

К. В. Макарова,
О. А. Таллина

Психология человека



ИЗДАТЕЛЬСТВО
Прометей

Москва – 2011

Карина Макарова

Психология человека

«Прометей»

2011

Макарова К. В.

Психология человека / К. В. Макарова — «Прометей», 2011

Учебное пособие в доступной форме знакомит с психическими явлениями, представляющими внутренний мир человека. Рассматриваются общие вопросы психологии, психические процессы, состояния и свойства, эмоционально-волевая сфера, индивидуально-психологические особенности человека. Учебное пособие предназначено для студентов бакалавриата и лиц, интересующихся психологией.

© Макарова К. В., 2011

© Прометей, 2011

Содержание

Глава 1	5
1.1. Психология как наука	5
1.2. Научная и житейская психология	7
1.3. Классификация психических явлений	8
1.4. Место психологии в системе научного знания	10
1.5. Структура современной психологии	11
1.6. Методологические принципы и методы исследования в психологии	13
Конец ознакомительного фрагмента.	16

К. В. Макарова, О. А. Таллина

Психология человека: Учебное пособие

Глава 1

Предмет и методы психологии человека

1.1. Психология как наука

Каждая наука имеет конкретный предмет своего изучения. Рассмотрим, что же является предметом изучения психологии. С давних времен человек замечал, что наряду с вещественным, материальным миром, миром предметов и явлений (люди, природа, различные предметы) существует внутренний мир человека, который обычно называют духовным миром.

Психика, представляя внутренний мир человека, возникла на самой высокой ступени развития материального мира. Психика отсутствует у растений и предметов неживой природы. Психика отражает окружающую действительность, благодаря психическому отражению реальности человек познает ее и воздействует на окружающий мир.

Психика – это особое свойство высокоорганизованной материи, которое заключается в отражении объективного мира.

Психику, внутренний мир человека и изучает психология.

Психология – это наука о закономерностях развития и функционирования психики. Термин «психология» происходит от двух греческих слов: «псюхе» – душа и «логос» – учение, наука. Первое систематическое изложение психологии было сделано Аристотелем в трактате «О душе». Название же «психология» появилось в конце XVI в., общеупотребительным оно стало с середины XVIII в.

Крупнейшими представителями античной философии, определившими развитие психологии являются Гераклит (530–470 гг. до н. э.), Демокрит (460–370 г. до н. э.), Сократ (470–399 гг. до н. э.), Платон (428–348 гг. до н. э.), Аристотель (384–322 гг. до н. э.). Согласно учению Гераклита, первоначалом сущего является огонь, стихия. Диалектика Гераклита – концепция непрерывного изменения, становления, которое мыслится в пределах материального космоса и в основном является круговоротом вещественных стихий – огня, воздуха, воды и земли. Огненное начало в организме и есть душа – психея. Дальнейшее развитие этой идеи позволяет древнегреческим философам сделать вывод о всеобщей одушевленности материи (гилогизм) – своеобразной форме материализма. Демокрит разработал атомистическую модель мира, воплотившую принцип причинности. Он толковал душу как материально оживотворяющий тело орган, руководимый также материальным началом – духом (или, иначе, разумом), который определяет весь жизненный процесс. Так как дух и душа представляют собой орган тела, они сами телесны и образуются из мелких шаровидных и поэтому наиболее подвижных атомов. Прогрессивным в этом взгляде при всей его наивности было утверждение о том, что все свойства живого (от низших функций тела и до психики) являются свойствами самой материи. Сократ – греческий философ-идеалист – мыслил под термином «душа» прежде всего психические качества индивида, свойственные ему как разумному существу.

Ярким представителем идеалистических взглядов на психику был Платон, который трактовал материальное и духовное, тело и психику как два самостоятельных и антагонистических начала (дуализм). Ученик Платона Аристотель подверг критике платоновскую теорию бестелесных форм («идей»), однако полностью преодолеть платоновский идеализм не мог.

