общества. Для психологической характеристики социальных действий существенна их мотивация, отношение к «Я» как источнику и субъекту действий, соотношение смысла и значения действий, рационального и иррационального, сознательного и бессознательного в их мотивации. Важен субъективный смысл совершаемых личностью действий. Социально-психологическая специфика социального действия определяется рядом феноменов: восприятием социального действия ближайшего окружения; ролью этого восприятия в мотивации социального действия; осознанием личностью принадлежности к определенной группе как фактором мотивации; ролью референтной группы; механизмами социального контроля социального действия личности.

Поступок - это такое действие личности, социальное значение которого ей самой понятно. Наиболее полным и адекватным определением поступка является следующее. «Поступок - социально оцениваемый акт поведения, побуждаемый осознанными мотивами. В отличие от импульсивных действий поступок, совершается в соответствии с принятым намерением. Поступок как элемент поведения подчинен мотивам и целям человека. В нем проявляется личность человека - его ведущие потребности, отношение к окружающей действительности, характер, темперамент» (Психол. словарь, 1983, с. 269).

Совокупность поступков составляет *деяние*. В деянии как элементе социального поведения личности реализуется активность, имеющая высокую социальную значимость. Ответственность за эту активность несет сам субъект даже в том случае, если она выходит за пределы его намерений. Ответственность личности выражается в ее способности предвидеть социальные и психологические последствия собственной активности.

Цель социального поведения личности состоит в конечном итоге в преобразовании окружающей действительности (мира), осуществлении социальных изменений в обществе, социально-психологических феноменов в группе, личностных преобразований самого человека.

Результатом социального поведения являются, в широком смысле слова, формирование и развитие взаимодействий и взаимоотношений личности с другими людьми, с общностями разного масштаба. В достижении этих результатов исключительная роль принадлежит общению. Недаром некоторые авторы называют общение атрибутом поведения.

Виды социального поведения личности

Личность - явление социальное. Ее социальность многопланова. Многообразие форм социальных связей и отношений личности обуславливает виды ее социального поведения. Классификация этих видов осуществляется по разным основаниям. Самым широким основанием классификации видов социального поведения является определение *сфер бытия*, в которых оно проявляется. Среди них - природа, общество, человек. Эти сферы бытия существуют в разных формах, главными из которых являются: материальное производство (труд), духовное производство (философия, наука, культура, право, мораль, религия), быт, досуг, семья. В этих сферах жизни возникают, формируются, развиваются соответствующие виды поведения: производственное, трудовое, общественно-политическое, религиозное, культурное, бытовое, досуговое, семейное.

Исходя из марксистского понимания сущности человека как совокупности всех общественных отношений, в качестве классификационного признака можно избрать систему общественных отношений. По этому признаку выделяются, производственное поведение (трудовое, профессиональное), экономическое поведение (потребительское поведение, распределительное, поведение в сфере обмена, предпринимательское, инвестиционное и др.); социально-политическое поведение (политическая активность, поведение по отношению к власти, бюрократическое поведение, электоральное поведение и др.); правовое поведение (законпослушное, противоправное, отклоняющееся, девиантное, криминальное); нравственное поведение (этическое, моральное, аморальное, безнравственное поведение и др.); религиозное поведение.

В соответствии с *социальной структурой общества* существуют следующие виды социального поведения:

- классовое,
- поведение социальных слоев и страт;
- этническое поведение,
- социально-профессиональное,
- полоролевое,
- гендерное,
- семейное,
- репродуктивное и др.

По *субъекту социального поведения* различаются:

- общественное поведение,
- массовое,
- классовое,

- групповое,
- коллективное,
- кооперативное,
- корпоративное,
- профессиональное,
- этническое,
- семейное,
- индивидуальное
- и личное поведение.

В качестве основания деления видов поведения могут быть избраны разные признаки. Не претендуя на строгую научность, на точность и полноту выделения этих признаков, назовем лишь некоторые из дифференцирующих признаков и в качестве примеров укажем только некоторые виды поведения, в которых в наибольшей степени проявляются эти признаки. Так, по параметру *активности-пассивности личности* существуют следующие виды социального поведения:

- пассивное,
- приспособительное,
- конформное,
- адаптационное,
- стереотипное,
- стандартное,
- активное,
- агрессивное,
- потребительское,
- производственное,
- созидательное,
- инновационное,
- просоциальное,
- прокреативное,
- поведение по оказанию помощи другим людям,
- поведение по возложению ответственности (поведение атрибуции).

По *способу выражения* выделяются следующие виды:

- вербальное,
- невербальное,
- демонстрационное,
- ролевое,
- коммуникативное,
- реальное,
- ожидаемое поведение,
- ориентировочное,

- инстинктивное,
- разумное,
- тактичное,
- контактное.

По времени осуществления видами поведения являются:

- импульсивное,
- переменное,
- длительно осуществляемое.

В условиях современных резких социально-экономических преобразований возникают новые виды социального поведения, которые нельзя отнести однозначно к какому-либо из названных выше видов поведения. Среди них выделяются: поведение, связанное с процессами урбанизации, экологическое и миграционное поведение

Во всех формах социального поведения социально-психологический и личностный аспекты являются преобладающими. Поэтому есть основание считать *главным субъектом социального поведения личность*. Поэтому речь и идет о социальном поведении личности. При всем многообразии форм и видов социального поведения личности выделяется их общий признак, в известном смысле системообразующее качество. Этим качеством является нормативность. В конечном итоге все виды социального поведения являются разновидностями поведения нормативного.

Социальная регуляция поведения личности

Социальное поведение личности - сложное социальное и социально-психологическое явление. Его возникновение и развитие детерминировано определенными факторами и осуществляется по определенным закономерностям. По отношению к социальному поведению понятие обусловленности, детерминации заменяется, как правило, понятием регуляции. В бытовом значении понятие «регуляция» означает упорядочивание, налаживание чего-то в соответствии с определенными правилами, развитие чего-то с целью привести в систему, соразмерить, установить порядок. Поведение личности включается в широкую систему социальной регуляции. Функциями социальной регуляции являются: формирование, оценивание, поддержание, защита и воспроизводство необходимых субъектам регулирования норм, правил, механизмов, средств, обеспечивающих существование и воспроизводство типа взаимодействия, взаимоотношений, общения, деятельности, сознания и поведения личности как члена общества. Субъектами регуляции

социального поведения личности в широком смысле слова выступают общество, малые группы и сама личность.

В широком смысле слова регуляторами поведения личности являются «мир вещей», «мир людей» и «мир идей». По принадлежности к субъектам регуляции можно выделить общественные (в широком смысле), социально-психологические и личностные факторы регуляции. Кроме того, разделение может идти и по параметру объективного (внешнего) - субъективного (внутреннего).

Внешние факторы регуляции поведения.

Личность включена в сложную систему общественных отношений. Все виды отношений: производственные, нравственные, правовые, политические, религиозные, идеологические определяют реальные, объективные, должные и зависимые отношения людей и групп в обществе. Для осуществления этих отношений существуют многообразные виды регуляторов.

Широкий класс внешних регуляторов занимают все социальные явления с определением «социальный», «общественный». Сюда относятся:

- общественное производство,
- общественные отношения (широкий социальным контекст жизнедеятельности личности),
- социальные движения,
- общественное мнение,
- социальные потребности,
- общественные интересы,
- общественные настроения,
- общественное сознание,
- социальная напряженность,
- социально-экономическая ситуация.

К общим факторам общечеловеческой детерминации относятся образ жизни, стиль жизни, уровень благосостояния, социальный контекст.

В сфере духовной жизни общества регуляторами поведения личности выступают мораль, этика, менталитет, культура, субкультура, архетип, идеал, ценности, образование, идеология, средства массовой информации, мировоззрение, религия. В сфере политики - власть, бюрократия, социальные движения. В сфере правовых отношений - право, закон.

Общечеловеческими регуляторами выступают: знак, язык, символ, традиции, ритуалы, обычаи, привычки, предрассудки, стереотипы, средства массовой информации, стандарты, труд, спорт, социальные

ценности, экологическая ситуация, этнос, социальные установки, быт, семья

Более узкий объем внешних регуляторов составляют социально-психологические явления. Прежде всего такими регуляторами выступают: большие социальные группы (этнос, классы, слои, профессии, когорты); малые социальные группы (общность, группа, сообщество, коллектив, организация, оппонентный круг); групповые явления - социально-психологический климат, коллективные представления, групповое мнение, конфликт, настроение, напряженность, межгрупповые и внутригрупповые отношения, традиции, групповое поведение, сплоченность группы, референтность группы, уровень развития коллектива.

К общим социально-психологическим феноменам, регулирующим социальное поведение, относятся, символы, традиции, предрассудки, мода, вкусы, коммуникация, слухи, реклама, стереотипы.

К личностным составляющим социально-психологических регуляторов относятся: социальный престиж, позиция, статус, авторитет, убеждение, установка, социальная желательность.

Универсальной формой выражения социальных факторов, регулирующих поведение, являются социальные нормы. Их обстоятельно и анализ содержится в трудах М.И. Бобневой (Бобнева, 1978). Социальные нормы представляют собой руководящее начало, правило, образец, принятые в данной общности стандарты поведения, регламентирующие отношения людей. Социальные нормы различаются по своему содержанию, по сферам действия, по форме санкционирования, по механизмам распространения, по социально-психологическим механизмам действия. Например, правовые нормы вырабатываются, формулируются, утверждаются специальными государственными учреждениями, устанавливаются специальным законодательным путем, поддерживаются государством. Они всегда вербализированы, отражены в словесных конструкциях, объективированы в сводах законов, кодексах, уставах, отражены в нормативных актах.

Кроме писаных и неписаных общечеловеческих норм, которые позволяют оценивать поведение, регулировать его, существуют нормы, принятые в той или иной общности. Эта общность может быть как формальной, так и неформальной, иногда достаточно узкой по своему составу. Часто эти нормы регулируют отрицательные, с точки зрения большинства и государства, асоциальные формы поведения. Это - групповые нормы, регулирующие поведение отдельных групп и личностей. На основании этого, например, противоправное, преступное поведение относится к разряду нормативного поведения, т. е. регулируемого определенными нормами.

