

Н. Н. ПЕТРОВА

# ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

*Допущено*

*Министерством образования Российской Федерации  
в качестве учебника для студентов образовательных учреждений  
среднего профессионального образования*

УДК 159.9(075.32)  
ББК 88я723  
П305

Рецензенты:

доктор педагогических наук, зав. кафедрой педагогики и психологии МГМСУ,  
профессор *Н. В. Кудрявая*;  
кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии  
МГМСУ *И. В. Макарова*;  
кандидат медицинских наук, доцент кафедры педагогики и психологии  
МГМСУ *М. В. Глущенко*;  
кандидат педагогических наук, педагог-психолог ММУ № 2 им. Кл. Цеткин  
*О. В. Глинкина*

**Петрова Н. Н.**

П305 Психология для медицинских специальностей : учеб. для студ. сред. мед. учеб. заведений / Н. Н. Петрова. — М. : Издательский центр «Академия», 2006. — 320 с.

ISBN 5-7695-2196-1

В учебнике рассмотрены основные понятия и теоретические положения психологической науки. В книгу включены разделы, посвященные проблемам, имеющим большое практическое значение для работы медика, отражающие основные достижения отечественной и мировой психологической науки и практики. Также рассмотрены актуальные вопросы психологии на современном этапе ее развития.

Для студентов средних медицинских учебных заведений.

УДК 159.9(075.32)  
ББК 88я723

*Оригинал-макет издания является собственностью  
Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым способом  
без согласия правообладателя запрещается*

© Петрова Н. Н., 2006  
© Образовательно-издательский центр «Академия», 2006  
© Оформление. Издательский центр «Академия», 2006

ISBN 5-7695-2196-1

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	3
-------------------	---

## РАЗДЕЛ I ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Глава 1. Введение в психологию .....	5
Глава 2. Историческое развитие и основные направления мировой психологии .....	11
Глава 3. Методы современной психологии .....	21
Глава 4. Возникновение и развитие психики .....	27
Глава 5. Возрастно-половая характеристика человека .....	31
5.1. Возрастное развитие человека .....	31
5.2. Половые различия людей .....	39
Глава 6. Личность .....	40
6.1. Основные понятия теории личности .....	40
6.2. Теории личности .....	59
Глава 7. Эмоции .....	68
Глава 8. Познавательные процессы .....	76
8.1. Мышление .....	76
8.2. Внимание .....	82
8.3. Восприятие .....	83
8.4. Память .....	87
8.5. Интеллект .....	88
Глава 9. Основы интеллектуальной деятельности .....	90
9.1. Способности .....	90
9.2. Научение .....	91
Глава 10. Воля .....	96

## РАЗДЕЛ II СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Глава 11. Введение в социальную психологию .....	98
Глава 12. Социальная психология личности .....	99
Глава 13. Психология общения .....	104
13.1. Основные понятия теории общения .....	104
13.2. Межличностные отношения .....	110
Глава 14. Психология групп .....	111
14.1. Понятие группы .....	111
14.2. Личность и группа .....	116
14.3. Лидерство .....	117

14.4. Социально-психологический климат группы .....	119
Глава 15. Агрессия .....	121
Глава 16. Конфликтология .....	126
16.1. Основные положения теории конфликта .....	126
16.2. Пути разрешения конфликтов .....	130

### РАЗДЕЛ III МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Глава 17. Становление и развитие медицинской психологии .....	135
17.1. Введение в медицинскую психологию .....	135
17.2. Разделы медицинской психологии .....	136
17.3. Основные методы медицинской психологии .....	143
Глава 18. Стресс и здоровье .....	147
18.1. Стресс и адаптация .....	147
18.2. Механизмы совладания со стрессом — копинг механизмы .....	152
18.3. Психологическая защита личности .....	154
Глава 19. Психологические аспекты психосоматической медицины .....	157
19.1. Понятие психосоматики .....	157
19.2. Концепции психосоматических расстройств .....	158
Глава 20. Психология больного .....	163
20.1. Понятие внутренней картины болезни .....	163
20.2. Факторы, влияющие на формирование внутренней картины болезни .....	166
20.3. Типы отношения к болезни .....	169
Глава 21. Психология утраты и смерти .....	174
21.1. Реакции горя .....	174
21.2. Одиночество .....	176
21.3. Смерть и умирание .....	179
Глава 22. Психология суицидального поведения .....	182
Глава 23. Профессиональные качества медицинского работника .....	189
23.1. Психологические аспекты профессиональной деятельности среднего медицинского персонала. Проблема профессиональной деформации .....	189
23.2. Профессионально значимые качества медицинской сестры .....	191
23.3. Типология поведения медицинской сестры .....	194
23.4. Ятрогении .....	196
Глава 24. Профессиональное общение медицинского работника .....	198
24.1. Психология общения с больным .....	198
24.2. Информирование больного .....	201
24.3. Психология общения с микросоциальным окружением больного .....	202
24.4. Психология лечебного взаимодействия .....	204
24.5. Психология общения медицинского работника в сложных (конфликтных) ситуациях .....	206
24.6. Профилактика конфликтов .....	211

24.7. Особенности межличностных отношений в медицинском коллективе .....	214
24.8. Роль режима медицинского заведения .....	215
Глава 25. Связанное со здоровьем качество жизни .....	216

#### РАЗДЕЛ IV ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ

Методика диагностики межличностных отношений Т.Лири .....	221
Индекс жизненного стиля (ИЖС) .....	228
Торонтская алекситимическая шкала .....	231
Методика ТОБОЛ .....	234
Шкала тревожности Спилбергера .....	251
Интегративный тест тревожности (ИТТ) .....	260
Шкала СТ-С .....	264
Шкала СТ-Л .....	264
Методика «Семантический дифференциал времени» (СДВ) .....	265
Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS) .....	273
Шкала депрессии Зунга (SDS) .....	276
Опросник депрессии Бека .....	278
Клиническая градуированная шкала депрессии Гамильтона .....	284
Опросник САН .....	288
«HAND-TEST» («Тест руки») .....	290
Методики для исследования памяти .....	294
Методики для исследования внимания .....	296
Методики для исследования мышления .....	296
Тестовый контроль .....	302
Словарь терминов .....	308
Список литературы .....	314

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Учебник представляет собой системный курс «Психология», соответствующий образовательному стандарту ОПД для всех специальностей системы среднего медицинского образования.

Психология имеет междисциплинарный характер и участвует в решении комплекса практических задач медицины и социальной помощи населению. Как прикладная и социально значимая дисциплина психология ориентирована на гуманизацию медицины, формирование профессиональной идеологии, основанной на личностном подходе к пациенту в процессе реализации лечебно-диагностических, профилактических и реабилитационных программ. Методология и методы психологии могут и должны использоваться в практике любой отрасли клинической и профилактической медицины. Психология направлена на повышение психологических ресурсов и адаптационных возможностей человека в условиях болезни, на гармонизацию психического развития, профилактику нарушений психического здоровья, психологическую помощь здоровым людям, находящимся в кризисных ситуациях, например, обусловленных соматическим заболеванием.

Материал представлен с позиции современного интегративного биопсихосоциального подхода, предполагающего рассмотрение проблемы болезни с точки зрения взаимосвязи и взаимовлияния различных психологических, социальных и физиологических факторов. Биопсихосоциальная парадигма отражает антропоцентрическую направленность современной медицины, когда в центре внимания медика находится не симптом, а пациент. Знание психологии обеспечивает формирование целостного представления о больном и болезни.

В учебнике раскрывается роль психологических факторов в этиологии, патогенезе, лечении, реабилитации и профилактике заболеваний. Освещаются психологические методы диагностики нарушений психических функций, процессов, состояний, личности и поведения человека в условиях болезни или в ситуациях, угрожающих нарушениями психического здоровья. Предлагаются пути формирования гармоничной личности современного медицинского работника и усвоения навыков межличностного общения, психологически грамотной работы с больными, направленной на повышение его качества жизни.

Учебник имеет прикладную направленность, так как содержит информацию, которая будет непосредственно использована в профессиональной деятельности среднего медицинского персонала.

Первый раздел учебника посвящен общей психологии и включает введение, описание этапов исторического развития, основных направлений и методов современной мировой психологии. В этом разделе излагаются вопросы возникновения и эволюции психики, приводятся возрастная и половая характеристики человека. Много внимания уделяется рассмотрению наиболее признанных теорий личности, дается представление о психических процессах, освещаются теоретические основы научения.

Второй раздел включает наиболее важные для деятельности медицинского работника аспекты социальной психологии: социальная психология личности, психология общения, личность и группа. Существенное место занимает конфликтология, формирующая представление о стратегиях поведения в конфликтных ситуациях, путях и методах разрешения конфликтов.

В третьем разделе подробно рассказывается о взаимосвязи стресса и здоровья с позиции адаптационной теории в соответствии с современными научными взглядами. Раскрываются понятия механизмов совладания со стрессом, психологической защиты личности, психосоматики. Несомненно, большое значение для будущего медика имеет знание особенностей психологии пациента, умение правильно оценить внутреннюю картину болезни, что поможет выработать индивидуальный подход к больному. Для успешности профессиональной деятельности, формирования психологически правильного поведения с пациентами, находящимися в ситуации реальной витальной угрозы, необходимо глубокое понимание психологии утраты и смерти. Знание психологических характеристик суицидального поведения будет способствовать своевременному выявлению больных с риском совершения суицида.

Заключительный раздел представляет собой психологический практикум, который включает примеры методик различной направленности (оценки особенностей личности, интеллектуально-мнестических функций, эмоционального состояния и т. п.). Предлагаются тестовый контроль уровня освоения изложенного материала, словарь терминов и список литературы.

## Глава 1

**ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ**

Понятие «психология» (от греч. *psyche* — душа, *logos* — слово, мысль, учение) означает «наука о душе», «душесловие». В современном мире понятие «душа» сменилось термином «психика».

*Психика* — это системное свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении им неотчуждаемой от него картины мира и саморегуляции на этой основе своего поведения и деятельности. Это качество материи, проявляющееся во взаимодействии с другими объектами в процессе жизнедеятельности.

*Психология* — наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности, учение о природе, детерминации, структуре и механизмах психической деятельности, поведения и их применения на практике.

Психика имеет сложное строение, и в ней можно выделить три основные формы психических явлений.

*Психические процессы* (ощущение, восприятие, внимание, воображение, память, мышление, воля, чувства) являются кратковременными и представляют собой начальные стадии познавательных процессов.

*Психические состояния* (радость, страх, бодрость, подавленность, раздражительность, усталость и т.д.) — относительно устойчивые явления психической деятельности, характеризующие психику в целом, более длительные и сложные по сравнению с элементарными познавательными процессами. Их можно рассматривать как фон, на котором протекают психические процессы.

*Психические свойства личности* — устойчивые образования, обеспечивающие определенный уровень поведения и деятельности, характерный для данного человека. К ним относятся темперамент, характер, способности человека.

Все формы психических явлений взаимосвязаны и переходят одна в другую. Основные функции психики включают отражение и регуляцию поведения и деятельности.

Понимание *психики как отражательного процесса* (И. М. Сеченов) составляет суть рефлекторной теории отражения, которая



является основой отечественной материалистической психологии. Простейшая форма отражения — *физическая*, например отражение звука и света. Любому животному организму присуща раздражимость, т. е. способность отвечать на непосредственное воздействие внешней среды адаптивными (приспособительными) процессами, уравнивающими организм с данной средой. Эта реакция называется *физиологическим отражением* и является функцией живой материи. Примером могут служить изменения в сетчатке глаза под влиянием света, сокращение мышц и проведение возбуждения по нерву. На более высоком этапе эволюции и при дифференцированном развитии клеток головного мозга возникает *психическое отражение*. Оно становится возможным, когда раздражители внешнего мира начинают восприниматься как сигналы вследствие того, что мозг в процессе эволюционного развития приобретает свойства переживания и познания. Вначале эта форма отражения выражается в виде эмоций: отрицательных, свидетельствующих об опасности, и положительных, сигнализирующих о том, что она миновала. Психическое отражение дает возможность правильно воспринимать окружающую действительность; оно совершеншается в процессе активной деятельности; постоянно углубляется и совершенствуется, преломляясь через индивидуальность; носит опережающий характер.

Рефлекторная теория психики утверждает, что в основе высшей нервной деятельности лежат *рефлексы*:

*безусловные*, которые осуществляют постоянную связь внешнего и внутреннего раздражения с ответной реакцией и сигналом обратной связи;

*условные* — временные связи, выработанные под влиянием неоднократных подкреплений раздражителей с обратными реакциями при регулярном их осуществлении.

Если раздражитель, вызывающий условный рефлекс, тормозится другим внешним раздражителем, то это явление называется *внешним торможением*.

Когда возбуждение в определенных центрах усиливается вследствие чрезмерной силы раздражителя, то оно переходит в свою противоположность — торможение. Данный процесс называется *запредельным торможением*.

Распространение нервного возбуждения по коре головного мозга получило название *иррадиация*.

Когда в каком-либо участке мозга возникает возбуждение, а в другом — торможение, то возникает *отрицательная индукция*. *Положительная индукция* — противоположное явление, когда вокруг заторможенного участка мозга образуется участок возбуждения.

Иррадиация и взаимная индукция нервных процессов обеспечивают смену возбуждения и торможения — *корковую нейродинамику*.