Психика, сознание неотделимы от материи, но сами материальными не являются. Во второй половине XIX в. вульгарные материалисты (Бюхнер, Фогт, Молешотт) отождествляли сознание с материей: они утверждали, что мозг выделяет мысль точно так же, как печень выделяет желчь.

Органом психики у человека является высший отдел центральной нервной системы – головной мозг. Выдающиеся русские физиологи И. М. Сеченов и И. П. Павлов открыли и научно обосновали закономерности физиологических изменений, которые происходят в мозгу при возникновении психических процессов. Их идеи нашли дальнейшее развитие в трудах А. А. Ухтомского, П. К. Анохина и другие.

Современное представление о психике основывается на признании того, что психика как свойство мозга обладает способностью отражать окружающую действительность. Согласно теории отражения, объективная реальность, материальный мир существует вне человека, независимо от его сознания.

Отражение человеком действительности есть единство объективного и субъективного. То есть оно является объективным, поскольку отражает реальную действительность и обусловлено ее воздействиями. Кроме того, отражение есть сам по себе реальный процесс, который выражается в определенном отношении человека к действительности, в его действиях и поступках. Вместе с тем оно субъективно, так как реальный мир отражается в сознании конкретного человека, субъекта и преломляется через его знание, опыт, через все индивидуальные особенности его личности. Субъективность отражения обуславливается конкретными целями и задачами, которые человек ставит перед собой. Таким образом, отражение действительности является субъективным образом объективного мира.

Отражение человеком всего многообразия предметов и явлений окружающего мира и представляет собой познание объективной действительности. Посредством отражения человек узнает о различных свойствах окружающих предметов и явлениях – их форме, величине, пространственном расположении, цветовой окрашенности и так далее. В результате постоянного отражения объективного мира у человека развиваются мышление, память, внимание, у него формируются потребности, стремления, чувства, интересы, характер, взгляды на действительность.

Психические процессы, являющиеся своеобразными формами отражения, проявляются в активном общении человека с действительностью, в процессе его активной деятельности. В деятельности, на практике проверяется правильность отражения психикой человека окружающего мира, достигается познание объективной истины.

Практика – основной критерий истинности психического отражения действительности.

1.2. Научная и житейская психология

Понятие «психология» используется как в научном, так и в житейском смысле. Как научное понятие термин «психология» обозначает научную дисциплину, в житейском понимании – применяется для описания психических особенностей отдельных людей и групп.

Каждый человек на протяжении всей жизни, начиная с раннего детства, изучает свой внутренний мир. Так как человек является социальным существом, познание себя необходимо для построения отношений с окружающими, для эффективности взаимодействия с другими людьми.

Существует несколько признаков, отличающих научную психологию от житейской:

1. Житейские психологические знания конкретны, связаны с определенными ситуациями и конкретными людьми. Научные психологические знания носят обобщенный характер.

2. Житейская психологическая информация приобретается стихийно, интуитивным путем, мало осознается. Научные знания формируются планомерно, целенаправленно с помощью экспериментальных методов, осознаются и анализируются.

3. Житейские психологические знания передаются другим людям с большим трудом. Научные психологические знания накапливаются и передаются значительно легче.

4. Житейская психология имеет дела с ограниченным числом фактов. Научная психология оперирует обширным, разнообразным, даже уникальным фактическим материалом.

1.3. Классификация психических явлений

Психика, отражение действительности проявляются по-разному. Наши ощущения, восприятия, чувства, способности, характер – все это формы отражения, различные проявления психического. Все многообразие форм отражения можно разделить на три основные группы: психические процессы, психические состояния и психические свойства личности.

Психические процессы включают в себя явления, связанные с непосредственной познавательной деятельностью – ощущения, восприятия, мышление, речь, память, воображение.

Ощущение – это наиболее простая форма отражения действительности, которая заключается в отражении отдельных свойств предметов и явлений (цвет, запах, температура и т. п.), действующих на органы чувств в данный момент.