Этические нормы - нормы морали и нравственности - складываются исторически, регулируют поведение людей, соотнося его с абсолютными принципами (добра и зла), эталонами, идеалами (справедливости). Основным критерием нравственности тех или иных норм является проявление в них отношения человека к другому человеку и самому себе как подлинно человеческому существу - личности. Моральные нормы - это, как правило, неписанные нормы поведения. Моральные нормы регулируют общественное поведение, групповое и личное.

Близкими по своему психологическому содержанию, способу происхождения и механизму воздействия к этическим нормам являются нормы религиозные. От общечеловеческих моральных норм их отличают конфессиональная принадлежность, более узкая общность, определяющая нормы и принимающая их как установления и правила поведения (заповеди разных религий). Эти нормы различаются по степени их нормативности (жесткости): действия религиозных норм фиксируются в церковных канонах, священных писаниях и заповедях, в неписанных правилах отношения к божественным, духовным ценностям. Иногда религиозные нормы имеют узколокальный ареал распространения (нормы поведения отдельных религиозных сект и их представителей). Иногда норма действует в пределах одной местности («в каждом приходе свой устав»).

К разряду не абсолютно директивно действующих норм социального поведения личности относятся ритуалы. Ритуалы - это конвенциональные нормы поведения. Это «прежде всего видимое действие лица или лиц, призывающих всех, кто присутствует, обратить внимание на какие-то явления или факты, и не только обратить внимание, но и выразить определенное эмоциональное отношение, содействовать общественному настрою. При этом обязательны некоторые принципы: во-первых, общепринятая условность действия; во-вторых, общественная значимость явления или факта, на котором концентрируется ритуал; в-третьих, его особая цель. Ритуал призван создать единый психологический настрой в группе людей, вызвать их к единому активному сопереживанию или признанию важности факта или явления» (Королев, 1979, с. 36).

Наряду с социальными нормами макрогрупп, нормами политическими, правовыми, этническими, культурными, моральными, нравственными, существуют нормы многочисленных групп - как организованных, реальных, формализованных в той или иной структуре общества или общности, так и номинальных, неорганизованных групп. Эти нормы не носят всеобщего характера, они производны от социальных норм, это частные, особенные, вторичные образования. Это групповые, социально-психологические нормы. Они отражают как характер,

содержание и форму более общих форм, так и специфику природы общности, группы, характер, форму, содержание отношений, взаимодействий, зависимостей между ее членами, ее частные особенности, специфику условия и целей.

Групповые нормы социального поведения личности могут быть формализованными и неформализованными. Формализованный (оформленный, проявленный, фиксированный, внешне представленный) характер нормативной регуляции поведения представлен в организации как основной форме социального объединения людей. В ней существует определенная система зависимых и должных отношений. Все организации используют разнообразные нормы: стандарты, модели, шаблоны, образцы, правила, императивы поведения, действий, отношений. Эти нормы регулируют, санкционируют, оценивают, принуждают, побуждают людей осуществлять те или иные действия в системе взаимодействий и взаимоотношений людей, в деятельности организации как целостного социального образования.

Внутренние регуляторы поведения

В системе воздействий внешних, объективно существующих факторов детерминации социального поведения личность выступает как объект социальной регуляции. Но главным при изучении социального поведения является понимание того, что личность - это не только субъект социального поведения, но и субъект регуляции этого поведения. Все психические явления выступают в двойном своем качестве: они 1) результат детерминации внешних воздействий и 2) определяют поведение и деятельность человека. Эти два плана объединены в главных функциях психического: отражения, отношения и регуляции.

Регулятивная функция психического в поведении и деятельности проявляется с разной степенью выраженности и интенсивности в разных блоках психических явлений. Самые крупные блоки: психические процессы, психические состояния и психологические качества.

В составе психических процессов в качестве внутренних регуляторов выступают когнитивные процессы, через которые личность получает, хранит, преобразует, воспроизводит необходимую для организации поведения информацию. Мощным регулятором взаимодействия и взаимовлияния людей (в совместной деятельности и общении - как формах социального поведения) является устная и письменная речь (язык выступает внешним регулятором поведения). Внутренняя речь - один из психологических (интимных) регуляторов личного поведения. В составе психических процессов специфические регуляционные нагрузки несут

такие явления, как инсайт, интуиция, суждения, умозаключения, решение задач. Обобщающим когнитивный блок регуляторов является субъективное семантическое пространство.

Психические состояния составляют важный арсенал внутренних регуляторов поведения. Сюда относятся - аффективные состояния, депрессия, ожидания, отношения, настроения, настрой, навязчивые состояния, тревожность, фрустрация, отчужденность, релаксация

Психологические качества человека обеспечивают внутреннюю субъективную регуляцию социального поведения. Эти качества существуют в двух формах - личностные свойства и социально-психологические качества личности. К первым относятся - внутренний локус контроля - внутренняя причинность, смысл жизни, активность, отношения, идентичность, направленность личности, самоопределение, самосознание, потребности, рефлексия, стратегии жизни, жизненные планы. К социально-психологическим личностным феноменам как внутренним регуляторам поведения относятся: диспозиции, мотивация достижения, социальная потребность, аффилиация, аттракция, целевые установки, оценки, жизненная позиция, любовь, ненависть, сомнения, симпатии, удовлетворенность, ответственность, установка, статус, страх, стыд, экспектации, тревожность, атрибуция.

К собственно регуляционному блоку психических явлений относится мотивационно-потребностная и волевая сферы личности. Исследования (В.Г. Асеев) показали, что различные особенности мотивационной системы, такие как ее иерархический, многоуровневый характер, двухмодальное (положительное - отрицательное) строение, единство актуального и потенциального, процессуального и дискретного аспектов, оказывают специфическое регулирующее влияние на социальное поведение личности. Мотивация, мотив, мотивировка осуществляют пусковой механизм регуляции поведения. Основным источником мотивации являются потребности человека. В эмоциональной сфере личности (чувствах, эмоциях, настроениях) осуществляются личностное отношение к происходящему, к самому социальному поведению, оценка событий, фактов, взаимодействия и взаимоотношений людей.

Волевые процессы (желание, стремление, борьба мотивов, принятие решения, осуществление волевого действия, совершение поступка) служат завершающим этапом социальной регуляции поведения.

Диалектика внешней и внутренней регуляции поведения

Было бы неправильно представлять, что внешние и внутренние регуляторы существуют рядом, относительно независимо друг от

друга. Здесь они рассмотрены отдельно не по принципиальным соображениям, а скорее с дидактическими целями. В действительности между объективными (внешними) и субъективными (внутренними) регуляторами существует постоянная взаимозависимость. При этом важно отметить два обстоятельства. Во-первых, творцом преобладающего числа внешних регуляторов, включая и преобразованную окружающую действительность, является человек с его субъективным, внутренним миром. Значит, «человеческий фактор» изначально включен в систему детерминант социального поведения личности. Во-вторых, в понимании диалектики внешних и внутренних регуляторов наглядно реализуется диалектико-материалистический принцип детерминизма, сформулированный С.Л. Рубинштейном. Согласно этому принципу, внешние причины действуют, преломляясь через внутренние условия. Внешние регуляторы выступают как внешние причины социального поведения личности, а внутренние регуляторы выполняют функцию той призмы, через грани которой преломляется действие этих внешних детерминант. Усвоение человеком выработанных обществом норм наиболее эффективно в том случае, когда эти нормы включаются в сложный внутренний мир личности как его органический компонент. Однако человек не только усваивает внешне заданные, но и вырабатывает личностные нормы. С их помощью он предписывает, нормативно задает себе свою личностную позицию в мире социальных отношений и взаимодействий, вырабатывает формы социального поведения, в которых реализуется процесс становления, динамика его личности. Личностные нормы соотносятся с представлениями человека о себе. Нарушение этих норм вызывает чувство дискомфорта, вины, самоосуждения, потерю уважения к себе. Выработка и следование этим нормам в поведении связано с чувством гордости, высокой самооценкой, самоуважением, уверенностью в правильности своих действий. В содержание внутреннего мира личности входят чувства, связанные с реализацией внешних детерминант, следованием нормам, а также отношение к внешним заданным человеку регуляторам, их оценка. В результате диалектического взаимодействия внешних и внутренних регуляторов осуществляется сложный психологический процесс развития сознания, нравственных убеждений, ценностных ориентации личности, выработка навыков социального поведения, перестройка мотивационной системы, системы личностных смыслов и значений, установок и отношений, формирование необходимых социально-психологических свойств и особой структуры личности.

В диалектике внешних и внутренних детерминант личность выступает в своем единстве как объект и субъект социальной регуляции поведения.

Механизмы социальной регуляции поведения личности

Личность суверенна. Вопрос о вмешательстве в ее жизнь, об этической стороне социальной регуляции поведения, о формах такой регуляции, о границах и допустимости ее целей, средств и приемов имеет огромное социальное значение. Это значение состоит в том, что регулирование поведения выступает как механизм организации взаимодействия и взаимоотношений людей во всех сферах жизнедеятельности. По существу, речь идет о сути социального процесса, об управлении, упорядочивании всех психологических компонентов этого процесса.

Социальное значение регулирования поведения заключается и в том, что результат регулирования может быть как положительным, общественно значимым, так и отрицательным, противоречащим установкам, традициям, нормам общества. Например, воздействие на личность через группу признается наиболее эффективным способом социальной перестройки личности. В то же время малые группы могут выступать не только как проводники и посредники макросоциальных влияний, но и как барьеры, источники помех для таких влияний. В неблагоприятных социальных условиях могут формироваться группы, асоциальные по своим устремлениям, способствующие выработке «группового эгоизма», противопоставлению интересов группы и ее членов интересам общности и общества в целом.

Многообразны механизмы социального регулирования поведения личности - Они делятся на институциональные и неинституциональные.

Содержанием действия механизмов регулирования является:

- создание внешних регуляторов поведения (норм, правил, образцов, инструкции, кодексов);
- регламентация поведения;
- его оценивание;
- определение санкций.

Каналами регулирования социального поведения личности являются:

- малые группы,
- совместная деятельность людей,
- общение,
- общественная практика,
- средства массовой информации.

Социально-психологические механизмы регуляции включают все средства воздействия - внушение, подражание, подкрепление, пример, заражение; технологии рекламы и пропаганды; методы и средства социальной технологии и социальной инженерии; социальное планирование и социальное прогнозирование; механизмы психологии управления.

Процесс регулирования поведения осуществляется в ходе активного и пассивного усвоения норм и правил, упражнения, повторения, социализации и воспитания личности.