Каждый анализатор включает три основные части:

- 1) рецептор — концевой аппарат;
- 2) проводниковый нервный путь;
- 3) центральное звено в соответствующей зоне коры.

Всякое целенаправленное движение совершается по сигналу эфферентной команды. Однако это лишь «пусковой сигнал», регулируемый с учетом положения органа и цели, состояния движения и вязкости суставно-мышечных звеньев. Регулирование осуществляется на основании данных сравнения поступающей в мозг информации от проприорецепторов и программы движения. Это текущее регулирование Н. А. Бернштейн назвал *принципом сенсорной корреляции* и представил его схематически в виде рефлекторного кольца:

– начальное звено — превращение органами чувств внешнего или внутреннего раздражения в нервное возбуждение, передаваемое интерорецепторами в мозг;

– второе, или центральное, звено — возникновение на основе возбуждения и торможения психических процессов (чувств, мыслей);

– третье звено — экстерорецептивный двигательный аппарат;

– четвертое звено — сигналы от двигающихся органов тела в кору головного мозга (обратная связь).

Анатомо-физиологический механизм рефлекторной деятельности обеспечивает:

– прием внешних воздействий;

– преобразование их в нервные импульсы (кодирование) и передачу в мозг;

– декодирование и переработку информации, выдачу команд в виде нервных импульсов к мышцам, железам;

– прием и передачу в мозг информации о результатах совершенного акта (обратная связь);

– коррекцию повторных действий с учетом данных обратной связи.

Активная регуляция поведения предполагает функционирование аппарата обратной связи, с помощью которой производится сопоставление результата действия с его предварительным планом.

Созданная П. К. Анохиным и его последователем К. В. Судаковым теория «функциональных систем мозга» рассматривает внешние сигналы и сигналы, идущие к мозгу из внутренних органов, как предпосылки для формирования первого этапа поведенческого акта — принятия решения «что делать?» (*этап афферентного синтеза*). Таким образом определяется линия поведения на данный момент — постановка цели. Затем в сознании человека на клеточном уровне мозга формируется определенная модель по-

следующего действия (*этап формирования акцептора действия*). По мере того как действие начинается и выполняется, сигналы от мышц и внутренних органов, участвующих в его выполнении, сопоставляются и сравниваются с созданной на предыдущем этапе моделью (*этап эфферентного синтеза*). При достижении положительного результата действие прекращается. Если же поступающая информация не совпадает с моделью действия, то происходит корректировка либо самого действия, либо его модели, до тех пор пока не будет получен нужный результат.

П. К. Анохин показал роль головного мозга в отборе полезных приспособительных действий и доказал, что одни и те же его клетки могут принимать участие в осуществлении различных функциональных связей, что рефлекторное кольцо и принцип корреляции являются универсальными механизмами саморегулирования сложного поведения и чем выше уровень развития психики, тем совершеннее этот механизм.

Функциональная организация человеческого мозга в соответствии с современными взглядами нейропсихологии (А. Р. Лурия) включает три основных блока.

1. Энергетический блок, поддерживающий тонус, необходимый для нормальной работы высших отделов коры головного мозга (расположен в верхних отделах мозгового ствола).

2. Блок приема, переработки и хранения информации (включает задние отделы обоих полушарий, теменные, затылочные и височные отделы коры).

3. Блок, обеспечивающий программирование, регуляцию и контроль деятельности (лобные отделы коры).

При расстройстве функций 1-го блока внимание становится неустойчивым, появляются апатия и сонливость.

Нарушение работы 2-го блока приводит к потере кожной и проприоцептивной (глубокой) чувствительности, к утрате четкости движений и т. п.

При поражении 3-го блока возникают нарушения поведения и расстройства моторики.

Локальные травмы мозга дают материал для изучения отдельных зон (исследования А. Р. Лурия). Установлено, что повреждение левой височной доли нарушает слуховую память. При поражении теменной и затылочной долей интеллектуальная деятельность остается осмысленной, но затрудняется установление временных отношений. При повреждении лобных долей человек способен выполнять отдельные логические операции, но становится невозможным спланировать ход решения задачи, исчезает ориентировочная основа действий.

Большое значение для психологии, физиологии и медицины имеет *принцип доминанты*, исследованный академиком А. А. Ухтомским. Он объяснил, почему из огромного числа рефлексов,

которые могли бы возникнуть в каждый данный момент вследствие множества раздражений, воздействующих на организм, фактически осуществляются сравнительно немногие. Дело в том, что в нервных центрах той деятельности, которая является в настоящий момент ведущей (доминирующей), возникает очаг повышенной возбудимости. Этот очаг привлекает к себе раздражения, направленные в другие, в данный момент недоминирующие центры. В результате ведущий центр усиливает свою работу, а остальные затормаживаются. Это демонстрирует, например, следующий опыт. К лапе собаки прикрепляют электроды, при пропускании через которые слабого тока происходит сгибание лапы. Если ток на электроды дать в тот момент, когда животное глотает пищу, то лапа отдергиваться не будет, а только усилится процесс глотания.

В своей работе «Доминанта как рабочий принцип нервных центров» А.А. Ухтомский писал, что под доминантой он понимает господствующий очаг раздражения, которое в значительной степени определяет характер реакций нервных центров, протекающих в данный момент времени.

Ученый был убежден в том, что принцип доминанты является основой внимания, и объяснял феноменом образования доминанты такие психопатологические явления, как навязчивости и галлюцинации.

Основные принципы психологии.

**Детерминизм.** Психика определяется образом жизни и изменяется с изменением внешних условий.

**Единство сознания и деятельности.** Сознание образует внутренний план деятельности человека.

**Развитие.** Психику надо рассматривать в динамике, как процесс и результат деятельности.

## **Структура современной психологии**

Современная психология является разветвленной системой научных дисциплин, основу которой составляет **общая психология**. Она изучает сущность и общие закономерности возникновения, развития и проявления психики, выявляет некоторые особенности психической деятельности, используемые в человеческой жизни.

Отрасли психологии выделяются по ряду критериев, среди которых:

1) характер деятельности (психология труда), например медицинская, педагогическая, юридическая психология. В основе классификации лежит принцип единства сознания и деятельности;

2) принцип развития (возрастная, сравнительная, специальная психология);

3) отношения личности и общества (социальная психология и психология личности).

Направления психологии, изучающие естественно-научные основы психической деятельности, принято объединять в группу **биологических отраслей**: психофизиология, нейропсихология, дифференциальная психология (психология индивидуальных различий).

Психологические науки применяются в различных сферах деятельности человека. В настоящее время можно выделить следующие основные отрасли **прикладной психологии**: педагогическую, военную, инженерную, социальную и др.

*Педагогическая* психология изучает психику учащихся в процессе учебно-воспитательной работы, устанавливает закономерности овладения знаниями, умениями и навыками.

*Возрастная* психология исследует особенности психики человека на различных этапах его развития — с момента рождения и до смерти. Она подразделяется на детскую психологию, психологию подростка, психологию юности, психологию взрослого человека и геронтопсихологию.

Предметом *инженерной* психологии является деятельность человека-оператора в автоматизированных системах управления. Она решает проблемы распределения и согласования функций между машиной и человеком.

*Социальная* психология рассматривает психические явления, которые возникают в различных группах и коллективах в процессе общения людей, выявляет психологические закономерности взаимоотношений личности и общества.

*Медицинская* психология изучает особенности общения медицинских работников и больных, психику людей, страдающих соматическими или психическими расстройствами, а также психологические средства воздействия на пациента в целях профилактики и лечения различных заболеваний (психопрофилактика, психотерапия).

### **Взаимосвязь психологии с другими науками**

Методической основой психологии, как и других областей знания, является философия.

Естественные науки — биология, физиология, химия, физика и др. — соприкасаются с психологией в изучении структуры физиологических и биологических процессов мозга, лежащих в основе психики.

Кибернетика сопряжена с психологической наукой в изучении процессов психической саморегуляции человеческой личности.

Социология взаимодействует с психологией в решении задач социальной психологии, изучении роли психологии в социальном прогрессе.

Педагогика неразрывно связана с психологией в решении задач обучения, воспитания, формирования личности.

Технические науки — основа разработки технических средств исследования психики; они используют психологические знания при создании оптимальных условий деятельности человека в условиях технического прогресса.

### **Вопросы и задания для самоконтроля**

1. Дайте определение предмету психологии.
2. Расскажите о понятиях, формах психических явлений и функциях психики.
3. Расскажите о рефлекторной теории отражения.
4. Какова теория функциональных систем П. К. Анохина?
5. Расскажите о принципе доминанты А. А. Ухтомского.
6. Какова функциональная организация человеческого мозга?
7. Назовите основные принципы психологии.
8. Расскажите о структуре психологической науки.
9. Есть ли связь психологии с другими науками? Расскажите о ней.

## **Глава 2**

### **ИСТОРИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ МИРОВОЙ ПСИХОЛОГИИ**

Становление психологии как самостоятельной науки произошло в последней четверти XIX в., когда она отделилась от философии, сблизилась с естественными науками и разработала собственный экспериментальный метод. Развитие взглядов на сущность психики связано с решением основного вопроса философии — о соотношении материи и сознания, соответственно формирование психологии как самостоятельной дисциплины происходило под влиянием борьбы между идеалистическим и материалистическим мировоззрением.

В первобытном обществе люди верили, что внутри человека находится другое существо, временно выходящее из него во время сна и покидающее тело через рот после смерти.

*Демокрит* (V—IV вв. до н.э.) постулировал идею, что душа состоит из атомов и умирает со смертью тела. При этом душа — материальное, движущее начало.

В IV в. до н.э. греческие философы высказали мысль, что существует дух — нечто нематериальное, похожее на пламя или дуновение, ответственное за поведение человека.

*Платон* (472—348 гг. до н.э.) полагал, что в основе всего лежат идеи, существующие сами по себе. Идеи образуют свой мир, которому противостоит материя. Посредник между этими мирами —

душа. Человек не познает, а скорее вспоминает то, что уже знала душа. Платон считал, что душа имеет три части: чувственная часть находится в печени, как у животных; в сердце она пребывает в виде гнева и совести; разумная часть помещается в голове человека. Душа бессмертна, и после смерти она, согласно Платону, переносится «в мир идей».

*Аристотель* (384—322 гг. до н.э.) создал трактат «О душе», который считается первым трудом по вопросам психологии. В своих работах Аристотель использовал такие понятия, как «ощущение», «память», «чувства», «произвольные и произвольные движения». Он считал, что душа может существовать вне всякой связи с телом, так как имеет божественное происхождение, и, следовательно, познать ее нельзя, поскольку это знание лежит за пределами человеческих возможностей. По мнению Аристотеля, душа — внутренний движитель, позволяющий человеку реализовывать себя. Центр ее находится в сердце, куда поступают впечатления от органов чувств, где они накапливаются и объединяются в результате рассудочного мышления и в конечном итоге определяют поведение. Проявлениями души являются мышление, знание, мудрость. Аристотель полагал, что одна часть души смертна, как у животных, а другая принадлежит вечному разуму, и поэтому бессмертна и духовна. Всего он выделял три составляющие души человека:

1) душа растительная, которая ведаёт функциями питания, размножения;

2) душа чувствующая, животная, обеспечивающая чувства осязания, боли, удовольствия;

3) душа разумная.

У растений, по мнению Аристотеля, имеется только растительная душа, у животных — растительная и чувствующая, но все, что растёт и развивается, полагал он, имеет душу. Аристотель придерживался позиции, что реальный мир таков, каким мы его воспринимаем.

Идеи философов Древней Греции господствовали до V в. н.э. Средние века характеризовались демонологическим пониманием психических болезней. Близкие к научным воззрения в области психологии стали формироваться в эпоху Возрождения, в XV—XVI вв., когда появилось представление о том, что мышление есть свойство материи.

Следующий этап развития психологии связан с развитием механики, математики и естественных наук.

*Р.Декарт* (1595—1650) ввел понятия рефлекса и сознания, а также создал механистическую модель человека, согласно которой раздражения от органов чувств по чувствительным нервам идут к отверстиям в головном мозге, «животные души» вытекают из мозга по трубочкам — двигательным нервам — в мышцы, ко-

торые надуваются и двигаются; в головном мозге находится «разумная душа», управляющая страстями. Декарт противопоставлял душу и тело, т. е. был представителем дуализма, предполагавшего существование двух независимых субстанций: материи и духа.

Начиная с этого времени психология стала наукой не о душе, а о сознании. Душа начинает пониматься как сознание, связанное с работой мозга: способность думать, чувствовать, желать. Таким образом, доминировала *интроспективная трактовка сознания*, для которой был характерен отрыв психического начала от объективного бытия. Психическая жизнь рассматривалась как субъективный мир, познаваемый лишь путем самонаблюдения. Основным методом психологии сознания стала интроспекция («заглядывание внутрь»). Почти все теории конца XIX и часть теорий XX в. разрабатывались в рамках интроспективной психологии сознания. Это вело к ограничению предмета исследований областью осознаваемых переживаний, рассматриваемых в отрыве от окружающей действительности и деятельности человека. Доминировал описательный, а не объяснительный подход к изучению психики.

Эволюционное учение *Ч. Дарвина* (1809—1882) утвердило ведущее значение окружающей среды в динамике эволюционного развития психических процессов. Благодаря концепции Дарвина психическую жизнь стали рассматривать как результат биологической эволюции. Его последователь *Э. Геккель* (1834—1919) утверждал, что основы психологии нужно искать исключительно в физиологии нервной системы.