В результате регулирования поведения осуществляется взаимодействие людей, их совместная деятельность, складываются взаимоотношения, проходит процесс общения. Общим итогом действия механизмов социальной регуляции может быть манипулирование личностью, модификация поведения личности, социальный контроль.

Элементами системы социального контроля выступают:

- Технологический, включающий техническое звено, - техническая аппаратура, измерительные приборы и т. д., вообще предметы, предназначенные для целей контроля; технологическое звено в узком смысле - совокупность инструкций, методов организации осуществления контроля.

- Институциональный - обособленные специализированные институты, занимающиеся определенным типом социального контроля (комиссии, комитеты контроля, административный аппарат).

- Моральный - общественное мнение и механизмы личности, в которых нормы поведения группы или личности осознаются и переживаются как собственные требования индивида. Это определяет и личное участие человека в осуществлении определенного вида социального контроля посредством технологических, организационных механизмов и общественного мнения. Сама личность выступает как объект и субъект социального контроля.

Для понимания механизма регуляторного действия социального контроля важное значение имеют особенности неформального неинституционализированного контроля. В этом наибольший психологический смысл контроля. Главные особенности этого вида контроля состоят в том, что его осуществление не требует официального утверждения полномочий. Он основывается не на должном положении человека, а на его моральном сознании. Каждый человек, имеющий моральное сознание, может быть субъектом социального контроля, т. е. способным оценивать поступки окружающих и свои собственные поступки. Каждый поступок, совершенный в коллективе (кража, обман, предательство и пр.) является объектом неформального контроля -

критики, осуждения, презрения. В зависимости от степени, в которой он затрагивает интересы коллектива, к человеку могут быть применены и институционализированные механизмы, административные санкции (увольнение с работы, предание суду и др.). Сфера неформального контроля гораздо шире. Под его воздействие попадают не только совершенные действия, поступки, но и намерения совершить аморальные действия и поступки. Важнейшими психологическими механизмами неформального психологического контроля являются чувство стыда, совесть, общественное мнение. Они определяют эффективность всякого внешнего воздействия на личность. В них и посредством их наиболее ярко выражается взаимодействие внешних и внутренних регуляторов, взаимодействие морали и социальной психологии личности.

Саморегуляция социального поведения личности

Высшим регулятором социального поведения является сама личность как совокупность всех психических процессов, свойств и состояний. Об этом речь шла выше. Кроме того, в процесс саморегуляции личность включается своими специфическими процессами и свойствами. Этими феноменами являются прежде всего мотивационные процессы, сознание и самосознание личности. Осознание внешних воздействий позволяет личности использовать их как критерии, эталоны, меры, масштабы собственного поведения. В процессе осознания социальных воздействий личность вырабатывает отношение к себе и другим, оценивает и формирует отношение к своему поведению и поведению других членов общности и группы, к партнерам в непосредственном, контактном и опосредованном взаимодействии. Познание себя и отношение к себе как объекту и субъекту социального воздействия и социального поведения осуществляется в самосознании личности. Интересные исследования самосознания проведены И.И. Чесноковой, С.Я. Якобсон, П.М. Якобсоном. В самосознании заключено знание человеком самого себя и отношение его к себе: к своим потребностям, влечениям, мотивам поведения, переживаниям и мыслям. Элементом самосознания является самооценка, в которой заключается отношение к своим возможностям, оценка целесообразности своих действий и поступков, своих способностей и нравственных качеств.

В понимании самосознания как регулятора социального поведения необходимо различать разные виды общественно детерминированного самосознания: гражданского, национального, общественного, профессионального, этнического. Эти виды самосознания выступают для

личности как социально-психологические феномены, регулирующие ее поведение.

Общественное знание и отношение личности к самой себе содержится в Я-образе, Я-концепции. Эти конструкты включают в себя представление о своей индивидуальности, идентичности; определенное единство интересов, склонностей, ценностных ориентации; определенную самооценку и самоуважение: переживание себя как субъекта деятельности. «Я-концепция» во всех ее составных элементах (настоящее Я, идеальное Я, представляемое Я) регулирует реальное, планируемое, идеальное социальное поведение личности. Самым действенным личностным феноменом саморегуляции поведения являются Нравственные категории стыда и совести. В этих феноменах проявляется способность человека оценивать себя с точки зрения общества. Они выражают способность человека быть субъектом и объектом самооценки, способность самореализации, общественного осуждения или одобрения. Совесть человека - это такое его качество, которое дает ему возможность сравнивать свое поведение с установленными в обществе нравственными нормами, позволяет личности вершить «суд над самой собой», внутри себя, вне очевидной общественной оценки.

Чувство стыда отличается от совести тем, что имеет более выраженный внешний характер: человек оценивает сам себя в соответствии с критериями окружающих его людей. Чувство стыда - это один из самых сложных аппаратов, регулирующих поступки человека в общественной среде, механизмов саморегуляции социального поведения личности. Это один из самых психологичных механизмов саморегуляции. «Стыд, - писал Б.Ф. Поршнев, - отнимает у личности ее социальный авторитет, он обращает на нее негативизм, ставит ее в известной мере вне данной общности. Этические нормы общества только тогда станут в полной мере психологией человека, когда нарушение этих норм будет вызывать искреннюю реакцию обиды. Мало, если человек сознает недопустимость и наказуемость воровства. Надо, чтобы ему было неодолимо стыдно, если его назовут вором. В свою очередь, «пристыдить» - сильное средство общественного воспитания» (Поршнев, 1968, с. 191) - В качестве механизмов саморегуляции, кроме действия моральных качеств личности выступают: самооценка, самоотчет, самоконтроль, самовнушение, самоанализ, самопоощрение, психологическая защита, катарсис, планирование и прогнозирование собственного поведения, жизненные планы личности, жизненный смысл, внутренний локус контроля, самоопределение личности.

Саморегуляция поведения формируется в процессе жизнедеятельности личности, в постоянном взаимодействии и

взаимоотношениях со средой, в процессе совместной деятельности и общении с другими людьми. Наряду с общими сферами формирования и развития личности - обучением, образованием, общественно-исторической практикой - в процесс формирования механизмов саморегуляции социального поведения включаются самовоспитание, саморегуляция, самообразование, самосовершенствование, самоопределение личности, ее социализация.

Обобщенная характеристика социального поведения заключается в том, что это - система социально обусловленных языком и другими знаково-смысловыми образованиями действий, посредством которых личность или социальная группа участвует в общественных отношениях, взаимодействует с социальной средой. В социальное поведение включаются действия человека по отношению к обществу, другим людям и предметному миру. Эти действия регулируются общественными нормами нравственности и права. Субъектом социального поведения выступает личность и социальная группа.

Цель социального поведения личности состоит в конечном итоге в преобразовании окружающей действительности, осуществлении социальных изменений в обществе, социально-психологических феноменов в группе, личностных преобразований самого человека.

Результатом социального поведения являются, в широком смысле слова, формирование и развитие взаимодействий и взаимоотношений личности с другими людьми. В достижении этих результатов исключительная роль принадлежит общению.

Поведение личности включается в широкую систему социальной регуляции. По принадлежности к субъектам регуляции можно выделить общественные, социально-психологические и личностные факторы регуляции.

Кроме того, разделение может идти и по параметру объективного (внешнего) - субъективного (внутреннего). В действительности между объективными (внешними) и субъективными (внутренними) регуляторами существует постоянная взаимосвязь.

Внешние регуляторы выступают как внешние причины социального поведения личности, а внутренние регуляторы выполняют функцию той призмы, через грани которой преломляется действие этих внешних детерминант. Усвоение человеком выработанных норм наиболее эффективно в том случае, когда эти нормы включаются в сложный внутренний мир личности как его органический компонент. Однако человек не только усваивает внешне заданные, но и вырабатывает личностные нормы.

В диалектике внешних и внутренних детерминант личность выступает в своем единстве как объект и субъект социальной регуляции поведения. Высшим регулятором социального поведения является сама личность как совокупность всех психических процессов, свойств и состояний.

Познание себя и отношение к себе как объект и субъекту социального воздействия и социального поведения осуществляется в самосознании личности.

Литература:

1. Абульханова - Славская, К.А. Деятельность и психология личности. / К.А. Абульханова-Славская. М.:Наука, 2003.-512 с.;
2. Андреева, Г.М. Психология социального познания./Г.М. Андреева. - М.:Аспект Пресс, 1999.-544 с.;
3. Андреева, Г.М. Социальная психология./ Г.М. Андреева. - М: Международная педагогическая академия, 2009. - 463 с.;
4. Бобнева, М.И. Социальные нормы и регуляция поведения./М.И. Бобнева. - М.: Наука, 1998. - 286 с.;
5. Кон, И.С. Социология личности./ И.С. Кон. - М.: Аспект Пресс, 1999.-314 с.;
6. Рубинштейн, С.Л. Методологические проблемы социальной психологии. / С.Л. Рубинштейн. - СПб: Питер 2002. - 720 с.;
7. Андреева, Г.М., Богомолова, Н.Н., Петровская, Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учебное пособие для вузов/ Г.М. Андреева, Н.Н. Богомолова, Л.А. Петровская. - М.: Аспект Пресс, 2008. - 286 с.;
8. Торндайк, Э. Принципы обучения, основанные на психологии./ Э. Торндайк. - М.:Издательский центр «Академия», 2003. - 258 с.;

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1. Активность как предмет исследования.

Основные понятия: методология, активность, единицы активности, типология активности.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Понятие активности. Произвольная и непроизвольная активность.
2. Единицы активности. Нормативность и индивидуальность активности.
3. Типология активности.

Литература

1. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
2. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
3. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
4. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
5. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
6. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
7. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.
8. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

Занятие 2. Психологические механизмы активности.

Основные понятия: адаптация, деятельность, регуляция деятельности, личностная активность.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Характеристика психологических механизмов активности.
2. Виды психологических механизмов. Адаптационный механизм. Механизм спонтанной активности.
3. Механизмы регуляции деятельности: локус контроля, идентификация, динамическое равновесие.
4. Факторы, определяющие активность личности.

Темы для докладов:

1. Сущность концепции Дж. Роттера о локализации контроля личности.

2. Социально-психологическая адаптация как психологический механизм активности.

3. Теория реверсивной человеческой активности.