В этот же период активно развивалась физиология органов чувств. Появилось большое количество работ, посвященных изучению локализации функций в головном мозге (Г. Фритче и Ф. Гитциг открыли центры движений и чувствительности, а П. Брока и К. Вернике — моторный и сенсорный центры речи).

Большое значение также имело изменение статуса психиатрии и отношения к душевнобольным в обществе. Принятие положения о том, что психическое расстройство есть болезнь и ее нужно лечить, положило начало сравнительным исследованиям психики в норме и при патологии. Знания о психической деятельности, накопленные в медицине, явились основой для создания научной психологии, возникновение которой было связано с проникновением в нее экспериментальных методов.

Первое психологическое исследование заключалось в изучении зависимости между силой действующего раздражителя и величиной вызываемой им реакции, что легло в основу *структуралистического подхода*. Так же как в физике и химии, где свойства вещества определяются по составляющим его элементам, структуралисты старались выявить и описать психические элементы, каковыми, по их мнению, являются ощущения, образы и чувства. Роль психологии сводилась к тому, чтобы дать наиболее деталь-



ное описание этих элементов. Для достижения этой цели структуралисты применяли метод экспериментальной интроспекции: испытуемого, прошедшего предварительную подготовку, просили описать, что он чувствует, оказавшись в той или иной ситуации.

Исследования, посвященные общим закономерностям развития чувствительности и функционированию отдельных органов чувств, имели огромное значение для становления психологической науки. С работ *Г. Гельмгольца* по психофизиологии органов чувств началось систематическое изучение ощущений, восприятия, скорости реакций, ассоциаций и чувств. Труды *Э. Вебера*, посвященные экспериментальному исследованию чувствительности человека, позволили определить соотношение между силой стимула и величиной ощущения, т. е. между приростом раздражения и ощущением. Впоследствии *Г. Фехнер* дал математическую интерпретацию найденной Вебером закономерности. Способы математической обработки и обобщение результатов этих исследований заложили основы экспериментального психофизиологического метода.

Эксперимент быстро внедряется в психологию. В 1879 г. в Лейпциге В. Вундтом (1832—1920) создается первая экспериментальная психологическая лаборатория. В России подобная лаборатория была основана в 1885 г. *В. М. Бехтеревым* (1857—1927) при медицинском факультете Казанского университета. В 1896 г. *С. С. Корсаков* организовал такую же лабораторию в Москве на базе психиатрической клиники. Несколько позднее лаборатории экспериментальной психологии открылись при медицинских факультетах целого ряда университетов России: в Одессе, Киеве, Дерпте (Тарту). Начинает осуществляться интроспекция в специально созданных условиях. Экспериментальные исследования позволили изучать память, внимание, эмоционально-волевую сферу. Однако, применяя объективные методы исследования, Вундт подходил к их интерпретации с идеалистической позиции. Основным источником знаний о психических реакциях испытуемых на внешний стимул был самоотчет человека о его переживаниях. Описывались психические элементы (ощущения, образы, чувства). Естественно, что у разных испытуемых они очень редко совпадали и даже у одного и того же человека в разное время проявлялись по-разному. Поэтому дальнейшее изучение психической деятельности стало базироваться на наблюдении поведения человека со стороны.

В начале XX в. сформировалась единая концепция управления поведения человека нервной системой и в то же время наступил кризис интроспективной психологии, причинами которого явились отрыв ее теории от практики и отсутствие объективного научного подхода в этой области. Кризис психологии сознания был предопределен успехами неврологии и психологии, особен-

но во Франции, где широко развивалось учение о подсознательном начале в психической жизни человека. Как следствие кризиса, в психологии стали складываться новые направления: бихевиоризм, экзистенциализм, психоанализ, гештальт-психология.

**Бихевиоризм** (от англ. *behavior* — поведение) как новое психологическое течение возник во втором десятилетии XX в. Предметом изучения стало поведение человека, а не его сознание. Психика теперь рассматривалась как функция мозга — отражение, т. е. психология начала базироваться на философии диалектического материализма. Бихевиоризм выступал в качестве альтернативы интроспективной психологии и исключил из объектов рассмотрения все психологические феномены, не подлежащие объективному исследованию, фиксации и измерению. С точки зрения представителей бихевиоризма, психология должна была стать наукой о поведении, поскольку именно оно является единственной психологической реальностью, доступной непосредственному наблюдению и обладающей параметрами, которые можно непосредственно измерить и на которые можно воздействовать, а следовательно, изучать их так же, как это принято в естественных науках. Ортодоксальный бихевиоризм отождествляет психику и поведение, понимаемое как совокупность реакций организма на воздействия внешней среды, фиксируемые стимулы. Человек при этом рассматривается как носитель определенных форм поведения, образующихся по принципу «стимул — реакция». Все психологические феномены, опосредующие реакции человека, долгое время игнорировались как ненаблюдаемые. Однако в дальнейшем появляется понятие промежуточных переменных (медиаторов, посредников) — процессов, опосредующих влияние внешних раздражителей на поведение человека. Усложнение традиционной бихевиористской модели «стимул — реакция» за счет введения промежуточных переменных знаменует переход к необихевиоризму. Основная формула поведения приобретает вид «стимул — промежуточные переменные — реакция» ( $S - r - s - R$ ). В соответствии с этим стимулы стали обозначать как независимые переменные, а реакции — как зависимые. В настоящее время понятие промежуточных переменных трактуется довольно широко. В качестве их рассматриваются внимание, представления, мотивы, установки, отношения и даже сознание. Изучение промежуточных переменных является одной из основных задач психологии на современном этапе.

В становлении бихевиоризма огромную роль сыграли работы *И. М. Сеченова* (1829 — 1905) и *И. П. Павлова* (1849 — 1936), поскольку ими были заложены основы материалистического понимания принципов работы нервной системы. *И. М. Сеченов* полагал, что внешнее воздействие лишь в результате опосредования сложными внутренними психическими процессами рождает в конечном итоге

образы, мысли, идеи. И. П. Павлов на основе теоретических высказываний И. М. Сеченова о рефлекторной природе деятельности мозга разработал экспериментально обоснованное учение. Созданная им условно-рефлекторная теория выделяла роль сигнала, внешней среды. Был доказан динамический характер локализации функций в коре головного мозга, а также внесена ясность в понимание физиологической сущности типов нервной системы.

В рамках бихевиоризма были разработаны *теории научения* — приобретения опыта, умений и навыков.

Один из вариантов научения — классическое обусловливание — связан с именем И. П. Павлова. В классической павловской схеме условного рефлекса  $S-R$ , где  $S$  — стимул,  $R$  — реакция (поведение), реакция возникает в ответ на воздействие какого-либо стимула (раздражителя). Павлов впервые объяснил, как нейтральный стимул может вызвать ту же, что и безусловный раздражитель, реакцию, которая протекает автоматически, на врожденной основе, без предшествующего опыта индивида (т. е. как нейтральный стимул становится условным раздражителем). Это происходит при смежности (совпадении по времени) безусловного и нейтрального раздражителей, с некоторым опережением последнего, а также при повторении — многократном сочетании нейтрального и безусловного раздражителей.

Основатель бихевиоризма *Дж. Б. Уотсон* считал, что каждой ситуации или стимулу соответствует определенное поведение, или реакция, и поэтому любую деятельность человека можно объяснить по вышеупомянутой схеме  $S-R$  («стимул — реакция»).

Его последователь *Б. Скиннер* (1938) высказал мысль, что поведение определяется своими последствиями. На организм воздействуют условным раздражителем и подкрепляют его безусловным, стимул следует после поведенческой реакции. Результатом научения является оперант (отсюда — оперантное научение). В этом случае подкрепляется не стимул, а реакция организма, именно она вызывает подкрепляющий эффект, поэтому такое научение обозначается как научение типа  $R$ . Оперантное, или инструментальное, поведение — поведение типа  $R$  — это поведение, вызванное подкреплением, следующим за поведением. Скиннер, подчеркивая различия между респондентным и оперантным поведением, указывает, что респондентное поведение вызвано стимулом, который предшествует поведению, а оперантное поведение — стимулом, следующим за поведением. Другими словами, в классическом обусловливании стимул предшествует поведенческой реакции, а в оперантном — следует за ней. Позитивное или негативное подкрепление усиливает поведение. Позитивное подкрепление основано на применении стимулов (наград), которые усиливают поведенческую реакцию. Негативное подкрепление заключается в усилении поведения за счет негативных стимулов. На-

казание отличается от негативного подкрепления тем, что направлено на ослабление поведенческой реакции.

Наказание также подразделяют на позитивное и негативное: первое основано на лишении индивида позитивного подкрепления, а второе — на предъявлении негативного (аверсивного) стимула.

Например, при позитивном наказании родители за плохую успеваемость лишают ребенка какого-то подарка, а при негативном — ругают за плохую успеваемость.

Если бихевиористы и основоположники условно-рефлекторной теории в объяснении поведения человека отдавали предпочтение факторам внешней среды, сигналам, идущим извне, то ученик и последователь И. П. Павлова *П. К. Анохин* (1979) показал, что не менее важную роль в отборе полезных приспособительных действий играет работа самого мозга.

Представители *экзистенциализма* (идеалистического направления) *М. Хайдеггер* и *К. Ясперс* занимались проблемой существования (экзистенции) человека, которое трактовали как чисто индивидуальное «бытие для смерти», изолированное от общества.

*Глубинная психология* понимает сознательную психическую жизнь только как выражение очень сложных, бессознательных, подсознательных процессов, которые имеют характер влечений и составляют ядро личности.

Глубинная психология включает три направления:

- 1) психоанализ Фрейда;
- 2) индивидуальная психология Адлера;
- 3) аналитическая психология Юнга.

*Психоанализ З. Фрейда* (1856—1939) вначале применялся для лечения неврозов, и особенно истерии, затем стал научно-исследовательским методом и, наконец, самостоятельной дисциплиной, которая попыталась дать философское истолкование феномена человеческой культуры и смысла жизни вообще. Развитие метода описал сам Фрейд в своей автобиографической книге «О себе и о психоанализе» (1946). Большое влияние на него оказали результаты исследований Ж. М. Шарко (изучение связей между гипнозом и неврозом), а также случай из врачебной практики выдающегося венского врача И. Брейера, лечившего в 1880—1882 гг. с помощью гипноза одну больную, страдавшую истерическими параличами и контрактурами. В гипнотическом сне пациентка находила взаимосвязи между симптомами своего заболевания и травмирующими обстоятельствами из ее жизни, оттесненными в подсознание и неосознаваемыми в состоянии бодрствования. При этом больная реагировала на психотравмирующие факты бурным аффектом, «завершала подавленный психический процесс», в результате чего произошел «катарсис». После предварительного сообщения «О психическом механизме истерических явлений» (1893)

и опубликования книги «Исследования истерии» в 1895 г. Брейер и Фрейд прекратили совместные исследования. В процессе дальнейшего развития своего учения Фрейд пришел к убеждению, что невротические явления вызываются, как правило, возбуждениями сексуального характера, актуальными сексуальными конфликтами или возникают под влиянием ранее пережитых сексуальных впечатлений, и стал рассматривать неврозы как расстройства половой функции. Абреактивный катарсис Фрейд заменил разбором психической жизни (психоанализом), отказавшись от гипноза как от лечебного средства. Он создал метод свободных ассоциаций, которые больной воспроизводит, лежа на кушетке с закрытыми глазами. Позднее Фрейд предложил метод объяснения сна, имеющего, по его мнению, свою символику, отражающую подавленные желания, как правило, сексуального характера. Фрейд называл сновидения «королевской дорогой в подсознание». В процессе психоанализа пациент оказывает психологическое сопротивление, иногда даже переносит на врача свою ненависть (transfèr — перенос). Это противодействие пропорционально силе подавляемых влечений, которые Фрейд относил к периоду детской сексуальности. Половая функция, вначале аутоэротическая, проходит в своем развитии несколько стадий: оральную, садистическо-анальную и, наконец, генитальную. Сексуальную энергию Фрейд обозначил термином «либидо». Психоанализ переоценил роль сексуальности в жизни человека, за что Фрейда упрекают в пансексуализме.

Согласно психоаналитической концепции большинство психических процессов происходит в области бессознательного, и лишь незначительная их часть осознается. Между бессознательной и сознательной областью имеется предсознание, в которое поступают только те мысли, представления и стремления, которые были пропущены цензурой «Я». Психоанализ Фрейда игнорирует историко-общественное развитие и экономические, общественные отношения.

Большое значение для развития психологической науки имеют следующие аспекты учения Фрейда:

- создание динамической и глубинной концепции личности в противовес дедуктивной и статической психологии;
- акцент на значение подсознательных компонентов психической жизни и их связи с сознанием;
- подчеркивание важности ранних детских впечатлений;
- выделение роли биологических потребностей;
- исследование механизма неврозов;
- изучение сновидений, их символики и так называемых ошибочных действий (описки, оговорки и т. п.).