Литература

1. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
2. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
3. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
4. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
5. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
6. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
7. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
8. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
9. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
10. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
11. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
12. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.
13. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

Занятие 3. Деятельность как форма активности личности.

Основные понятия: деятельность, виды деятельности, действие, проблемная ситуация.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Понятие деятельности. Виды деятельности.
2. Действия как акт деятельности.
3. Параметры личностной детерминации действия.
4. Различия в поведении в зависимости от типа проблемных ситуаций.

Темы для докладов:

1. Проблема деятельности в психологии на современном этапе развития науки.

2. Игра как вид активности личности.
3. Параметры личностной детерминации действия.

Литература

1. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность /А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004.– 352 с.
2. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
3. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
5. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
6. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
7. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
8. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
9. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
10. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
11. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.
12. Харитонов, С.В. Потребность психической активности: анализ и деление понятия . – СПб.: Сфера, 1994. – 30 с.

Занятие 4. Индивид и ситуация.

Основные понятия: индивид, действие, ситуация, поведение.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Индивид и ситуация: локализация причинности поведения.
2. Взаимодействие индивида с ситуацией.
3. Взаимодействие как процесс взаимовлияния.
4. Поведение: ситуация и действие.

Темы для докладов:

1. Индивид и ситуация: локализация причинности поведения.
2. Взаимодействие индивида и ситуации.

Литература

1. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность /А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004.– 352 с.

2. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
4. Рябоконь, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконь. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
5. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
6. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
7. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
8. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
9. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
10. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.

Занятие 5. Рефлексия как форма активности личности.

Основные понятия: личность, рефлексия, уровни рефлексии.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Понятие рефлексии и ее сущность.
2. Виды и уровни рефлексии.
3. Рефлексивный механизм и его этапы.

Темы для докладов:

1. Сущность механизма рефлексии и его этапы.
2. Комплексупражнений на развитие рефлексии (Коновалова А.Н.).

Упражнения на развитие рефлексии (проводятся под руководством преподавателя):

1. Автопортрет

Цель упражнения – формирование умений распознавания незна-комой личности; развитие навыков описания других людей по различным признакам.

Представьте себе, что вам предстоит встреча с незнакомым че-ловеком и нужно, чтобы он узнал вас. Опишите себя. Найдите такие признаки, которые выделяют вас из толпы. Опишите свой внешний вид, походку, манеру говорить, одеваться; может быть вам присущи обращающие на себя внимание жесты.

Работа происходит в парах. В процессе выступления одного из партнеров другой может задавать уточняющие вопросы, для того, чтобы «автопортрет» был более полным. На обсуждение в парах отводится 15-20 минут. По окончанию задания участники садятся в круг и делятся

впечатлениями.

2. Без маски

Цель упражнения – снятие эмоциональной и поведенческой закрепленности; формирование навыков искренних высказываний для анализа сущности «я».

Каждому участнику дается карточка с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки он должен продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним. Если остальные члены группы почувствуют фальш, участнику придется брать еще одну карточку. Примерное содержание карточек:

- Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня...
- Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это ...
- Иногда люди не понимают меня, потому что я ...
- Верю, что я ...
- Мне бывает стыдно, когда я ...
- Особенно меня раздражает, что я ...

3. Да

Цель упражнения – совершенствование навыков эмпатии и рефлексии.

Группа разбивается на пары. Один из участников говорит фразу, выражающую его состояние, настроение или ощущение. Второй, прослушав фразу, должен задавать ему вопросы, чтобы уточнить и выяснить детали. Например, «странно, но я заметила за собой, что, когда нахожусь в таком состоянии, то цвет моей одежды примерно одинаков». Упражнение считается выполненным, если в ответ на расспросы участник получает три утвердительных ответа – «да».

4. Качества

Цель упражнения – способствовать выработке у участников более объективной самооценки.

Каждый должен написать 10 положительных и 10 отрицательных своих качеств, затем проранжировать их. Следует обратить внимание на первые и последние качества.

Три имени

Цель упражнения развитие саморефлексии; формирование установки на самопознание.

Каждому участнику выдается по три карточки. На карточках нужно написать три варианта своего имени (например, как вас называют родственники, сослуживцы и близкие друзья). Затем каждый член группы представляется, используя эти имена и описывая ту сторону своего характера, которая соответствует этому имени, а может быть послужила причиной возникновения этого имени.

Литература

1. Гримак, Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1989. – 319 с.

2. Колесов, Д.В. Поведение: физиология, психология, этика: учебное пособие / Д.В. Колесов. – М.: МПСИ, 2006. – 696 с.
3. Коптева, С.И. Познай себя: актуальные проблемы психологии самосознания: учебно-методическое пособие / С.И. Коптева, А.П. Лобанов. – Минск: ООО «ФуАинформ», 2002. – 108 с.
4. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
5. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
7. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
8. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
9. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
10. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
11. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.

Занятие 6. Поведение как форма активности личности.

Основные понятия: личность, поведение, привычки.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Сущность поведения.
2. Нейропсихические элементы поведения.
3. Базисные факторы в поведении.
4. Привычки и поведение. Дефекты поведения.

Темы для докладов:

1. Нейропсихические элементы поведения.
2. Базисные факторы поведения.
3. Привычка как явление психики.
4. Дефекты поведения: сущность и общая характеристика.

Литература

1. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
2. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
4. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.

5. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
6. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
7. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
8. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
9. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
10. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.

Занятие 7. Поведение в психоанализе.

Основные понятия: психодинамическая теория личности, инстинкты, влечения, поведение.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Понятие поведения в психоанализе.
2. Влечения как движущая сила поведения.
3. Характеристики влечений.
4. Закономерности проявлений влечений.

Литература

1. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
2. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
3. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
5. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
6. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
7. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
8. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
9. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.

10. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
11. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.
12. Харитонов, С.В. Потребность психической активности: анализ и деление понятия. – СПб.: Сфера, 1994. – 30 с.

Занятие 8. Теория поля К. Левина.

Основные понятия: теория поля, поведение, квазипотребности.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия теории поля.
2. Уравнение поведения.
3. Схема психологического изучения человеческого поведения.

Темы для докладов:

1. Основные положения теории поля К. Левина.
2. Модель личности.
3. Модель окружения.
4. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля.

Литература

1. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
2. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
4. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
5. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
7. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
8. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
9. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
10. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.

11. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
12. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.
13. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учебно-методическое пособие. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.

Занятие 9. Модель личности. Модель окружения.

Основные понятия: границы, валентность.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Понятия области, границы, напряженной системы.
2. Тенденция к уравниванию. Понятие валентности.
3. Модель окружения. Детерминация поведения.
4. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля.

Литература

1. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
2. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
4. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
5. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
7. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
8. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
9. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. Селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
10. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
11. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
12. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 10. Теория классического (респондентного) обусловливания.

Основные понятия: обусловливание, респондентное обусловливание.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Принципы классического обусловливания.
2. Элементы респондентного обусловливания.

Темы для докладов:

1. Сущность классического обусловливания.
2. Анализ поведения с позиции классического бихевиоризма.
3. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории классического обусловливания
4. Поведенческая терапия: реализация ее на практике.

Литература

1. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
2. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
4. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
5. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
6. Рябоконе, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконе. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
7. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
8. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
9. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
10. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 11. Теории оперантного обусловливания.

Основные понятия: оперантное обусловливание, стимул, подкрепление.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Оперантное обусловливание. Процесс оперантного обусловливания.
2. Типы подкреплений. Генерализация и различение стимулов.
3. Режимы подкрепления. Виды подкрепления.
4. Контроль поведения посредством аверсивных стимулов.

Темы для докладов:

1. Сущность оперантного обусловливания.
2. Суть подкреплений в теории оперантного обусловливания.

Решение учебных задач:

Задача 1. Виды подкреплений

Условия задачи: Приведите примеры разрешения ситуаций, используя все виды подкреплений: предъявление положительного стимула, удаление авersiveного стимула, предъявление авersiveного стимула, удаление положительного стимула.

Ситуация 1. Магазин. Ребенок капризничает и требует у матери игрушку...

А)... Б)... В)... Г)...

Ситуация 2. Офис. Сотрудник некачественно выполнил работу...

Ситуация 3. Институт. Студент не подготовился к занятию...

Ситуация 4. Дом. Сын-подросток отказывается помочь матери с уборкой...

Задача 2.

Условия задачи: Приведите примеры из жизни, где использовались 4 режима подкрепления: с постоянным соотношением (Пс), с постоянным интервалом (ПИ), с вариативным соотношением (Вс), с вариативным интервалом (ВИ).

А)... Б)... В)... Г)...

Какой из режимов подкреплений наиболее эффективен, на Ваш взгляд? Почему?

Задача 3.

Условия задачи: Восстановите в памяти события дня и проанализируйте подкрепления каких видов и режимов использовались в отношении Вас. Приведите пример некоторых из них.

Литература

1. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
2. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
4. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
5. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
6. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
7. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
8. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г.

Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.

9. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.

10. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 12. Социально-когнитивная теория поведения.

Основные понятия: детерминизм, прогнозирование, саморегуляция, поведение.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Модель взаимного детерминизма.
2. Предвидение последствия.
3. Саморегуляция и познание в поведении.

Литература

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.

2. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.

3. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.

4. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.

5. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.

6. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.

7. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.

8. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.

9. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.

10. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.

11. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 13. Научение через моделирование.

Основные понятия: наблюдение, научение, подкрепление, самонаблюдение, самооценка.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Основные процессы научения через наблюдение.
2. Подкрепление в научении через наблюдение.
3. Косвенное обусловливание.
4. Самоподкрепление: самонаблюдение, самооценка, самоответ.

Литература

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
3. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
4. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
5. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
6. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
7. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
8. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
9. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
10. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
11. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 14. Бихевиоризм и проблема поведения.

Основные понятия: поведение, стимул, реакция, бихевиоризм.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Центральная тема бихевиоризма. Положения, теории
2. Сущность бихевиоризма. Основная задача.

Литература

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Карелин А.А. Бихевиоризм: учебное пособие / под ред. А.А. Карелина. – М.: АСТ, 1998. – 701 с.
3. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.

4. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
5. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
6. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
7. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
8. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
9. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
10. Сеченов, И.М. Психология поведения / под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1995. – 320 с.
11. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
12. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 15. Социально-когнитивная теория Бандуры.