*Индивидуальная психология Адлера* сформировалась на основе теорий Фрейда и изучения неврозов, но избежала свойственных

психоанализу генерализаций и стала самостоятельным направлением, уделяющим много внимания общественной детерминации психического развития. Адлер разработал понятие так называемой неполноценности органов и распространил его на любую недостаточно или дефектно-развитую функцию (задаток), как соматическую, так и психическую: конституциональная слабость, сердечные дефекты, горб, заикание, «леворукость» и т. п. Психические процессы находятся в гармонии там, где имеется равновесие между потребностью в самоутверждении и потребностями общества. Неполноценность органов может привести к возникновению повышенного чувства недостаточности, проявляющегося в избегании людей, потере уверенности в себе, отчуждении, утрате смелости. Противоположной реакцией является гиперкомпенсация: человек не только компенсирует свою неполноценность, но и гипертрофированно развивает функцию пораженного органа. Возможен и иной путь — замещение дефекта другим видом интенсивной деятельности в доступной области, в которой индивид старается выделиться. Например, человек с физическим недостатком стремится к достижению в области культуры или политики. Адлер подчеркивает значение социальной среды, особенно семейной. По его мнению, необходимы правильная жизненная линия, хорошее воспитание или психотерапия, направленная на формирование жизненной смелости. Работы Адлера важны, поскольку в них содержатся описания продуманных мероприятий и теории, относящиеся к исправительной педагогике и психотерапии.

В *аналитической психологии* психиатра *К. Г. Юнга* фрейдовский термин «либидо» используется для обозначения жизненной энергии, проявляющейся не только как сексуальность, но и как творчество. Юнг видит в индивидуальном и коллективном бессознательном, в котором заключены архетипы — прообразы, определяющие развитие научной, нравственной, художественной и религиозной сферы жизни. Их создавал опыт человечества в течение тысячелетий. К ним относятся, например: *anima* — символ женского естества в подсознании мужчины и противоположный ему *animus* — естество мужчин в коллективном бессознательном женщины.

*Гештальт-психология* сформировалась при господстве идеалистической философии в Германии в начале XX в. В ней мир рассматривается как совокупность организованных форм (гештальтов). В основе этого направления лежит мысль Эренфельса о качестве формы: мелодия остается мелодией, несмотря на перенесение (транспортировку) ее в любую тональность, так же как и копии картины, нарисованные разными красками и разного размера. Следовательно, формы (образования) не являются только простым механическим слагаемым элементом, а представляют собой новую структуру. *Гештальт* — это целостное образование, имеющее

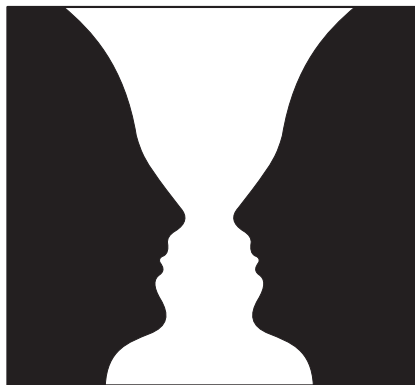


Рис. 1. Реверсibilная фигура  
«ваза-лицо»

шается, если образ воспринимается изолированно от целостного зрительного поля. В этом заключается феномен «фигуры и поля». Фигура — это замкнутое, выступающее на передний план целое, отделенное от фона контуром. Фон — то, что находится позади фигуры. Реверсibilная фигура «ваза-лицо» демонстрирует основные положения данного феномена (рис. 1). В гештальт-психологии интеллект трактовался как поведение, направленное на решение проблем.

**Гуманистическая психология** сформировалась как альтернатива бихевиоризму в 50-е годы XX в. Один из ведущих представителей этого направления *Р. Мэй* писал, что «понимание человека как пучка инстинктов или собрания рефлекторных схем приводит к потере человеческой сущности». Целостный подход к личности является фундаментальным принципом гуманистической психологии, которая основывается на вере в возможность реализации способностей каждого человека при условии предоставления ему свободы выбора своей судьбы. В качестве детерминанты поведения и развития личности рассматривают потребность в самоактуализации, стремление к развитию и осуществлению своих потенциальных возможностей, к достижению определенных жизненных целей. Основной стержень гуманистической психологии — оптимистический взгляд на природу человека. Американский психолог *К. Роджерс* (1902 — 1987), один из основоположников гуманистической психологии, считал, что в каждом человеке заложено стремление полностью проявить себя, и он наделен побуждениями, необходимыми для развития всех своих возможностей. Общественные нормы и воспитание принуждают его в ущерб собственным чувствам и потребностям принимать ценности, навязанные другими, что служит источником неудовлетворенности и нарушения поведения. Терапевтический метод Роджерса основан на том, что-

собственное свойство, которое не исчерпывается свойствами отдельных его частей. Хотя части и целое взаимообуславливают друг друга, свойства целого всегда превалируют, доминируют над свойствами частей, иными словами, наблюдается феноминальная и функциональная доминантность целого над частями. Образ рассматривается как самостоятельный феномен. Константность, т. е. постоянство образа при меняющихся условиях восприятия, является основным свойством гештальта. Оно нару-

бы дать больному возможность осознать свои истинные чувства и самостоятельно реализовать свои способности.

### **Вопросы и задания для самоконтроля**

1. Как понимали личность древнегреческие философы?
2. Что нового внес Декарт в понимание сущности человека?
3. Как проходило становление психологии как экспериментальной науки?
4. Что такое бихевиоризм?
5. Дайте определение понятиям подкрепления и научения. Каковы их виды?
6. Дайте определение глубинной психологии. Каковы ее основные направления?
7. Расскажите о психоанализе З. Фрейда.
8. Расскажите об аналитической психологии Юнга.
9. Расскажите об индивидуальной психологии Адлера.
10. Дайте определение понятию экзистенциализма.
11. Каковы основные понятия гештальт-психологии?

## **Глава 3**

### **МЕТОДЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Психологическая диагностика**, или психодиагностика (от греч. *psyche* — душа и *diagnosis* — распознавание), является прикладным разделом, сформировавшимся под влиянием фундаментальных отраслей психологии и практических запросов жизни. Это область психологической науки, в рамках которой разрабатываются методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей человека, его взаимодействия с окружающим миром. Как самостоятельное направление психодиагностика существует с 20-х годов XX в. Основные ее задачи — целенаправленное и развернутое изучение личности во всем многообразии ее индивидуальных психических проявлений в различных ситуациях и условиях функционирования, «диагностика состояний, свойств и возможностей “единичного” человека, практическая работа с каждым отдельным человеком в целях его воспитания и обучения, профилактики и лечения» (Ананьев, 1980).

Важнейший методический принцип психодиагностики — *принцип комплексности* — предполагает сочетание различных методических приемов при диагностике одного и того же свойства, а также сочетание методик, направленных на родственные психические свойства и соотнесение результатов инструментального исследования с клинико-описательными данными. Успешная реализация данного принципа во многом зависит от индивидуально-



го опыта в интерпретации итогов исследования с учетом реальной жизненной ситуации испытуемых.

Результаты психодиагностических исследований имеют прикладное значение для ряда областей жизнедеятельности, в числе которых:

- оптимизация процессов обучения и воспитания детей;
- профотбор и профориентация;
- психологическое консультирование;
- психогигиена и психопрофилактика;
- диагностика, лечение и социально-трудовая реабилитация;
- различные виды экспертной практики.

В каждой из этих областей существуют специфические условия использования психодиагностических средств, особые задачи и методы, составляющие предмет специальной психодиагностики (медицинской, педагогической, профессиональной, спортивной и т. п.).

В современной психологии, согласно положению *С.Л. Рубинштейна* (1946) об активном, формирующем воздействии психологического исследования, выделяют две основные функции психодиагностики: *гностическую* (информационную) и *преобразовательную* (коррекционную).

При реализации этих функций психодиагностика опирается на принципы нормативного регулирования исследовательского и практического использования психодиагностических методик, а также на международные профессионально-этические стандарты, принятые в работе психологов: ответственности; компетентности; этической и юридической правомочности; конфиденциальности; благополучия клиента; информирования клиента о целях обследования; морально-позитивного эффекта исследования.

Одна из первых систематик методов психологического исследования была предложена *С.Л. Рубинштейном* (1946), который выделял в качестве основных методов *наблюдение*: «внешнее» (объективное) и «внутреннее» (самонаблюдение), а также *эксперимент*: лабораторный, естественный и психолого-педагогический с программой активных формирующих воздействий на психическое развитие ребенка. В качестве дополнительных или вспомогательных экспериментально-психологических методов *Рубинштейн* называл психофизиологический эксперимент, особенно метод условных рефлексов, а также беседу.

Существуют классификации методов психодиагностики, разделяющие их с точки зрения характера и направленности психической активности испытуемого.

1. *Интроспективные* методы, которые требуют свободного или несвободного (по заданной схеме) словесного сообщения испытуемого о личном опыте, своих эмоциональных реакциях, отношениях (анкеты, беседы).

2. *Экстраспективные*, основанные на свободном или управляемом наблюдении и оценке самых разнообразных психических проявлений испытуемого.

3. *Проективные* — испытуемый проецирует свое психическое состояние в словесные, графические или манипуляционные (творческие) реакции на малоструктурированные, многозначные стимулы.

4. *Исполнительные* — субъект осуществляет какое-либо перцептивное, моторное или мыслительное действие, количественные и качественные характеристики которого являются показателями интеллектуальных или личностных черт.

Приведенная классификация опирается на исторически наиболее старую систематику, предполагающую «выделение следующих трех методов как основных структур организации психологического исследования. Это методы интроспекции, экстероспекции и “понимания”».

Б. Г. Ананьевым (1976) была предложена классификация методов психологического исследования, неотъемлемую часть которой составляют психодиагностические методы, а также способы обработки и интерпретации полученных данных.

1. *Организационные методы:*

- сравнительный (сопоставление по различным признакам);
- лонгитюдный (многократное обследование одних и тех же лиц на протяжении длительного времени);
- комплексный (исследование представителей различных специальностей, где один объект исследуется разными средствами).

2. *Эмпирические:*

- наблюдение (общее и целенаправленное) и самонаблюдение;
- экспериментальные методы;
- психодиагностические (тесты, анкеты, опросники, социометрия, интервью, беседа);
- анализ продуктов психической деятельности;
- биографические;
- психофизиологические.

3. *Методы обработки данных:*

- количественный (статистический);
- качественный (дифференциация материала по группам, анализ).

4. *Интерпретационные:*

- генетический;
- структурный (устанавливает связи между характеристиками личности).

Наблюдение обычно проводится в естественных условиях, без вмешательства в ход деятельности, согласно строгому плану. Факты поведения фиксируются в специальном дневнике, происходит объяснение их сущности.

При осуществлении наблюдения запись может быть сплошной (при изучении личности и ее деятельности в целом) или выборочной (при исследовании отдельных проявлений психической деятельности личности).

В зависимости от степени вмешательства экспериментатора в протекание психических явлений выделяют следующие виды эксперимента:

*констатирующий*, когда выявляются психические особенности и уровень развития того или иного качества, моделируются некоторые стороны деятельности человека. Ограниченность этого вида эксперимента заключается в невозможности проследить процесс приобретения знаний или формирования качеств;

*обучающий* (формирующий), который предполагает целенаправленное воздействие на испытуемого в целях формирования у него определенных качеств. Эксперимент может иметь обучающий и воспитательный характер.

С точки зрения условий проведения различают лабораторный и естественный эксперименты.

*Лабораторный* — проводится с применением различной аппаратуры и специальных методик согласно инструкции. Он дает возможность получить объективные данные о протекании и развитии психических процессов в конкретных ситуациях, однако искусственные условия, создаваемые в лабораториях, нередко затрудняют объективное изучение.

*Естественный* эксперимент осуществляется в естественных условиях деятельности человека, который не предполагает, что подвергается определенному психологическому исследованию (А. Ф. Лазурский, 1910).

Психологические методики подразделяются по форме сбора информации на:

- 1) опросники;
- 2) тесты–задания;
- 3) проективные методики.

Опрос может быть как *устным* (сбор фактов в процессе личного общения — интервью), так и *письменным* (опосредованным):

– анкетирование (составление письменного самоотчета по предложенной исследователем программе). Использование анкет позволяет собрать большой фактический материал, однако при этом отсутствует контроль искренности ответов;

– личностные опросники, которые позволяют построить профиль личности (например, опросники ММРІ, опросник Айзенка, 16-факторный опросник Кеттелла).

Самоотчеты делятся на специально непредназначенные (личностные опросники) и специальные (для оценки эмоциональных состояний).

Тестирование — это система заданий, позволяющих определить уровень развития определенных психических качеств, состояния, процесса или свойства человека (от англ. *test* — задача, задание). Большую роль при тестовом исследовании играет предшествующий навык, хотя все тесты построены так, чтобы нивелировать фактор обучаемости. Затруднения в процессе тестирования возникают также тогда, когда один и тот же тест проводится среди представителей разных культур, имеющих свои специфические особенности. Поэтому для оценки результатов необходимы нормы — критерии, которые содержат варианты интерпретации результатов, а значит, требуется валидизация (проверка) методики.

Тесты позволяют провести сравнительный анализ данных по большим массивам испытуемых.

Тесты бывают индивидуальными и групповыми, а также они различаются по назначению:

*критериально-ориентированные* — оценивают соответствие определенному критерию;

*достижений* — определяют степень выраженности симптома или черты;

*измерения интеллекта* — оценивают умственное развитие и эрудицию;

*психофизиологические* — исследуют психофизиологические особенности человека;

*вербальные.*

Единицы измерения при тестировании — баллы и производные от них — стеньги. На этом основании применяется шкальная система оценки. Выделяют клинические и психологические шкалы. Примерами клинической шкалы являются шкалы тревоги Шихана и депрессии Зунга; психологической — шкала самооценки тревожности Спилберга.

### В а р и а н т ы ш к а л.

1. В зависимости от числа измеряемых переменных:

*монополярные* (однополюсные, одномерные) — измеряют одну психологическую переменную, например интеллект, чувство и т. п.;

*биполярные* (двуполюсные) — оценивают два психологических параметра одновременно, причем один полюс соответствует максимальной выраженности какого-либо качества, а другой — максимальной выраженности противоположного. Примером может служить шкала Айзенка «эмоциональная стабильность — нейротизм»;

*многомерные* — измеряют несколько психологических переменных. Пример клинической многомерной шкалы — лист симптомов Хопкинса; пример личностной шкалы — шкала Вессмана-Рикса, предназначенная для построения профиля настроения.

## 2. По характеру связи:

*рядоположенные*, но не связанные — ортогональные шкалы; *сопряженные* шкалы, связанные корреляционной зависимостью, когда изменение одного свойства влечет изменение другого, следовательно, вызывает сдвиг по другой шкале. Например, образовательный уровень связан с внушаемостью отрицательной связью.

Проективные методики характеризуются глобальным подходом к оценке личности и основаны на психоаналитической концепции. Внимание фокусируется на общей картине личности как таковой, а не на оценке отдельных ее свойств. Главной особенностью проективных методик можно назвать неограниченное разнообразие возможных ответов, допускаемых в решении задачи. Тестовые стимулы обычно расплывчаты или неоднозначны. Даются только краткие, общие инструкции. Гипотеза, на которой строятся подобные задания, состоит в том, что способ восприятия и интерпретации индивидом тестового материала или «структур» ситуации должен отражать фундаментальные аспекты функционирования его психики. Другими словами, предполагается, что тестовый материал играет роль экрана, на который «проецируются» характерные для испытуемого мысли, потребности, эмоции и конфликты.

Кроме того, это замаскированное тестирование, поскольку обследуемый не знает, на что направлены вопросы, и не предполагает, как будут интерпретироваться его ответы. Есть мнение, что проективные методики наиболее эффективны для обнаружения скрытых, завуалированных или неосознаваемых сторон личности. Затрагиваются не только эмоциональные, мотивационные и межличностные характеристики личности, ее установки, но и некоторые когнитивные аспекты (общий интеллектуальный уровень, оригинальность и стиль решения проблемных ситуаций). Проективные методы требуют высокой квалификации исследователя, так как связаны с субъективной интерпретацией результатов. Их примерами являются тематический апперцептивный тест (ТАТ) и методика «незаконченных предложений».

Проективные методики предполагают преимущественно словесные ответы, а некоторые из этих методик полностью вербальны, т. е. используют слова и в качестве стимульного материала, и в ответах. Часть таких вербальных методик может применяться как в устной, так и в письменной форме, но все они пригодны для письменного предъявления при групповом тестировании. Примером таких методик служит «Тест на словесные ассоциации», имевший первоначальное название «Тест на свободные ассоциации» и являющийся одной из первых проективных методик в целом. Процедура проведения теста состоит в предъявлении испытуемому

серии не связанных между собой впоследствии понятий, на каждое из которых он отвечает первым пришедшим на ум словом. Среди психоаналитиков наибольший вклад в развитие тестов на словесные ассоциации принадлежит К. Юнгу (1910), который отобрал слова-стимулы, составил «эмоциональные комплексы» и проанализировал время реакции, содержание и фактическую выраженность эмоционального напряжения. Результаты анализируются в соответствии с такими характеристиками, как доля обычных, или распространенных, ответов, время реакции, нарушения ассоциативных связей и ухудшение воспроизведения при повторном тестировании.

На основании выделения основного методического принципа психодиагностики современные методы условно разделяются на две большие группы (Столин, 1987):

- 1) стандартизованные, измерительные;
- 2) экспертные, или клинические.

В основе *стандартизованных* методов лежит соблюдение достаточно строгих и четко, в явной форме сформулированных правил. Эти методы обеспечивают психологический диагноз и прогноз с вероятностной точностью, но более направлены на обследование групп испытуемых, чем на индивидуальное обследование.

*Экспертные* методы в большей степени основаны на профессиональном опыте, интуиции исследователя. Эти методы часто оказываются более эффективными для изучения психических явлений, плохо поддающихся объективизации и осознанию. Если их применяет эксперт высокой квалификации, они являются надежным средством индивидуальной диагностики.

### **Вопросы и задания для самоконтроля**

1. Дайте определение понятию «психодиагностика».
2. Каковы функции и области применения психодиагностики?
3. Какая существует систематизация методов психологических исследований?
4. Дайте примеры применения психологического обследования.

## **Глава 4**

### **ВОЗНИКНОВЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ПСИХИКИ**

Чтобы понять природу человеческой психики, необходимо знать, как она возникла и развивалась в процессе биологической эволюции и в силу каких причин приобрела качественно новую специфику у человека.

Данная проблема имеет три аспекта изучения:

- 1) возникновение и развитие психики в животном мире;

- 2) возникновение и развитие человеческого сознания;
- 3) развитие психики в онтогенезе человека (от рождения до смерти).

Эволюция психики в животном мире связана с возникновением и развитием нервной системы, головного мозга. А. Н. Леонтьев выделяет три стадии этого процесса.

I. *Элементарной чувствительности*, когда животное реагирует только на отдельные свойства предметов внешнего мира.

II. *Предметного восприятия*, когда отражение действительности происходит в виде целостных образов.

III. *Интеллекта*, когда возникают сложные формы отражения и возникает способность решать задачи, требующие подготовительных действий (двухфазные задачи).

Все формы движения материи, как органическая, так и неорганическая, обладают всеобщим качеством материального мира — отражением. При переходе к биологической форме движения материи отражение качественно изменяется: например, у вирусов и микроорганизмов возникает раздражимость. Из всех форм раздражимости наиболее распространенной является *тропизм*, т.е. реагирование своеобразными движениями на биологически значимые факторы окружающей среды.

Различают термотропизм — движение живого организма под воздействием тепла; фототропизм — движение под воздействием света и др.

Развитие раздражимости, которое происходит в связи с усложнением условий существования организмов и с более высокой их организацией, ведет к возникновению чувствительности — простейшей формы проявления психики.

Благодаря нервной системе организм начинает функционировать как единое целое. Согласно А. Н. Леонтьеву, «чувствительность ориентирует организм в среде, выполняя сигнальную функцию». Следовательно, *чувствительность* — это раздражительность на биологически нейтральные факторы внешней среды, связанные с биологически значимыми раздражителями. Например, признаки предметов (величина, форма, запах, цвет), сами по себе безразличные (в том смысле, что они не играют роли в осуществлении обмена веществ), вызывают раздражение, поскольку сигнализируют о появлении биологически значимых факторов окружающей среды.

Таким образом, возникновение чувствительности связано с сигнальным характером отражения. На данном этапе развития появляются органы чувствительности и движения; орган связи и координации процессов в организме — нервная система. Эта I стадия получила название стадия *элементарной сенсорной психики* (по Леонтьеву). Ее отличительная особенность — отражение отдельных свойств предмета, а не целостного образа.

С дальнейшим развитием центральной нервной системы связана II стадия — *перцептивной (воспринимающей) психики*. Характерной особенностью отражения на этом этапе является способность к формированию целостного образа (предметное отражение). Появляются представления и отсроченные реакции. Наряду с инстинктивными формами поведения возникают индивидуально приобретенные навыки.

Если инстинкты — это сложные акты поведения, направленные на удовлетворение биологических потребностей и основанные на безусловных рефлексах, относительно постоянные и однотипные у животных одного вида, то навыки — это индивидуально приобретенные и закрепленные при неоднократном повторении измененных явлений природы способы поведения; цепь отобранных и заученных движений, ведущих к цели. Они вырабатываются в основном у животных, которые уже имеют кору головного мозга. Отличие навыков от классических условных рефлексов, по Павлову, заключается в том, что успех животного определяется активным характером его действий. Примером может служить способность приспособливаться животных к местности. Так, волки идут наперерез своей жертве, когда охотятся в поле, но если они находятся в лесу, то нападают из засады.

*Интеллектуальное поведение* как вершина психического развития животных (III стадия развития психики по Леонтьеву) выражается в способности отражать более сложные связи и отношения между отдельными предметами или их свойствами, в «изобретении» новых способов решения задач. Оно свойственно прежде всего человекообразным обезьянам (приматам). Например, если положить яблоко около клетки с обезьяной на таком расстоянии, что животное не может дотянуться до него, то обезьяна использует лежащую рядом палку, чтобы достать пищу. Интеллектуальное поведение приматов заключается не в обдумывании и размышлении, а в действиях, так как у них отсутствует вторая сигнальная система (речь), с которой связана рассудочная деятельность. Способность продумывать и планировать свою деятельность возникла только у человека — в процессе общественного труда. Интеллектуальное поведение обезьян представляет собой ту верхнюю границу эволюции психики животных, за которой начинается история развития человеческого сознания.

И. П. Павлов выделил первую и вторую сигнальные системы как формы отражения действительности. Первая сигнальная система подразумевает раздражения, которые приходят в мозг как форма отражения действительности в виде ощущений и представлений от внешней среды, в том числе и социальной, включая слово. Вторая сигнальная система отражения действительности отличается опосредованным характером отражения в виде мышления, «будучи сигналом первых сигналов» согласно И. П. Павлову.



## Характеристика деятельности

Животных	Человека
Инстинктивная	Направляется познавательной потребностью и потребностью в общении
Нет совместной деятельности	Совместная
Руководствуется впечатлениями	Абстрагирует, устанавливает причинные связи
Типичны наследственно закрепленные программы поведения	Передача и закрепление опыта через социальные средства общения (язык и другие системы знаков)
—	Изготовление орудий труда

В рамках второй сигнальной формы отражения ощущения преобразовались в восприятие, эмоции — в чувства. Наряду с первой сигнальной механической появилась смысловая, логическая память. Опережающее отражение легло в основу формирования волевых процессов. Все формы психического отражения объединены в единую структуру посредством высшей в эволюции природы формы отражения — посредством сознания.

Основной предпосылкой и условием возникновения сознания явилось развитие мозга человека, связанное с трудовой деятельностью, которая коренным образом изменила отношение человека к окружающей среде (табл. 1).

*Труд* — это процесс воздействия на природу. Для него характерно:

- 1) изготовление и употребление орудий труда;
- 2) осуществление совместной коллективной деятельности, направленной на общую цель;
- 3) развитие руки как органа познания.

Выделяют отдельные элементы сознания. Переживание как первый элемент сознания начинается с эмоций, а образное познание (второй элемент сознания) — с ощущений. Эмоции и ощущения закрепляются в виде следов памяти (следовое отражение). Видовая наследственная память определяет инстинкты, основные из которых — инстинкты продолжения рода и самосохранения. Индивидуальная память является основой развития автоматизированных компонентов деятельности в виде навыков как форм поведения, приобретаемых в индивидуальном опыте, и инстинктов, приобретаемых в опыте, передаваемом по наследству.

## Вопросы и задания для самоконтроля

1. Назовите стадии развития психики в животном мире по Леонтьеву.
2. Дайте определение понятиям «раздражимость» и «чувствительность».
3. Какие есть формы поведения в филогенезе животных (понятия инстинкта, навыка и интеллектуального поведения)?
4. Какие есть формы отражения действительности по И. П. Павлову?
5. Расскажите о понятии, основных предпосылках и факторах возникновения сознания.
6. Дайте сравнительную характеристику деятельности человека и животных.

## Глава 5

### ВОЗРАСТНО-ПОЛОВАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЧЕЛОВЕКА

#### 5.1. Возрастное развитие человека

Психическое развитие — это процесс, развертывающийся во времени и сопровождающийся как количественными, так и качественными изменениями. *Возраст в психологии* определяется как относительно ограниченная во времени ступень психического и личностного развития человека, характеризующая совокупностью закономерных физиологических и психологических изменений, не связанных с индивидуальными особенностями.

В целом можно констатировать, что процесс формирования личности — это прежде всего социализация. Развитие и обучение едины. Поэтому при обучении следует учитывать закономерности психического развития ребенка и его возможности. «Ближайшая зона развития», по Л. С. Выготскому, — это разница между тем, что ребенок может делать сам и что — с помощью взрослых. В связи с этими критериями развития психики выступают *новообразования* (Л. С. Выготский), представляющие собой те психические и социальные изменения, которые впервые возникают на данной возрастной ступени и определяют сознание, отношение к окружающему миру, внутреннюю и внешнюю жизнь. В юности, например, появляются профессиональное самоопределение и ответственность, а в зрелости — устремленность к профессиональным вершинам, стабильные профессиональные притязания, индивидуализация.

В процессе изучения возрастного развития человека были выделены некоторые его закономерности, такие, как неравномерность и гетерохронность.