Основные понятия: научение, поведение, поступок, личность.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Понятие научения в теории. Детерминанты регуляции поведения.
2. Косвенное подкрепление и самоподкрепление. Саморегуляция, самоконтроль, самооэффективность.
3. Поступки позитивные, поступки негативные.
4. Неадаптивное поведение. Адекватное поведение. Понятие самооэффективности личности.

Литература

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Карелин А.А. Бихевиоризм: учебное пособие / под ред. А.А. Карелина. – М.: АСТ, 1998. – 701 с.
3. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
4. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
5. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
6. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.

7. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
8. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
9. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
10. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
11. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 16. Когнитивная теория Р. Солсо.

Основные понятия: когнитивная психология, интеллект.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Когнитивные характеристики. Модель когнитивной психологии. Сфера когнитивной психологии.
2. Основные направления исследований в когнитивной психологии.
3. Интеллект: человеческий, искусственный.
4. Возрождение когнитивной психологии.

Литература

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Карелин А.А. Бихевиоризм: учебное пособие / под ред. А.А. Карелина. – М.: АСТ, 1998. – 701 с.
3. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
4. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
5. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
6. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
7. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
8. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
9. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
10. Солсо Р. Когнитивная психология/ Р. Солсо. – 6-е изд. – СПб.: Питер, 2006. – 589 с.
11. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.

12. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

Занятие 17. Социальное поведение.

Основные понятия: социум, личность, поведение, поступок, регуляция поведения.

Основные вопросы для обсуждения:

1. Сфера социального поведения.
2. Поведенческий акт, действие, поступок, деяние.
3. Целостное, целенаправленное поведение. Виды социального поведения.
4. Социальная регуляция поведения личности. Внешние факторы регуляции поведения. Внутренние регуляторы поведения.
5. Динамика внешней и внутренней регуляции поведения. Механизмы социальной регуляции поведения.

Литература

1. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – Новосибирск, 1996.
2. Карелин А.А. Бихевиоризм: учебное пособие / под ред. А.А. Карелина. – М.: АСТ, 1998. – 701 с.
3. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 420 с.
4. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
5. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 352 с.
6. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
7. Петровский, В.А. К психологии активности личности // Вопросы психологии. – 1975.- № 3. – С. 26-38.
8. Рябоконт, Н.В. Саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябоконт. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
9. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 1996. – 280 с.
10. Солсо Р. Когнитивная психология/ Р. Солсо. – 6-е изд. – СПб.: Питер, 2006. – 589 с.
11. Фернхем, А.. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хеймен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
12. Фурманов, И.А. Психологические основы поведения: Курс лекций / И.А. Фурманов. – Минск, 2002. – 93 с.

ТЕМЫ ДЛЯ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

1. Индийская традиция и йога как метод самосовершенствования.
2. Дзен и традиции буддизма в самопознании и саморегуляции.
3. Суфизм и исламская традиция с точки зрения психологии активности и поведения.
4. Психологические воззрения древней Руси.
5. Воззрения античных философов в рамках психологии активности и поведения.
6. Представления западноевропейских философов об активности психики.
7. Аутотренинг как метод саморегуляции индивида.
8. Исследования в сфере познавательной активности.
9. Исследования в сфере коммуникативной активности.
10. Исследования в сфере творческой активности.
11. Надситуативная активность в исследованиях В.А. Петровского. 12. Психологические механизмы активности.
13. Защитные механизмы личности: современный взгляд.
14. Адаптация как психологический механизм.
15. Локализация субъективного контроля: концепция Дж. Роттера. 16. Полиграф как метод изучения активности и поведения.
17. Проективные методы изучения поведения.
18. Деятельностный подход к изучению личности.
19. Игра как вид активности индивида.
20. Паралингвистические средства общения.
21. Рефлексия как форма активности личности.
22. Поведение как предмет исследования в психологии.
23. Дефекты поведения.
24. Психоаналитическая концепция оговорок.
25. Концепция респондентного обусловливания.
26. теория оперантного обусловливания.
27. Подкрепления в теориях научения.
28. Теория поля К. Левина: преимущества и недостатки.
29. Концепция научения А. Бандуры: научение через моделирование.
30. Самоподкрепление: самонаблюдение, самооценка, самоответ.

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы студентов

Предлагаемые студентам задания направлены на теоретическое и эмпирическое освоение различных аспектов деятельности профессионального психолога. Эти задания соответствуют следующим критериям:

- стимулируют внутреннюю учебную мотивацию;
- формируют умения самостоятельного поиска литературных источников;
- развивают самостоятельность и критичность мышления будущих психологов;
- способствуют развитию творческих способностей студентов.

Перечень рекомендуемых средств диагностики результатов учебной деятельности

1. Выполнение заданий (индивидуальных и групповых) для аудиторной работы студентов при проведении практических занятий.
2. Выполнение творческих заданий для самостоятельной работы студентов.
3. Устный опрос.
4. Письменный опрос.
5. Подготовка рефератов и сообщений.
6. Аннотирование литературы по проблеме.
7. Предварительная аттестация.
8. Тест.
9. Экзамен.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Психология активности и поведения»

1. Проблема активности в психологии поведения. Соотношение понятий «активность» и «поведение»
2. Виды и формы активности
3. Действия и навыки как единицы активности
4. Нормативность и индивидуальность действий
5. Сферы и направления исследования активности
6. Психологические механизмы активности. Виды и характеристика
7. Механизмы регуляции деятельности: локус контроля, идентификация, динамическое равновесие
8. Деятельность как форма активности. Виды деятельности
9. Характеристика параметров личностной детерминации поведения
10. Личностные и ситуативные детерминанты поведения. Закономерности и взаимосвязь детерминант
11. Межиндивидуальные и интраиндивидуальные различия в поведении
12. Теория поведения Э.Торндайка
13. Взаимодействие как процесс взаимовлияния
14. Характеристика поведения: ситуация и действие
15. Общение как сфера активности личности. Функции, средства, техники общения
16. Русская рефлексология: И.М.Сеченов, И.Павлов, В.Бехтерев
17. Рефлексия как форма активности личности. Сущность и понятие рефлексии
18. Значение научной деятельности Д.Уотсона
19. Характеристика поведения. Ситуация и действие
20. Сущность поведения. Привычки и поведение
21. Проблема поведения в психоанализе. Теория мотивации поведения З.Фрейда
22. Влечение как движущая сила поведения
23. К.Юнг и проблема «когнитивного бессознательного»
24. Концепция поведения Б.Скиннера
25. Группы ошибочных действий в теории психоанализа. Причины возникновения
26. Проблема поведения в теории поля К.Левина. Основные понятия
27. Модель личности в теории поля К.Левина
28. Виды и классификация потребностей теории поля
29. Экспериментальные работы, выполненные в рамках теории поля К.Левина
30. Замещающие действия. Механизм возникновения.
31. Сила валентности и психологическое расстояние
32. Проблема поведения в теории научения

33. Теория классического (рефлексивного) обусловливания. Принципы классического обусловливания
34. Феномены оперантного обусловливания. Процессы обусловливания
35. Типы подкреплений в теории оперантного обусловливания, их режимы
36. Генерализация и различение стимулов
37. Виды подкреплений. Контроль поведения посредством авersiveных стимулов
38. Социально-когнитивная теория подкрепления
39. Саморегуляция и познание в теории подкрепления
40. Модель взаимного детерминизма
41. Научение через моделирование
42. Основные процессы научения через наблюдение
43. Косвенное обусловливание. Самонаблюдение, самооценка, самоответ
44. А.Адлер и теория компенсации и сверхкомпенсации
45. Бихевиоризм: базовая психологическая концепция
46. Центральная тема бихевиоризма. Сущность и основные задачи бихевиористов
47. Самоподкрепление: самонаблюдение, самооценка, самоответ
48. Когнитивный бихевиоризм Э.Толмена
49. Социальный бихевиоризм. Главные категории и детерминанты поведения личности
50. Социально-когнитивная теория Бандуры. Понятие научения
51. Понятие самоэффективной личности.
52. Детерминанты регуляции поведения: саморегуляция, самоконтроль, самоэффективность
53. Различия в поведении в зависимости от типа проблемных областей
54. Организация поведения в рамках поведенческих стратегий
55. Феномен лидерства: классическая трактовка, сущность, категориальный аппарат
56. Когнитивная теория Р. Солсо. модель когнитивной теории
57. Основные направления исследований в когнитивной психологии. Возрождение когнитивной психологии
58. Социальное поведение. Сферы поведения и виды
59. Социальная регуляция поведения личности. Внешние и внутренние регуляторы поведения
60. Роль новых технологий в формировании активности и поведения человека
61. Модель взаимного детерминизма.
62. Модель когнитивной теории. Сфера, основные направления исследования.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ СТУДЕНТОВ

Психология активного поведения.

Бихевиаризм и проблема поведения.