*Неравномерность* заключается в том, что отдельные психические функции и личностные качества человека имеют определенную траекторию изменений во времени. Их развитие и старение

происходит неравномерно и в разные возрастные периоды может ускоряться или замедляться. Известно, например, увеличение темпов развития в подростковый период и относительное их замедление в период зрелости. На неравномерность этого процесса оказывает влияние историческое время. В XX в. по сравнению с XIX в. наблюдаются явления ускорения, или акселерации, физического и психологического развития и в то же время замедление процессов старения.

*Гетерохронность* проявляется в несовпадении во времени характеристик развития различных функций. Например, сенсорное развитие достигает оптимума в 18—25 лет, интеллектуальные и творческие способности — в среднем в 35 лет, а личностная зрелость наступает в 50—60 лет. Эта особенность создает благоприятные условия для возрастного индивидуального развития человека на протяжении всей его жизни. В период роста наиболее быстро формируются именно те психические свойства (например, сенсорные), которые имеют первостепенное значение для развития других функций. В период старения гетерохрония обеспечивает сохранность и дальнейшее совершенствование одних функций за счет других, которые в это время инволюционируют и ослабевают. Так, осведомленность и словарный запас человека могут увеличиваться, в то время как психомоторные и сенсорно-перцептивные свойства ухудшаются. Гетерохронность развития отражается в выделении различных видов в о з р а с т о в. Существует понятие *паспортного возраста*, который определяется количеством прожитых лет. *Биологический возраст* характеризуется степенью зрелости и сохранности организма. *Социальный возраст* зависит от тех социальных ролей и функций, которые выполняет человек. *Психологический возраст* определяется характером планов, жизненных перспектив и зависит от соотношения во внутреннем мироощущении личности психологического прошлого и психологического будущего. Чем больше у человека нереализованных планов, тем меньше его психологический возраст. Болезнь может изменять эту внутреннюю систему отсчета и увеличивать психологический возраст личности, повышая удельный вес психологического прошлого.

В развитии человека инволюционные и эволюционные процессы взаимосвязаны. К психологическим факторам возрастного развития, противостоящего старению, можно отнести *развитие речи и мышления*. Известно, что если человек продолжает получать образование в зрелом возрасте, занимается умственным трудом, то он отличается высокой сохранностью психофизиологических функций. При этом у взрослого человека наблюдается повышение обучаемости. Вторым фактором развития является *сенсбилизация функций* в процессе трудовой деятельности.

В развитии психических функций выделяются две фазы.

Первая фаза характеризуется общим прогрессом функций (в юности, молодости, начале среднего возраста), определяемым их созреванием.

Во второй фазе эволюция функций сопровождается специализацией их применительно к определенной деятельности. Этот второй пик функционального развития достигается в более поздние периоды зрелости.

Если в первой фазе развития главным движущим началом является функциональный механизм, то во второй в качестве основных регулирующих факторов выступают операциональные механизмы, а продолжительность этой фазы определяется степенью активности человека как субъекта деятельности. Так, например, было показано, что острота зрения, поле зрения, глазмер могут сохраняться вплоть до пенсионного возраста благодаря включенности их в профессиональную деятельность.

По мере становления личности растет целостность, интегративность ее психической организации, усиливается взаимосвязь различных свойств и характеристик, накапливаются новые потенциалы развития. Происходит расширение и углубление связей личности с окружающим миром, обществом и другими людьми. Особую роль играют те стороны психики, которые обеспечивают внутреннюю активность индивида, проявляющуюся в его интересах, эмоциональном, осознанном отношении к окружающему миру и к собственной деятельности.

Индивидуальность как продукт развития, сформировавшись, сама становится объективным фактором дальнейшего развития человека.

Важнейшую роль в развитии личности играют общие способности или одаренность. Наличие противоречий между возможностями, потенциалами, способностями человека и его интересами, отношениями, направленностью, т.е. между потенциями и тенденциями, выступает как необходимый фактор и движущая сила развития индивидуальности. Пути и способы разрешения противоречий могут быть различными: формирование индивидуального стиля, снижение уровня притязаний, возникновение новых интересов и отношений, совершенствование личностных свойств индивида.

Психическое развитие человека характеризуется наличием сенситивных и критических периодов.

*Сенситивные* периоды развития — это периоды наибольшей чувствительности функций, готовности к разным видам деятельности. Например, периодом, сенситивным к освоению языка, является двух-трехлетний возраст.

*Критические* периоды, или возрастные кризисы, — особые, относительно непродолжительные по времени (до года) этапы

онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями и прерывающие стабильный ход развития. Они представляют собой переходные фазы от одного возрастного периода к другому, своеобразные переломные моменты человеческого развития, в недрах которых зреет качественный скачок, переход на новый уровень развития.

Для возрастных кризисов типичны следующие признаки:

- размытость границ;
- резкое обострение в середине возрастного периода;
- относительная трудновоспитуемость по сравнению с периодом стабильного развития;
- негативный, разрушительный характер.

Чем более неполноценен первичный материал и чем меньше социум принимает во внимание индивидуальные особенности развития, тем сильнее выражены возрастные кризисы, тем хуже они могут отразиться на личности.

Критические периоды характеризуются, с одной стороны, снижением многих показателей, захватывающих разные уровни индивидуальности. Например, в возрасте 18 лет отмечается снижение функций внимания, памяти, мышления с последующим их улучшением у 19—20-летних. С другой стороны, возрастные кризисы отличаются появлением раскогласований, противоречий, что ведет к возникновению новых продуктивных тенденций развития.

При составлении периодизаций возрастного развития используют различные принципы. Они могут опираться как на биологические характеристики возраста, когда жизненный цикл рассматривается как ряд последовательно сменяющихся друг друга стадий становления индивида, так и на социальные признаки развития личности.

Наиболее разработанными являются периодизации, основанные на биологических особенностях: показателях скорости роста, дифференцировки тканей и органов, напряженности и характера обмена веществ, изменениях в молекулярной биологии клеток. Существует целый ряд периодизаций по социальным признакам: например, по тем учреждениям, где ребенок социализируется (ясельное, дошкольное, школьное детство и т.д.). Есть мнение, что возрастные свойства — это место личности в социальной структуре.

**Возрастная периодизация жизни человека.**

1. Новорожденность — до 1 месяца.
2. Младенчество — 1—12 месяцев.
3. Раннее детство — 1—4 года.
4. Дошкольный период — 4—7 лет.
5. Младший школьный возраст — 7—12 лет.

6. Подростковый период — 12—16 лет.
7. Ранняя юность — 16—19 лет.
8. Поздняя юность — 19—21 год.
9. Молодость (ранняя зрелость) — 21—35 лет.
10. Зрелость — 35—60 лет.
11. Первая старость (пожилой возраст) — 60—75 лет.
12. Старость (преклонный возраст) — 75—90 лет.
13. Долгожительство — старше 90 лет.

К общепризнанным психологическим периодизациям относится периодизация детского и юношеского возраста по Д. Б. Эльконину (1960), отражающая связь становления личности и обучения.

По мнению этого ученого, психика человека развивается в результате его практической деятельности, которая начинается в детском возрасте и может продолжаться всю оставшуюся жизнь. При этом происходит расширение познавательной сферы в виде совершенствования психических процессов и собственно личностное развитие, которое, согласно Д. Б. Эльконину, идет в русле разных видов ведущей деятельности, последовательно сменяющих друг друга (табл. 2). Первым видом деятельности, с которой начинается формирование личности ребенка, выступает *непосредственное эмоциональное общение* младенца с матерью и другими людьми. Затем ведущей становится *манипулятивно-предметная деятельность*, определяющая развитие преимущественно познавательной сферы и соответствующих способностей. Далее на первый план выступает *игра*, формирующая межличностные отношения. В совместной учебной и игровой (трудовой) деятельности происходит интеллектуальное развитие, расширение личностных и социальных связей и взаимодействий, формирование интересов и мировоззрения. Как считает Д. Б. Эльконин, один этап от другого отделяют моменты, которые можно назвать «критическими периодами». Они наступают, когда возникает несоответствие между нравственными возможностями ребенка, его пониманием себя и поведением окружающих.

**Теория развития личности** в течение жизни была разработана Э. Эриксонем (1959). Систематизация этого американского психолога основана на общих тенденциях и взаимосвязи последовательных этапов с позиции гармоничности формирования личности от младенчества до смерти. В своей концепции Э. Эриксон, базируясь на теории Фрейда, акцентирует внимание на проблеме приспособления человека к социальному окружению в периоды восьми главных жизненных кризисов. Развитие личности, по Эриксону, отражает закономерная смена этапов, на протяжении которых происходят качественные преобразования внутреннего мира, отношений и поведения человека, в результате чего он приобретает нечто новое, характерное именно для данного этапа развития. Личностные новообразования могут возникать, с точки зрения Эрик-

**Периодизация детского и юношеского возраста (по Д. Б. Эльконину)**

Возраст	Ведущая деятельность	Направленность познавательной деятельности	Психические новообразования
Младенческий (до года)	Непосредственное эмоциональное общение	Сенсомоторное развитие	Потребность в общении, эмоциональные отношения к людям
Раннее детство (до 3 лет)	Предметная	Манипуляции с предметами и речь	Речь, мышление
Дошкольный	Ролевая игра	Межличностное общение	Потребность в общественно значимой деятельности
Младший школьный (6 — 10 лет)	Обучение	Первичные знания	Произвольность психических явлений, планирование, рефлексия
Подростковый (до 14 лет)	Общественно полезная деятельность (учебная, трудовая, организационная)	Система отношений в разных ситуациях	Стремление к самостоятельности, взрослости, критическое отношение к окружающим, самооценка, умение подчиняться нормам коллектива
Старший школьный (15 — 17 лет)	Учебно-профессиональная	Профессиональная деятельность	Мировоззрение, профессиональные интересы

сона, лишь тогда, когда в прошлом для них были созданы соответствующие психологические предпосылки — условия, подготовленные всем ходом предшествующего развития. В процессе формирования личность приобретает как положительные, так и отрицательные свойства, которые нашли отражение в выделении двух основных линий личностного развития. В чистом виде они обычно не встречаются, но образуют различные промежуточные варианты и комбинации.

На первой стадии развитие ребенка определяется общением с ним взрослых людей, в первую очередь матери. Появляются предпосылки психологического стремления к людям или отстранения от них.

Вторая стадия обуславливает формирование у ребенка самостоятельности и уверенности в себе в зависимости от особенностей отношений со взрослым окружением.

Третья и четвертая стадии совпадают в целом с описанными Д. Б. Элькониним и характеризуются доминированием учебной и трудовой деятельности для психологического развития личности. Следующие стадии личностного развития, по Эриксо-ну, отражают приобретение новых жизненных и социальных ролей, позволяющих человеку по-новому смотреть на многие вещи. В итоге личность как социально-психологический феномен представляет собой жизненно устойчивое в своих проявлениях образование. *Устойчивость* личности характеризуется последовательностью действий и предсказуемостью поведения человека, придает его поступкам закономерный характер. Стержневые свойства личности и их устойчивое сочетание определяют социальную значимость и поведение человека в целом.

В зрелом возрасте основной психологической проблемой становятся идентичность, самовыражение и принятие себя (т. е. объективизация личности), которое чаще всего основывается на идентификации в профессиональной сфере, достижениях и социальном статусе. При этом трудовая деятельность выступает в качестве условия и формы проявления зрелости (Б. Г. Ананьев).

К. А. Абульханова-Славская описала четыре типа идентификации в профессии.

I тип — идентификация происходит через выбор профессии, максимально отвечающей особенностям личности (например, если человек склонен к риску, то выбирается специальность, связанная с работой в трудных условиях, с опасностью для жизни). Личностные предпосылки к выбору профессии медицинской сестры могут быть основаны на альтруизме, ориентации на результат своей деятельности.

II тип — идентификация с профессией дает возможность продвижения личности по ступеням карьерной лестницы или мастерства.

III тип — движение в профессии осуществляется путем развития и совершенствования качеств и способностей индивида. Если в момент выбора специальности способности находились в потенциальном состоянии, то профессия актуализирует их и тем самым открывает перспективу развития личности.

IV тип — совпадение с профессией обусловлено не только имеющимися способностями, но и творческой активностью личности в целом.

Рассогласование в сфере профессиональной идентичности, включающее недовольство успешностью карьеры, уровнем авторитетности и материального благосостояния, является лишь одним из значимых психотравмирующих факторов, более важным



для мужчин, чем для женщин. Процесс сличения идеала и реальности происходит в сфере личностного роста, включающей удовлетворенность самоактуализацией и самооценку. Профессиональная деятельность является основной в среднем возрасте, а к старости по значимости она уступает место самоценности существования. Человек средних лет склонен анализировать свою востребованность для общества, степень раскрытия в течение жизни своих потенциальных возможностей и способностей. При переходе к пожилому и преклонному возрасту происходит постепенное принятие той роли и положения, которые достигнуты к этому времени, и личность начинает ориентироваться на собственное здоровье, общечеловеческие ценности (например, справедливость), на достоянное завершение жизненного пути.

Имеется ряд особенностей поведения людей старшего возраста в норме.

1. Люди со здоровой психикой активнее участвуют в процессе общения, чем психически больные.

2. У пожилых женщин в среднем больше общественных ролей, они имеют больше друзей, чем мужчины, но чаще жалуются на одиночество и недостаток социальных контактов.