1. «Отец» бихевиаризма..... (Дж. Уотсон)
2. Бихевиаризм стали называть психологией.....(без психики)
3. Бихевиаристы взамен физиологических аппаратов изобретают.....(типы лабиринтов и «проблемные ящики»)
4. Центральной темой бихевиаризма стала тема.....(научения)
5. Исключив.....(сознание) бихевиоризм оказался односторонним направлением
6. Научный аппарат психологии по этому учению, является категория.....(действия)
7. Центральной темой бихевиоризма стала тема.....(научения)
8. Основа бихевиоризма -(закон научения)
9. Формула бихевиоризма - («стимул – реакция») служит опорой психологии
10. По Эдварду Толмену формула поведения состоит из (3) членов и выглядит следующим образом:(стимул – промежуточная переменная – реакция)
11. Среднее звено(промежуточная переменная) – это психические моменты.....(ожидания, установки, знания)
12. Положение о том, что психические образы служат регулятором действия, было основано(гештальт – теорией)
13. Теория Толмена называется..... (когнитивным бихевиоризмом)
14. Вариант небихевиоризма принадлежит(Кларку Холлу)
15. Кларк Холл ввел среднее звено (стимул-реакция), а именно.....(потребность организма)
16. По определению Бурхуса Скиннера условный рефлекс – это.....(оперантная реакция)
17. По Павлову, новая реакция вырабатывалась в ответ на условный сигнал при его подкреплении, по Скиннеру, организм сначала производит движение, затем получает.....(подкрепление)
18. Скиннер разработал концепцию.....(программированного обучения)
19. Сверхзадача для бихевиористского движения -(открыть общие законы построения поведения)
20. Вопрос(человек или робот) задавали противники бихевиаристам
21. Бихевиаристы устраняли(сознание) как внутренний регулятор поведения
22. Утопичность учения обнаруживается в концепции.....(Скиннера)
23. В модели Скиннера нет места деятельности.....(нервной системы, психическим функциям)
24. Поведение по теории бихевиористов – это совокупность реакций организма, обусловленных его общением со(стимулами среды), к которой он адаптируется

Психология активного поведения

Теория поля

1. Теория поля – это оригинальная теория в объяснении..... (человеческого поведения)
2. Согласно теории, протекание действий сводится к совокупности.....(условий существующего поля)
3. Понятие поля охватывает факторы.....(внешней и внутренней среды)
4. Согласно Левину (в рамках теории поля) анализ поведения основывается(общей ситуации)
5. Основными компонентами причинно-следственного анализа являются не раздражители (как у бихевиористов), а(воспринимаемые, отраженные субъектом особенности окружения)
6. В основе всякого поведения лежат.....(потребности)
7. Одинаковое поведение не обязательно связано с одинаковыми причинами. Поэтому появилась необходимость выработать(общие понятия) и использовать их как конструктивные элементы
8. На поведение влияет то, что действует.....(здесь и сейчас), т.к. будущее и прошлое не может определять поведение в настоящий момент
9. В модели психологического объяснения поведения Левин отказался от классификации внешних характеристик и утвердил.....(галилеевский метод)
10. Суть галилеевского метода- осуществление анализа условий протекания явлений и сведение их к(объяснительным конструктам)
11. Уравнение поведения по Левину: поведение (В)..... (есть функция личностных факторов(Р) и факторов окружения (Е) $V = \Phi(P, E)$)
12. Жизненное пространство – это(личность + среда в которой они находятся)
13. Основополагающая идея теории поля Левина состоит в том, что человеческое поведение интерпретируется как(результат взаимодействия между личностью и ситуацией, в которой она находится)
14. На передний план теории выдвигается.....(фактор взаимодействия личности со средой, которая в данный момент находится во взаимодействии)
15. Подход Левина представляет альтернативу: с одной стороны - односторонний психоаналитический подход, где основной упор делается на личностные качества человека, с другой стороны -(бихевиористский подход – внешняя среда)
16. Внутри поля возникает определенное напряжение между(аспектами личности и объектами внешней среды)
17. Левин построил модель конфликта: либо 2 привлекательные альтернативы, либо две отрицательные альтернативы,.....(либо одна +, другая -)
18. Коллега Левина – Блюма Зейгарник описала явление.....(эффект Зейгарника)
19. Уильям Джеймс совместно с Левиным проводил в лаборатории эксперименты, связанные с изучением(самооценки)
20. Эксперименты Тамары Дембо связаны с изучением.....(гнева)
21. Предметом научного анализа Левин сделал взаимодействие между.....(индивидом и средой, в которой он находится)
22. Поведение – это.....(взаимодействие личности и ситуации с опорой на качества конкретной жизни, характеризующие черты индивида)

Психология активного поведения

Проблема поведение в психоанализе

1. Психоаналитическая теория основывается на представлении, согласно которому люди являются.....(сложными энергетическими системами)
2. Психоанализ превратил в предмет науки.....(область бессознательного)
3. Автор психоанализа.....(З Фрейд)
4. По Фрейду источником психической энергии является.....(нейрофизиологическое состояние возбуждения)
5. У каждого человека имеется определенное количество энергии, которая питает психическую активность. Цель любой формы поведения состоит в(уменьшении напряжения)
6. Любое влечение по Фрейде имеет 4 характеристики.....(источник, цель, объект, стимул)
7. З.Фрейд перешел от анализа сознания к(анализу скрытых, глубинных слоев психической активности личности)
8. Благодаря Фрейду предметом психологии стала.....(психическая активность личности)
9. В анализе психической активности личности большое значение имело применение.....(гипноза)
10. Выполняя какое-либо действие после гипноза, человек не понимает.....(истинной причины своих действий)
11. То, что скрыто от сознания и организует поведение человека являет(истинной причиной действий личности)
12. Используя методики объяснения поведения: образы, сновидения, ошибки, оговорки, и т. д последователи Фрейда разработали теорию.....(бессознательного)
13. Главной среди факторов, определяющих поведение человека, была признана.....(энергия влечения)
14. Мотивационный ресурс личности определяет.....(либидо)
15. Энергия влечения получила название.....(либидо)
16. З. Фрейд через открытие.....(объективной психодинамики и психоэнергетики) мотивов поведения личности преобразовал понимание предмета психологии.
17. Мотивационные факторы выступают как(объективные регуляторы поведения) независимо от самосознания.
18. Ученики Фрейда.....(Карл Юнг и Адольф Адлер)
19. Психология Юнга -.....(аналитическая)
20. Психология Адлера -.....(индивидуальная)
21. Нововведение Юнга -(понятие о коллективном бессознательном)
22. По Юнгу поведение определяют(архетипы)
23. В сновидениях, фантазиях, галлюцинациях, творениях культуры обнаруживаются.....(архетипы)
24. Юнг разделил человеческие типы на(экстравертов и интровертов)
25. Адлер модифицировал доктрину психоанализа и выделил как фактор развития личности чувство.....(неполноценности) порождаемое телесными дефектами
26. Чтобы добиться превосходства над другими, человек прибегает к(компенсации) и(сверхкомпенсации)
27. В «комплексе неполноценности» скрыт.....(источник активности)
28. Модель личности по Фрейду состоит из компонентов:.....(«оно», «Я», и «сверх-Я»)
29. Слепые иррациональные влечения – это.....(«Оно»)

30. Эго -(«Я»)
31. Уровень моральных норм и запретов -(«сверх-я»)
32. Новые формы поведения формируют защитные механизмы.....(вытеснения – устранение мыслей и чувств в области бессознательного исублимацию - переключение сексуальной энергии на творчество)
33. Психоанализ строится на постулате, согласно которому мотивация основана.....(энергии возбуждения)
34. Работы Жана в качестве психиатра касались болезни личности , возникающих.....(из-за падения «психического напряжения»)
35. Принцип человеческого поведения по Жане.....(общение как сотрудничество)
36. В процессе сотрудничества происходит разделение актов.....(один руководит, другой - подчиняется)
37. Главный механизм возникновения внутриспсихических процессов это -(интериоризация)
38. Фрейд утверждал, что любая активность человека(ППП: память, внимание, мышление, воображение) определяются(влечением)
39. Индивидуализация – это причинный анализ, это социальные акты и отношения в которых существует индивид, а значит строится его.....(личный план поведения)
40. В психологии в качестве неперенного «измерения» появляется.....(социальность)
41. Психоанализ является примером психодинамической теории, т.к. решающую роль в поведении человека отводят.....(взаимодействию сил)
42. Согласно психоаналитической теории поведение -(результат борьбы и компромиссов между мотивами, потребностями, влечением и конфликтами)

Психология активного поведения

Теория научения

1. Представители теории научения -(Павлов, Торндайк, Скиннер, Бандура)
2. Павлов и его концепция.....(классического обусловливания) считается главным способом, посредством которого усваивается информация об окружающей среде, которая воздействует на нас.
3. Торндайк и его закон(эффекта), был выведен на основании исследования действия кошек и их метода проб и ошибок
4. Основываясь на принципах Павлова и Торндайка представители классической теории научения изучали.....(инструментальное) поведение и широко использовали операциональные определения паттернов(невидимого) поведения
5. Скиннер и его(оперантное) научение выведено из закона эффекта Торндайка
6. Бандура и другие теоретики(социального) научения изучают воздействие наблюдения и имитации на развитие и поведение
7. Современные бихевиористы и другие ученые часто предпочитают изучать.....(невидимое) поведение, но при соблюдении требования, чтобы оно подлежало верификации в виде очевидного поведения
8. В теории когнитивного развития Пиаже дети являются активными учениками, конструирующими знание в виде схем посредством процессов.....(ассимиляции и аккомодации)
9. В теории Пиаже существует 4 стадии.....(сенсомоторная, дооперациональная, стадия конкретных операций и стадия формальных операций)
10. В теории связей Торндайка рассматривается сознание как.....(систему связей, объединяющую идеи ассоциации)
11. В качестве 2-х основных законов научения Торндайк предложил(закон упражнения и закон эффекта)
12. Чем чаще повторяется действие, тем глубже оно отпечатывается в сознании – гласит закон.....(упражнений)
13. Связи в сознании устанавливаются более успешно, если реакция на стимул сопровождается поощрением – гласит закон.....(эффекта)
14. Для описания значимых ассоциаций Торндайк использовал термин.....(принадлежность)
15. Этот закон гласит: связи устанавливаются легче, когда объекты.....(принадлежат друг другу, т.е. взаимосвязаны)
16. Торндайк сформулировал концепцию.....(«распространенного эффекта»)
17. Научение одному виду деятельности может препятствовать овладению другим – это(проактивное торможение)
18. Вновь освоенный материал способен разрушить что-то уже выученное -(реактивное торможение)
19. Эти два вида торможения.....(проактивное и ретроактивное) являются предметом теории интерференции при тзапоминании
20. Павлов проведя серию опытов на собаках, продемонстрировал(механизм условного рефлекса)
21. Выделение слюны у собаки при виде пищи – это.....(безусловный) рефлекс, а выделение слюны по звонку – это.....(условный) рефлекс
22. Открытие Павлова, названное.....(классическим обусловливанием) оставило след в психологии, а выработка условного рефлекса стала синонимом научения.