Принято считать, что выход на пенсию является как бы разделяющей чертой между возрастом активных действий, здоровья, бодрости и периодом старости, когда активность сменяется пассивностью, жизнь превращается в борьбу за здоровье, интересы становятся уже, жизнь течет по типу «семейно-бытовых картинок» под лозунгом «старости присущи болезни, так же как молодости — здоровье». Хотя старение — неизбежная биологическая закономерность, но тем не менее культурная среда, в которой оно происходит, оказывает существенное влияние на этот процесс. Половина людей, живущих в экономически развитых странах, в возрасте от 75 до 84 лет не испытывают проблем со здоровьем, которые требовали бы специального лечения или ограничивали их деятельность.

Выделяется несколько основных жизненных позиций пожилых людей (К. Висневска-Рошковска).

1. *Конструктивная позиция.* Люди с такой ориентацией всю жизнь были спокойными и удовлетворенными. Они позитивно относятся к жизни, способны смириться с приближающейся смертью, активны и готовы оказать помощь другим. Из старости трагедии не делают, ищут развлечений и контактов с людьми.

2. *Зависимая позиция.* Присуща пожилым людям, которые всю жизнь не вполне доверяли себе, были слабовольными и пассивными. Старая, они еще с большим усилием ищут признания, не получая которого в достаточной степени, чувствуют себя несчастными.

3. *Защитная позиция.* Формируется у людей, склонных к сопротивлению. Они не стремятся к сближению с окружающими, не

желают получать от кого бы то ни было помощь, держатся замкнуто, отгораживаясь от общества, скрывая собственные чувства. Старость воспринимается ими с негодованием и ненавистью.

4. *Позиция враждебности к миру.* Это «гневные старики», склонные обвинять окружающих и общество во всех неудачах, которые они претерпели в жизни. Такие люди подозрительны, агрессивны, никому не верят, не хотят от кого-либо зависеть, испытывают отвращение к старости, стараются держаться за работу.

5. *Позиция враждебности к себе и своей жизни.* Выражается в пассивности, исчезновении интересов и инициативы. Люди склонны к пониженному настроению и фатализму, чувствуют себя одинокими и ненужными. Свою жизнь они считают неудавшейся, к смерти относятся спокойно, как к избавлению от существования.

Таким образом, «старение» — термин, который можно использовать для обозначения психопатологии и явлений, сопровождающих поздний период жизни. Большинство изменений, связанных со старением, носят постепенно-прогрессирующий характер. Пожилой возраст можно рассматривать как определенную фазу развития, что подразумевает, в частности, динамику защитных реакций на различные физические и психосоциальные явления, наличие специфических психотравмирующих факторов, свойственных именно этому периоду жизни.

## 5.2. Половые различия людей

Половые различия людей называются *половым диморфизмом*. Он охватывает как самые ранние, так и поздние периоды человеческой жизни, не ограничиваясь периодами половозрелости и полового созревания, и относится к характеристикам онтогенетической эволюции человека. Половая дифференциация охватывает все уровни психологической структуры, определяя своеобразие регулирования как внутренней среды организма, так и взаимодействия с внешним миром. Известна меньшая жизнеспособность плодов мужского пола; кроме того, у мальчиков чаще встречаются отклонения, такие, как заикание, дислексия, алалия, а также задержки психического развития.

Таким образом, по характеристикам генотипа мужчины имеют большее разнообразие. Женщины же легче приспосабливаются к быстро изменяющимся условиям среды за счет фенотипической изменчивости, сохраняя весь набор наследственной информации, в отличие от мужчин. В соответствии с этим женский организм отличается большей стабильностью в ситуациях стрессовых воздействий, а его психофизиологические функции легче восстанавливаются; он обладает значительными резервами, с чем связана большая продолжительность жизни женщин. У женщин лучше раз-

вита координация, в то время как для мужчин характерна большая мышечная сила. Сила и динамичность процесса возбуждения у женщин выше, а лабильность нервных процессов — меньше, чем у мужчин.

Психологические различия проявляются по многим показателям. Женщины более внимательны к эмоциональным признакам, делают меньше ошибок в эмоциональных суждениях. Словесные портреты, созданные женщинами, отличаются полнотой и дифференцированностью. Уровень интеллекта у мужчин и женщин приблизительно одинаков, но имеются существенные различия в его структуре. У женщин преобладают показатели вербальной составляющей: больше словарный запас, лучше осведомленность о разных сторонах жизни. У мужчин сильнее развиты невербальные подструктуры интеллекта: пространственное мышление, скорость выработки зрительно-моторного навыка, конструктивные способности.

При анализе способностей по тестам и творческим проявлениям в жизни психологи не обнаружили достоверных половых различий и выдвинули гипотезу о том, что творческому успеху женщин мешает излишняя концентрация на межличностных отношениях. Изучение личностных особенностей показало, что тревожность и нейротизм у женщин выше, но и способность подавлять тревогу развита лучше. Поведение в ситуациях фрустрации выявило у мужчин преобладание внешнеобвинительных реакций с тенденцией к самозащите, а у женщин — безобвинительных реакций.

### **Вопросы и задания для самоконтроля**

1. Дайте определение психического развития.
2. В чем заключается неравномерность и гетерохронность возрастного развития?
3. Дайте определение сенситивных и критических периодов жизни человека.
4. Каковы фазы развития психических функций?
5. Расскажите о периодизации развития личности по Эльконину.
6. Расскажите о развитии личности по Эриксону.
7. Охарактеризуйте особенности зрелого и старческого возраста.
8. В чем выражается половой диморфизм?

## **Глава 6**

### **ЛИЧНОСТЬ**

#### **6.1. Основные понятия теории личности**

Психические качества индивида не обособлены друг от друга, а соподчинены и организованы в единое целое, и эта их связь

определяет целостность и единство личности. Описание личности человека начинается с того момента, когда обнаруживаются некоторые устойчивые отношения между свойственными ему чертами. Эти отношения называются типами. Принято различать типы темперамента, конституциональные типы и типы характера.

## Темперамент

*Темперамент* (от лат. *tempera men turn* — соотношение частей) — это совокупность индивидуальных психофизиологических особенностей человека, которые определяют динамику его психической деятельности: общую подвижность, активность, темп и интенсивность психических процессов, быстроту возникновения, силу и внешнее выражение чувств.

Темперамент показывает, уравновешен или неуравновешен человек в поведении, сильно или слабо реагирует на воздействия, быстр или замедлен в деятельности, в каком чаще бывает настроении, легко ли приспосабливается к новым условиям. Свойства темперамента относятся в большей мере не к тому, *что* делает и думает человек, а к тому, *как* он действует и мыслит. Иными словами, под темпераментом следует понимать динамическую характеристику личности.

Родоначальником учения о темпераментах был древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н.э.), создавший гуморальную теорию темперамента, научное объяснение которой дал И.П. Павлов. Гиппократ полагал, что у одних людей в организме больше всего крови, у других преобладает светлая желчь, у третьих — особенно много слизи и, наконец, у четвертых наибольшее количество черной желчи. В древние времена считали, что уровень и особенности жизнедеятельности организма определяются количественным соотношением между этими четырьмя жидкостями, циркулирующими в человеческом организме. Соотношение перечисленных жидкостей, индивидуальное в каждом организме, по-гречески называлось «красис» (смесь, сочетание), а в последующем переводе на латинский язык — «темперамент».

В зависимости от соотношения этих соков в организме человека, по названию преобладающей в организме жидкости были выделены следующие варианты темперамента:

- 1) кровь (*sanguis*) — сангвинический;
- 2) слизь (*phlegma*) — флегматический;
- 3) желчь (*chole*) — холерический;
- 4) черная желчь (*melan chole*) — меланхолический.

**Сангвинический темперамент.** Человек этого типа — живой, активный, очень продуктивный деятель, но лишь тогда, когда у него много интересных дел. Сангвиник всегда ищет новых впечатлений, а если их нет, то становится скучным и вялым. Неудачи и

неприятности переносит легко, не фиксирует внимание на своих промахах и ошибках, чаще бывает весел и оптимистичен, периоды плохого настроения у него временны и преходящи. Быстро приспосабливается к изменившимся условиям, к новым людям и незнакомой обстановке. В коллективе чувствует себя уверенно, быстро сходится с людьми, не боится риска и ответственности. Сanguinик легко справляется с задачами, требующими быстрой сообразительности, а длительных и противоречивых дел избегает. Горячо берется за разные дела, но быстро остывает, забрасывает начатое, увлекшись чем-либо новым и более привлекательным. В решениях ему недостает продуманности, в интересах — постоянства, а в поступках — упорства и настойчивости.

**Холерический темперамент.** Люди этого склада отличаются повышенной возбудимостью и, как следствие, неуравновешенностью, неустойчивостью настроения, склонностью к резким эмоциональным вспышкам радости, гнева, печали и т.д. Переживания холерика сильные и глубокие, они целиком захватывают личность, ярко проявляются во внешнем облике и поведении. Мимика богатая и живая, речь выразительная, образная, движения быстрые и резкие. Холерик меньше всего думает об опасности, действует всегда смело и решительно, с большим подъемом, делу отдается со страстью и увлечением.

**Флегматический темперамент.** Спокойствие, уравновешенность и постоянство — главные отличительные черты этого типа. Настроение у флегматиков ровное и устойчивое, вид невозмутимый и спокойный, мимика и жесты однообразны, голос тускл и невыразителен, речь и движения замедленны. Прежде чем что-либо сделать, они тщательно обдумывают и планируют свои поступки, а приняв решение, идут к цели последовательно и настойчиво. Флегматики не любят неожиданностей и с трудом привыкают к переменам; им требуется достаточно много времени для включения в работу, переключения внимания. Они ригидны и неповоротливы, склонны к известным, привычным способам действия, с трудом меняют навыки и стереотипы. Однако в работе, требующей аккуратности, точности и хладнокровия, флегматики легко добиваются успеха и длительно сохраняют высокую работоспособность. В общении с людьми однообразны, постоянны, в меру общительны; избегают болтовни и неделовых контактов.

**Меланхолический темперамент.** Меланхоликами называют людей чувствительных, легкоранимых, отзывчивых, склонных к пониженному настроению и тормозным реакциям, болезненно реагирующих на любые жизненные обстоятельства. У меланхолика любое сильное воздействие вызывает тормозную реакцию, на фоне которой развивается чувство обиды, неуверенности, собственной неполноценности. Он подолгу переживает даже мелкие промахи, пасует перед любыми трудностями и препятствиями, отказывает-

ся от борьбы с ними, испытывает страх. Меланхолик не способен отстаивать свои взгляды и намерения, застенчив, зависим, хорошо чувствует себя только в привычной обстановке. В слаженном, продуктивном коллективе он вступает в близкие отношения, берется за выполнение даже трудных поручений. Чувствуя поддержку и получая одобрение, меланхолик способен проявить упорство и настойчивость. Однако общение с другими людьми его пугает, он держится с ними замкнуто и отчужденно, старается не проявлять своих эмоций и чувств. Общая активность у меланхолика снижена. Он не может и не любит быстро работать, действует замедленно, неритмично, с частыми перерывами на отдых. Речь и мышление обычно тоже заторможены, голос тихий, слабо модулируемый, мимика и жесты бедны и невыразительны, часто наблюдается общая скованность движений.

В чистом виде перечисленные типы темперамента встречаются в жизни довольно редко. Существует много переходных, промежуточных и смешанных типов.

Следует помнить, что поведение человека определяется не только темпераментом, но и другими особенностями личности, а также жизненными обстоятельствами. Так, уравновешенный флегматик в определенной ситуации способен на эмоциональный взрыв, а у робкого меланхолика могут проявиться смелость и настойчивость. Если холерик будет бурно и эмоционально реагировать на каждое резкое замечание в свой адрес, то у флегматика такая же вспышка и даже большей интенсивности может возникнуть только в ответ на многократно повторяющиеся замечания. Это происходит потому, что для холерика характерна быстрая непосредственная реакция на раздражитель, а у флегматика происходит накопление раздражителей до тех пор, пока возбуждение не превысит порога торможения. Аналогично у меланхолика состояние угнетения и подавленности возникает даже при незначительных неприятностях и неудачах, а у холерика — только после длительного напряжения и переутомления, вследствие истощения и упадка сил.

Некорректен вопрос о том, какой тип темперамента лучше, «качественнее» в социальном плане. Каждый из них имеет свои положительные и отрицательные стороны. Живость, открытость, широта ума сангвиника; импульсивность, энергичность, страстность холерика; выдержка, хладнокровие, глубина мысли флегматика; утонченность чувств, отзывчивость к людям, тактичность меланхолика — все это примеры социально ценных качеств личности. Однако при неправильном воспитании у них могут развиться и негативные черты. У сангвиника — это поверхностность и непостоянство, у холерика — несдержанность и вспыльчивость, у флегматика — лень, безволие, а у меланхолика — замкнутость и боязливость. Следовательно, люди любого темперамента могут быть

социально полезными, полноценными членами общества, а знание их особенностей делает взаимное общение более качественным и продуктивным.

И. П. Павлов, изучая условные рефлексы, установил, что нервная система животных и человека обладает тремя главными свойствами, или признаками, от которых зависят особенности высшей нервной деятельности. Это *возбудимость, тормозимость и их взаимовлияние*. Возбуждение и торможение у каждого индивида от рождения различаются по силе (интенсивности) и подвижности (быстроте смены возбуждения торможением и наоборот). В зависимости от выраженности и соотношения этих параметров И. П. Павлов выделил четыре основных типа высшей нервной деятельности:

- 1) *возбудимый* (процессы возбуждения и торможения сильные, подвижные, но неуравновешенные) — свойствен холерикам;
- 2) *живой* (нервные процессы сильные, уравновешенные, подвижные) — присущ сангвиникам;
- 3) *спокойный* (нервные процессы сильные, уравновешенные, но малоподвижные) — характерен для флегматиков;
- 4) *слабый* (нервные процессы слабые, неуравновешенные, малоподвижные) — свойствен меланхоликам.

Таким образом, Павлов, вернувшись к древнегреческой классификации темпераментов, объяснил гиппократовские типы с точки зрения высшей нервной деятельности.

В зависимости от взаимосвязи первой и второй сигнальной системы Павлов выделил еще три типа:

- 1) *художественный* — преобладание первой сигнальной системы и творческой эмоциональности;
- 2) *мыслительный* — преобладание второй сигнальной системы и словесно-абстрактного мышления;
- 3) *смешанный* — уравновешенное сочетание первой и второй сигнальной системы.

Швейцарский врач и психолог К. Юнг заметил, что если для одних людей наибольшее значение имеют внешние события и субъекты и они обращены в окружающий мир, то другие погружены в свою внутреннюю жизнь: их не столько привлекают внешние события, сколько личные переживания и собственное *Я*. Первых он назвал экстравертами, а вторых — интровертами (от лат. *extra* — вне, *inter* — внутрь, *ver sio* — поворачивать, обращать).

**Экстраверты.** Они постоянно нуждаются во внешней стимуляции, больше обращаются «вовне», легко поддаются влиянию окружающих, непрестанно ищут новые переживания. Такие люди любят ходить в гости, в театр и кино, на стадион, хорошо чувствуют себя в больших компаниях, т.е. везде, где получают новые

впечатления и информацию. Среди экстравертов много спортсменов, коллекционеров, путешественников и просто любителей перемен. Им свойственна поверхностность мышления, в силу чего они больше подвержены чужому влиянию: доверяют любой информации, которая имеет назидательный характер. Экстраверты непосредственно реагируют на внешние раздражители и, как следствие, импульсивны в своих поступках. У них обычно сильный тип высшей нервной деятельности: по темпераменту они холерики или сангвиники.

**Интроверты.** Они отличаются тем, что живут не столько ощущениями, идущими от окружающего мира, сколько своими представлениями о нем. Внешние события сами по себе не важны для такого человека — главное, что он о них думает. Это «мыслительный» тип, склонность к размышлениям в нем легко уживается со слабой готовностью действовать. Интроверты не очень нуждаются в постоянном общении, а в крайних случаях избегают контактов с другими людьми, если это мешает им углубляться в интересующие их занятия. В поступках они ориентированы в основном на собственные чувства, представления, отдалены от всех, за исключением близких. Такие личности контролируют свои эмоции, редко проявляют агрессию, не выходят из себя, любят во всем порядок. Интровертов привлекают творческие профессии: музыканта, литератора, живописца. К интровертам обычно относятся флегматики и меланхолики.

В жизни редко встречаются абсолютные экстраверты и интроверты. В каждом человеке есть черты как того, так и другого типа. Соотношение признаков экстравертированности и интровертированности зависит от темперамента, возраста, воспитания, социального окружения, жизненных обстоятельств и других факторов.

Английский психолог Г. Айзенк (1963), объединив подходы И. П. Павлова и К. Юнга, предложил два новых параметра индивидуальности: «экстраверсию — интроверсию» и «нейротизм — эмоциональную стабильность», понимая под «нейротизмом», или нестабильностью, результат неуравновешенности процессов возбуждения и торможения. Согласно Айзенку, эти показатели независимы, и каждый из них представляет собой некую протяженность между двумя крайними проявлениями. Большинство людей располагаются по своим характеристикам между этими полюсами, ближе к центру, удаленность от которого свидетельствует о степени отклонения от средней величины и выраженности соответствующих личностных свойств.

О темпераменте человека можно судить по нескольким основным его свойствам.

*Чувствительность* (сенситивность) определяется наименьшей силой внешнего воздействия, которая необходима для того, что-



бы у человека возникла та или иная психическая реакция, и скоростью этой реакции.

*Активность* характеризуется тем, насколько энергично человек действует, его настойчивостью, целеустремленностью, длительностью и устойчивостью деятельности.

*Реактивность* зависит от того, с какой силой и энергией индивид реагирует на воздействие. Соотношение активности и реактивности свидетельствует о том, действует ли человек самостоятельно или под влиянием внешних либо внутренних побуждений.

*Эмоциональная возбудимость* определяется силой воздействия, необходимого для возникновения эмоциональной реакции.

*Пластичность* и противоположная ей *ригидность* проявляются в том, насколько легко и быстро человек приспосабливается к внешним обстоятельствам. Пластичный индивид моментально перестраивает свое поведение при изменении обстановки, ригидный же с большим трудом меняет привычки и суждения.

## Конституция

Влияние индивидуальных особенностей на возникновение, проявления, течение, исход болезней отражено в учении о конституции. В основе его лежит предположение о том, что внешние физические признаки могут отражать внутренние физиологические и психологические особенности организма.

**Конституция** (от лат. *constitutio* — устройство) — это сумма всех индивидуальных свойств: морфологических, физиологических и психологических качеств, обусловленных действием генетических факторов.

Самой известной из типологических теорий личности, основанных на конституциональной систематике, считается концепция немецкого психиатра Э. Кречмера. В своей книге «Строение тела и характер» (1925) он связал особенности характера с типом соматической конституции: дихотомия «мозг — душа» уступила место дихотомии «тело — душа». Кречмер утверждал единство психического и соматического на основе общего латентного фактора, сущность которого заключается в понятиях конституции и характера.

Конституция, по Кречмеру, есть сумма всех индивидуальных свойств, которые «покоятся на наследственности, т.е. заложены генотипически».

Характер, с его точки зрения, — это «сумма всех возможных реакций человека в смысле проявления воли и аффекта, которые образовались в течение всей его жизни, следовательно, из наследственного предрасположения и всех экзогенных факторов...».

Кречмер описал три типа телосложения: астенический (от лат. *astenies* — слабосильный), пикнический (от греч. *piknos* —

толстый, плотный) и атлетический (от греч. *athletes* — борец) — и попытался связать их с определенными психическими расстройствами.

Еще в XVIII в. английский врач Т. Браун разделил все болезни на стенические и астенические. С тех пор утвердились понятия астении и стении. Сдвиги между этими полюсами происходят в критические периоды полового созревания, инволюции, беременности, под влиянием психогений. В обычных обстоятельствах какой-либо из двух типов преобладает. Эти положения нашли свое дальнейшее развитие в концепции Кречмера.

Для астенического типа характерны возбудимость, истощаемость, замедленное восстановление сил, раздражительная слабость.

Стеническому типу присущи активность, неутомимость, настойчивость, напряженная деятельность, самостоятельность, предприимчивость, общительность, разносторонность, оптимистичность.

Люди **астенического телосложения** внешне худощавы. Астенический, или лептосомный, тип отличается стройностью, удлиненным лицом, небольшой головой, густыми волосами, относительно слабой и неразвитой мускулатурой и сильным скелетом. Если развивается облысение, то оно чаще всего бывает неправильной формы. Астеники имеют узкие плечи, сухие тонкие руки, длинную, плоскую, узкую грудную клетку, тощий, лишенный жира живот.

По характеру это замкнутые, эмоционально сухие, угрюмые люди, склонные к уединению и размышлениям. Они не любят изменений в быту, отличаются абстрактно-логическим мышлением, склонностью к построению философских концепций. У одних астеников преобладают застенчивость, сентиментальность, нервозность; у других — сдержанность, серьезность, необщительность; у третьих — добродушие, послушание, честность. Однако черты первой группы встречаются наиболее часто, так как они в большей или меньшей мере присущи двум другим.

Для **пикнического телосложения** характерны плотная фигура и крупная, круглая голова на короткой массивной шее. Пикники — люди среднего роста, склонные к облысению, имеют короткое и коренастое туловище, хорошо развитую грудную клетку, мягкую мускулатуру, круглое лицо, широкий лоб, светлую кожу. Большой живот выступает из расширяющейся книзу грудной клетки. Верхние и нижние конечности относительно короткие, все тело имеет склонность к ожирению. Молодые пикники выглядят круглыми, упитанными, мягкими, цветущими. У полных пикников нередко встречаются очень красивые, выразительные лица, которые за счет отложения жира на боковых поверхностях челюстей приобретают пятиугольную форму.

По темпераменту пикники делятся на три группы: одни в большей мере общительны, добродушны, ласковы и сердечны; другие —

подвижны, веселы, активны, напористы; третьи — спокойны, впечатлительны, тихи и покорны. В целом пикники отличаются душевностью, отзывчивостью на радость и горе, добросердечностью, чувством юмора. Они получают удовольствие от практической работы и общения с людьми.

**Атлетическое телосложение** характеризуется сильным развитием скелета и мускулатуры. Мужчины-атлеты — среднего или высокого роста, с широкими и развернутыми плечами, развитой грудной клеткой, упругим животом, узким тазом и стройными ногами. У женщин атлетического типа больше, чем у мужчин, отложения подкожного жира, но в целом тело выглядит гармонично. Люди атлетической конституции сдержанны в мимике и жестах, обстоятельны и практичны, любят физический труд и упражнения. В повседневной жизни атлеты могут быть мелочны и придирчивы, с трудом приспосабливаются к новым обстоятельствам.

Будучи психиатром, Кречмер пытался установить корреляции между психиатрическим диагнозом и соматическим типом. Он считал, что астеническая конституция преобладает среди шизоидных личностей и больных шизофренией. Большинство *шизоидов* одновременно обладают чрезмерной чувствительностью и холодностью. Общаются такие личности с ограниченным кругом людей, они безразличны ко всему, выходящему за пределы круга их интересов.

Замкнутость шизоидов — это равнодушие с оттенком боязливости и враждебности. Они часто испытывают страстное желание быть оставленными в покое. Среди шизоидов существует тип угрюмого чудака: затворившись от внешнего мира, он погружается в собственные мысли, а затем под влиянием снизошедшего на него «озарения» начинает проповедовать свои взгляды на общество, религию и мироздание, создавая секты, в которых царит смесь произвола и ярости, комедианства и холодной, расчетливой жестокости.

Большинство пикников являются циклотимиками, или *циклоидами*, обнаруживающими склонность к колебаниям настроения вплоть до развития маниакально-депрессивного психоза.

Из-за наличия среди больных эпилепсией большого числа лиц с атлетической конституцией людей с таким телосложением называют *эпилептоидами*. Отличительными их качествами являются инертность, обстоятельность, эмоциональная взрывчатость, агрессивность, злобность. Причем такие черты, как обстоятельность, инертность, при определенных видах работы могут быть полезными.

Более поздние исследования показали, что астеническая конституция отмечалась у 60 % больных шизофренией, в то время как

пикническая конституция имела место у пациентов с маниакально-депрессивным психозом в 67 % случаев.

Кречмер (1930) выделил группы циклоидов и шизоидов, находящихся на границе между здоровьем и болезнью, а также циклотимных и шизотимных здоровых лиц. Он также добавил *вискозный* тип, соответствующий атлетическому телосложению.

Шизоидный склад предполагает абстрактное мышление, аутистичность, гиперестезию.

Циклоидный тип характеризуется общительностью, открытостью, конкретностью, реалистичностью, деятельностью, колебаниями активности.

Для эпилептоидного склада типичны эгоцентризм, стремление к самоутверждению, повышенная самооценка, брутальность, вязкость.

Кречмер, как врач-клиницист, располагал эти конституциональные типы от психических расстройств к норме, от болезни к здоровью: шизофреник — шизоид — шизотимик; циклофреник — циклоид — циклотимик; эпилептик — эпилептоид — эпилептотимик.

К недостаткам теории Кречмера можно отнести ошибочность прямого переноса закономерностей, установленных в психиатрических клиниках, на здоровых лиц.

Американский психолог У. Шелдон (1954) продолжил начатые Кречмером исследования связи между строением тела, темпераментом и характером, внес дополнения и изменения в гипотезу немецкого врача, в связи с чем его типологию иногда называют формализованным вариантом кречмеровской системы.

Система Шелдона создавалась эмпирически, на основе изучения фотографий 400 гарвардских студентов (анфас, профиль и вид сзади). Отличительная черта этой системы заключается в том, что она была разработана на здоровых людях, а в ее основе лежит соотношение видов тканей организма, развивающихся из трех зародышевых листков. Шелдон выделил эндоморфный, мезоморфный и эктоморфный типы телосложения соответственно зародышевым листкам, из которых развиваются органы и ткани.

**Эндоморф.** Форма тела зависит преимущественно от внутреннего листка — эндодермы. Хорошо развиты, массивны внутренние органы, в том числе пищеварительные. Внешне люди с этим типом конституции имеют сферическую форму тела, большой живот, значительное количество жира на плечах и бедрах, круглую голову, крупные внутренние органы, слабые руки и ноги, плохо развитые кости и мышцы.

**Мезоморф.** Форма тела зависит от среднего слоя — мезодермы. Преобладает развитие костей, мускулатуры, соединительной ткани и кровеносных сосудов; фигура могучая, плотная. Представители этого типа отличаются широкими плечами и грудной клет-