23. Павлов обнаружил, что некоторые условные рефлексы с одной стороны могут распространяться на смежные области.....(генерализация), с другой стороны, можно выработать способность тонко различать..... (дифференцировать) сходные стимулы
24. Открытие(ориентировочного) рефлекса – заслуга Павлова
25. Скиннер в дополнение к классическому обусловливанию, которое он обозначил как(рефлексное), выделил в дополнение второй тип обусловливания -(оперантное)
26. Оперантное научение имеет в своей основе.....(активные действия, « операции»организма в окружающей среде)
27. Поощрение называется.....(подкреплением), поскольку оно(подкрепляет) желаемое поведение
28. Метод «дискриминационного научения» - это.....последовательные избирательные поощрения отдельных действий, ведущих к желаемому результату
29. Случайно распределенное подкрепление – это.....(подкрепление распределенное случайно.ю не имеющее интервалов)
30. Пропорциональное поощрение -(сильное подкрепление, появляющееся через определенные интервалы)
31. Наказание, в отличие от поощрения, является(отрицательным) подкреплением, и с его помощью нельзя научить новому типу поведения
32. Скиннер стал инициатором(программированного) обучения, разработки обучающих машин и поведенческой терапии
33. Согласно взглядам Хала, научение происходит за счет того, что.....(при каждом ответе возникает подкрепление в виде частичного удовлетворения – редукция потребности)
34. Основной закон Хала – привычка.....(становящаяся сильнее с каждым подкреплением)
35. Человек, индивид не станет осуществлять никаких действий без в отсутствии.....(привычки и потребностей)
36. Без привычки человек не знает как.....(действовать)
37. Без потребности отсутствует.....(мотивация к действию)
38. Эти 2 психодинамических фактора (привычка и потребность) нельзя наблюдать непосредственно, поэтому Халл назвал их(психическими конструктами)
39. Промежуточной переменной между стимулом и реакцией выступают.....(психический конструкт)
40. Теория Толмена называется.....(когнитивной)
41. Толмен считал, что психические процессы, участвующие в научении не ограничиваются связью.....(стимул-реакция)
42. Фундаментальным законом научения Толмен считал овладение.....(знаком-гештальт)
43. Когнитивным представлением, занимающим промежуточное положение между стимулом и реакцией является.....(знак-гештальт)
44. Связь «стимул-реакция» ности механический характер, познание играет посредническую роль, результат имеет вид.....(стимул – познавательная деятельность(знак-гештальт) – реакция)
45. Знаки-гештальты состоят из.....(когнитивных карт, ожиданий и промежуточных переменных)
46. Толмен доказывал свою теорию экспериментами по нахождению подопытными животными.....(нужного места)Толмен в своем учении подчеркнул определяющую роль.....(цели) в поведении, поэтому его система называется(целевым бихевиоризмом)

47. Достоинства теории научения.....(стремление к строгой проверке гипотезы, эксперименту, контролю дополнительных переменных, признание роли ситуативных переменных, параметров среды и систематического изучения, прагматический подход, позволивший создать важные процедуры для изменения поведения)
48. Недостатки теории научения.....(редукционизм, низкая внешняя валидность, большой разрыв между теорией и практикой, поведенческая теория не дает стабильных результатов)
49. Теория научения и теория поведения понятия.....(взаимозаменяемые)
50. Теорию научения называют психологией.....(стимул-реакция)

Психология активного поведения

Социально-когнитивная теория (А.Бандура)

1. Автор социально-когнитивной теории.....(А. Бандура)
2. Ментальный контроль и самоэффективность личности обеспечиваются благодаря взаимодействию и взаимовлиянию.....(среды, поведения, личностных факторов, когнитивных процессов)
3. Среда формирует личность, а личность формирует.....(среду), создавая равновесие между свободой и детерминизмом в социально-когнитивной теории
4. Человеческое поведение , согласно теории усваивается прежде всего путем овладения.....(паттернами поведения)
5. Социальное поведение личности формируется путем(наблюдения за поведением других или на основании примера)
6. В ходе наблюдения личность научаетсяимитировать и моделировать свое поведение)
7. Ориентиром будущего поведения служат.....(вербальные и образные репрезентации)
8. Моделирование опыта влияет на научение через.....(информативную функцию опыта)
9. В рамках теории научение происходит тогда, когда.....(включаются детерминанты регуляции индивидуального поведения)
10. Существуют два вида подкрепления -(косвенное(внешнее) и самоподкрепление)
11. Если поведение выбранной модели награждается, а не наказывается, то его целесообразно.....(имитировать)
12. Самоподкрепление в социально-когнитивной теории означает, что личность.....(награждает себя поощрениями, которые способна контролировать)
13. Важное место в социально-когнитивной теории занимают три понятия.....(саморегуляция, самоконтроль, самоэффективность)
14. Выделяют три компонента саморегуляции поведения.....(самонаблюдение, самооценка и самоответ)
15. Поведение человека регулируется с помощью.....(самонаблюдения), оценивается посредством(самооценки)
16. Поступки, соответствующие внутренним нормам личности, рассматриваются как.....(позитивные), а несоответствующие, как(негативные)
17. Адекватность или неадекватность поведения определяется в социально-когнитивной теории в терминах.....(стандартных норм или ценностей эталонной группы)
18. К поощряющему типу реагирования приводит(позитивная самооценка поведения)
19. К наказывающему типу реагирования приводит -(негативная самооценка поведения)
20. Бандура полагает, что неадаптивное поведение – это результат.....(излишне строгих внутренних норм самооценки)
21. Осознанная способность человека справляться со специфическими и сложными ситуациями и оказывать влияние на эффективность деятельности и функционирования личности в целом подразумевает в социально-когнитивной теории(самоэффективность личности)
22. Высокая самоэффективность, связанная с ожиданием успеха, приводит к(позитивным результатам)
23. Низкая самоэффективность, связанная с ожиданием неудачи приводит(к неудаче ,снижению самоуважения)

24. Развитие самоэффективности личности обеспечивается посредством формирования(когнитивных умений строить свое поведение, приобретать косвенный опыт, осуществлять вербальное самовнушение)
25. Ментальный контроль обеспечивает.....(саморегуляцию поведения)
26. Обоснованное когнитивное средство достижения желаемых паттернов поведения -(ментальный самоконтроль)
27. Социально-когнитивная теория выделяет пять основных программных ступеней процесса самоконтроля:.....(определение формы поведения, на которое необходимо воздействовать, сбор основных данных, разработку программы, выполнение программы, оценку и завершение)
28. Программа самоконтроля в этой теории включает механизмы.....(самоподкрепления, самонаказания и планирования окружения)
29. Представители социально-когнитивной теории провели многочисленные исследования подтверждающие важность.....(научения посредством наблюдения детей за родителями)
30. В социально-когнитивной теории разработана единая концепция управления поведением личности посредством(формирования умений и навыков самоэффективности и самоконтроля)
31. Повышение уровня самоэффективности способствуетизбавлению от специфических и иррациональных страхов и фобий изменению стиля жизни, формированию позитивного поведения, установки в целом)
32. Обоснованное когнитивное средство достижения желаемых паттернов поведения это.....(ментальный самоконтроль)
33. Социально-когнитивную теорию, теорию личности нередко относят к.....(бихевиористским теориям), хотяэта тория предполагает принципиально другое, отличительное представление о личности

Психология активного поведения

Введение в когнитивную психологию (Р.Солсо)

1. 1..Когнитивная психология изучает то.....(как человек получает информацию, перерабатывает ее, хранит в памяти и преобразует)
2. Когнитивная психология охватывает весь диапазон психологических процессов.....(от ощущений до восприятия, внимания, обучения, памяти, формирования понятий, мышления, воображения, языка, эмоций)
3. Компоненты когнитивного процесса объединяются в(когнитивную модель)
4. Способность обнаруживать и интерпретировать сенсорные стимулы-.....(обнаружение сенсорных сигналов)
5. Склонность сосредотачиваться на некоторых сенсорных стимулах и игнорировать остальные -(внимание)
6. Детальное знание физических характеристик окружения -.....(знания)
7. Спсобность абстрагировать некоторые элементы события и объединять элементы в хорошо структурированный план, придающий значение эпизоду -(распознавание образов)
8. Способность извлекать значение из букв и слов -(чтение и переработка информации)
9. Способность сохранять свежие события и объединять их в непрерывную последовательность.....(кратковременная память)
10. Способность формировать образ «когнитивной карты» -(мысленные образы)
11. Понимание каждым участником роли другого -(мышление)
12. Способность использовать «мнемонические трюки» для воспроизведения информации.....(мнемоника и память)
13. Тенденция хранить языковую информацию в общем виде.....(абстрагирование речевых высказываний)
14. Способность решать задачи.....(решение задач)
15. Общая способность к осмыслению действия.....(человеческий интеллект)
16. Понимание, что направление движения можно перешифровать в набор сложных моторных действий
17. Способность быстро извлекать из долговременной памяти конкретную информацию, нужную для применения непосредственно в текущей ситуации -(долговременная память)
18. Способность передавать наблюдаемые события на разговорном языке -(языковая переработка)
19. Знания, что объекты имеют конкретные названия.....(семантическая память)
20. Неспособность действовать совершенным образом.....(забывание и интерференция)
21. Модель, которой пользуются когнитивные психологи.....(модель переработки информации)
22. Основные направления исследований в когнитивной психологии.....(восприятие, распознавание образов, внимание, память, воображение, языковая информация, психология развития, мышление и решение задач, человеческий интеллект, искусственный интеллект)
23. Отрасль психологии, связанных с обнаружением и интерпретацией сенсорных стимулов, называется.....(психологией восприятия)
24. То, что мы ощущаем, видим, слышим, обоняем, чувствуем вкус, почти всегда есть часть сложного паттерна, состоящего из(сенсорных стимулов)
25. Способность к переработке информации очевидно ограничена на двух уровнях -(сенсорном и когнитивном)

26. Неудача бихевиоризма состоит в том, что.....(изучали внешние реакции на стимулы и , соответственно, не могли объяснить разнообразие человеческого поведения)
27. Когнитивные процессы делятся на три части.....(обнаружение стимулов, хранение и переработка информации)
28. Автор трудов по различным проблемам когнитивной психологии, в том числе обобщающих руководств по психологии познания -(Роберт Солсо)

Психология активного поведения

Социальное поведение

1. Поведение – это.....((форма связи, взаимодействия организма с окружающими условиями)
2. Источник поведения -(потребности)
3. Специфика поведения определяется.....(своеобразием социальной среды)
4. Признаками поведения выступают.....(общественная обусловленность, сознательный, активный, созидательный, целеполагающий, произвольный характер)
5. Понятие поведения рассматривается в соотношении с понятиями(активность, деятельность)
6. Социальное поведение является.....(интегральной и доминирующей формой поведения)
7. Система социально-обусловленных языком и другими знаково-смысловыми образованиями действий, посредством которых личность или социальная группа участвует в общественных отношениях, взаимодействует с социальной средой – это.....(характеристика социального поведения)
8. Субъектом социального поведения выступает(личность и социальная группа)
9. Поведение имеет свою структуру, а именно.....(поведенческий акт, действие, поступок, деяние)
10. Поведенческий акт представляет собой(единичное проявление какой-либо д-ти, ее элемент)
11. Поступок это.....(действие личности, социальное значение которого ей самой понятно).
12. Цель социального поведения.....(в конечном итоге в преобразовании окружающей действительности).
13. Виды социального поведения в соответствии с социальной структурой общества.....(классовое, поведение социальных слоев, этническое, социально-профессиональное, полоролевое, гендерное, семейное, репродуктивное).
14. По субъекту социального поведения различают.....(общественное поведение, массовое, классовое, групповое, коллективное, кооперативное индивидуальное, этническое и др.)
15. В качестве основания деления видов поведения существуют признак. А именно.....(параметр «активность – пассивность личности», способ выражения, время существования).
16. Регуляторами поведения личности являются....(«мир вещей», «мир людей», «мир идей»).
17. Внешние факторы регуляции поведения... (общественное производство, социальное движение, общественное мнение, интересы, настроения, сознание, социально-экономическая ситуация).
18. Внутренние регуляторы поведения....(когнитивные процессы, устная и письменная речь, внутренняя речь и психические процессы – инсайт, интуиция, суждения, умозаключения, решение задач).
19. Завершающий этап социальной регуляции поведения – это(волевые процессы – желание, стремление, принятие решения, совершение поступка).
20. Механизмы социального регулирования поведения делятся на ... (институциональные и неинституциональные).
21. Элементы системы социального контроля.....(технологический, институциональный, моральный).
22. Высший регулятор социального поведения (является личность).
23. В процесс саморегуляции личность включает специфические процессы и свойства. А именно.....(мотивация, самосознание, сознание).

24. Саморегуляция поведения формируется в процессе.....(жизнедеятельности личности, во взаимоотношении со средой, в процессе совместной деятельности).
25. Обобщенная характеристика социального поведения – это.....(система социально-обусловленных языком и другими знаково-смысловыми образованиями действий, посредством которых личность участвует в общественных отношениях).
26. Результата социального поведения -(формирование и развитие взаимодействий и взаимоотношений личности с другими людьми).

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

1. Абаев, Н.В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае / н.В. Абаев. – новосибирск, 1983.
2. Алексеева, Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф. Алексеева. – новосибирск, 1996.
3. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – Л.: ЛГУ, 1969.
4. Анастаси, А. Психологическое тестирование / А. Анастаси. – М, 1982.
5. Анисимов, О.С. Новое управленческое мышление: сущность и пути формирования / О.С. Анисимов. – М., 1991.
6. Аптер, М.Дж. Теория реверсивной человеческой активности / М.Дж. Аптер // Вопросы психологии. – 1987. – № 1. с. 162–169.
7. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб.: евразия, 2000. – 320 с.
8. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л., 1988, 270 с.
9. Бихевиоризм / под ред. А.А. Карелина. – М.: Аст, 1998. – 701 с.
10. Браун, Дж. Психология Фрейда и постфрейдисты/Дж.Браун.–М., 1997.
11. Варфоломеева, О.В. Основы психологии деятельности: учеб. пособие / О.В. Варфоломеева. – Симферополь: таврия, 1999.
12. Гибсон, Джеймс Л. Организации: поведение, структура, процессы. – М.: ИнФРА-М, 2000. – 232 с.
13. Горянина, В.А. Психология общения: учеб. пособие для студентов вузов / В.А. Горянина. – М.: Академия, 2004.
14. Гримак, Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1989. – 319 с.
15. Дружинин, В.Н. Экспериментальная психология / В.Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 2002.
16. Ждан, А.Н. История психологии: от античности к современности / А.Н. Ждан. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 512 с.
17. Журавлев, А.Л. Социальная психология / А.Л. Журавлев. – М.: ПеР сЭ, 2002. – 351с.
18. Завьялова, Е.К. Психологические механизмы социальной адаптации человека / Е.К. Завьялова // Вестник Балтийской педагогической академии. – СПб., 2001.
19. Зейгарник, Б.В. Теория личности Курта Левина / Б.В. Зейгарник. – М.: Изд-во МГУ, 1981. – 104 с.
20. Карпов, А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А.В. Карпов. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – 424 с.
21. Колесов, Д.В. Поведение: физиология, психология, этика: учеб. пособие. – М.: МПсИ, 2006. – 696 с.

22. Коптева, С.И. Познай себя: актуальные проблемы психологии самосознания: учеб.-метод. пособие / С.И. Коптева, А.П. Лобанов. – Минск: ООО «ФуАинформ», 2002. – 108 с.
23. Крижанская, Ю.С. Грамматика общения / Ю.С. Крижанская, В.П. Третьяков. – М.: смысл, 1999.
24. Кун, Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-еврознак, 2005. – 420 с.
25. Лабунская, В.А. Невербальное поведение / В.А. Лабунская. – Ростов-на-Дону, 1986.
26. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: Речь, 2000. – 364 с.
27. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: смысл, 2004. – 352 с.
28. Леонтьев, В.Г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования / В.Г. Леонтьев. – Новосибирск, 2002.
29. Лобазова, О.Ф. Религиоведение / О.Ф. Лобазова. – М.: Дашков и К, 2002. – 384 с.
30. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс. – Минск: Попурри, 2006. – 848 с.
31. Общая психодиагностика / под ред. А.А. Бодалёва, В.В.Столина. – М.: 1987.
32. Орлов, Ю.М. Восхождение к индивидуальности: кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1991. – 287 с.
33. Перре, М. Клиническая психология / М. Перре, У. Бауман. – Питер, 2007. – 1312 с.
34. Петровский, В.А. К психологии активности личности / В.А. Петровский // Вопросы психологии. – 1975. – № 3. – с. 26-38.
35. Петровский, А.В. Основы теоретической психологии / В.А. Петровский. – М.: ИнФРА-М, 1998. – 528 с.
36. Пиз, А. Язык телодвижений / А. Пиз. – Нижний Новгород: Ай Кью, 1992.
37. Платонов, К.К. Психология / К.К. Платонов, Г.Г. Голубев. – М.: Высшая школа, 1973. – 256 с.
38. Плигин, А.А. Рефлексия как психологический феномен и проблемы ее развития у школьников. Электронный ресурс. Режим доступа:http://www.pligin.ru/articles/pligin_refleksia2009.htm
39. Психология: учебник / В.М. Аллахвердов, С.И. Богданова, А.А. Крылов. – М.: Проспект, 2004. – 752 с.
40. Психологическая диагностика / под ред. К.М. Гуревича. – М, 1981.
41. Повякель, Н.И. Психологические концепции и теории личности. – К.:Рута, 2001.
42. Радхакришнан, С. Индийская философия / С. Радхакришнан.–М.: Психол. ин-т РАО, 1956. – 328 с.
43. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога / Е.И. Рогов. – М.: ВЛАДОс, 1996. – 529 с.

44. Рогов, Е.И. Психология общения / Е.И. Рогов. – М.: Владос, 2001 .
45. Романов, А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у де-тей. Диагностические и коррекционные методики: пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей. – М.: Школьная пресса, 2003.
46. Росс, Л. Человек и ситуация. Перспективы социальной психоло-гии / Л. Росс, Р. Нисбетт; пер. с англ. В. В. Румынского; под ред. Е.Н. Емельянова, В.С. Магуна. – М.: Аспект Пресс, 1999. – 429 с.
47. Рубинштейн, С.Л. Бытие и сознание. человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
48. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
49. Рябоконь, Н.В. саморегуляция поведения личности / Н.В. Рябо-конь. – Минск: ИУ, 1998. – 106 с.
50. Секун, В.И. Психология активности / В.И. Секун. – Минск: Аду-кацiя i выхаванне, 1996. – 280 с.
51. Селезнева, Е.В. Общение как сфера саморазвития личности / Е.В. селезнева. – М.: РАГС, 2002. – 191 с.
52. Сеченов, И.М. Психология поведения / И.М. Сеченов; под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Изд-во «Институт практической психо-логии», 1995. – 320 с.
53. Скаженик, Е.Н. Деловое общение / Е.Н. Скаженик. – Таганрог: Изд-во ТРТУ, 2006.
54. Соколов, М.В. Очерки истории психологических воззрений в России в XI–XVIII веках / М.В. Соколов. – М., Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1963. – 420 с.
55. Степанов, С.Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследо-вания / С.Ю. Степанов, И.Н. Семенов // Вопросы психологии. – 1985. – №3. – с. 31-40.
56. Старовойтов, В.В. Современный психоанализ: интеграция субъ-ектного и субъект-субъектного подходов / В.В. Старовойтов. – М.: ИФ РАН, 2004.
57. Столяренко, Л.Д. Психология и этика деловых отношений / Л.Д. столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
58. Фернхем, А. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хейвен. – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
59. Фрейд, З. Влечения и их судьба / З. Фрейд // Интерес к психоа-нализу. – Минск, 2004.
60. Фрейд, З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. – СПб., 2002.
61. Фрейджер, Р. Теории личности и личностный рост / Р. Фрейджер, Д. Фэйдимен. – М.: Мир, 2004. – 658 с.
62. Фурманов, И.А. Социально-психологические проблемы поведе-ния: курс лекций для студентов отделения психологии / И.А. Фурманов. – Минск: БГУ, 2002. -91 с.
63. Хайкин, В.Л. Активность (характеристики и развитие): учеб.-ме-

тод. пособие / В.Л. Хайкин. – М.: МПСИ, 2000. – 448 с.

64. Харитонов, С.В. Потребность психической активности: анализ и деление понятия / С.В. Харитонов. – СПб.: сфера, 1994. – 30 с.

65. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер, 2003. – 860 с.

66. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997.

67. Холл, К.С. Теории личности / К.С. Холл, Г. Линдсей. – М.: КсП+, 1997.

68. Шульц, Д. История современной психологии / Д. Шульц, с. Шульц. – СПб.:евразия, 2002. – 532 с.

69. Щедровицкий, Г.П. Рефлексия и ее проблемы / Г.П. Щедровицкий. – М., 1975.

70. Ярошевский, М.Г. История психологии: от античности до середины XX в. / М.Г. Ярошевский. – М.: Академия, 1996. – 416 с