Более высокая ступень познания – это восприятие, представляющее собой отражение предмета, явления в целом, в совокупности их свойств и качеств.

Внимание выражается в сосредоточенности сознания на чем-либо конкретном с одновременным отвлечением от всего остального. Внимание характеризует собой активность любого познавательного процесса и является важнейшим условием успеха познания.

Самый высокий уровень отражения, познания представлен мышлением – высшим познавательным процессом. Основываясь на данных, полученных посредством ощущений и восприятий, мышление раскрывает внутренние связи и закономерности предметов и явлений, которые недоступны простому созерцанию, но которые являются важными и составляют сущность предметов, явлений и их взаимоотношений. Мышление осуществляется посредством речи, языка. Являясь формой протекания мысли, речь служит основным, важнейшим средством общения между людьми.

Образы, знания, полученные при непосредственном общении с предметами, явлениями действительности, могут сохраняться длительное время и в отсутствие этих предметов и явлений. Отражение того, что было в прежнем опыте, то есть запечатление, сохранение и воспроизведение чего-либо, называется памятью.

В практической деятельности человека знания, полученные в процессе ощущений, восприятий, мышления, как правило, в дальнейшем перерабатываются и на основе нового сочетания, комбинации элементов ранее воспринятого, усвоенного, создаются новые образы, идеи. Этот активный процесс создания новых образов, которые ранее человек не воспринимал, создание новых представлений, идей – называется воображением.

Отражение внешнего мира своеобразно преломляется в чувствах и в воле человека. Чувства – это то или иное отношение человека к действительности, к тому, что он познает и делает. Сознательное регулирование человеком своего поведения, способность преодолевать препятствия в процессе целенаправленных действий называется волей. Чувства и воля, являясь выражением особенностей психического отражения действительности, проявляются как психические процессы.

Психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности (Н. Д. Левитов). К психическим состояниям относятся, например, бодрость, скука.

Занимаясь той или иной деятельностью (игровой, учебной, трудовой), человек овладевает знаниями, умениями и навыками, у него формируются привычки.

Различные психические процессы, состояния в совокупности с образованиями, которыми являются знания, умения и навыки, служат основой, на которой формируется психоло-

гический облик личности конкретного человека. Особенности личности проявляются в психических свойствах: направленности, темпераменте, характере, способностях.

Рассмотренные стороны психического отражения, все психические явления, будучи функцией одного мозга, достоянием конкретной личности, неразрывно связаны между собой и обуславливают друг друга. Поэтому вычленение отдельного процесса, состояния, свойства личности из всех остальных есть лишь способ глубже познать каждый из них.

1.4. Место психологии в системе научного знания

Б. М. Кедров выделяет два основных научных объекта – природа и человек, причем грань между ними условна. В системе современного научного знания, как отмечает Б. Ф. Ломов, проблема человека становится наиболее актуальной. Уникальность феномена Человека, в котором проявляется единство закономерностей природы и общества, создает его особое положение как объекта научного исследования. В комплексе наук о человеке важнейшая роль отводится психологии. Место психологии в системе наук определяет возможность применения психологических данных в других науках и, наоборот, понимание того, в какой мере психология может использовать их результаты.

В настоящее время наиболее общепринятой считается нелинейная классификация наук, предложенная академиком Б. М. Кедровым. Она отражает многоплановость связей между науками, обусловленных их предметной близостью. Б. М. Кедров представил свою классификацию в виде «треугольника наук». Вершину этого треугольника составляют естественные науки, нижний левый угол – общественные науки, нижний правый угол – философские науки (логика и гносеология). Между науками о природе (естественными науками) и философскими науками расположилась математика, между естественными и общественными находятся технические науки. Психология же занимает центральное место и имеет линии связи, соединяющие ее со всеми тремя группами наук. Такое положение обусловлено реальной близостью предмета и метода каждой из этих основных групп наук с предметом и методом психологии, ориентированным в зависимости от поставленной задачи в сторону одной из вершин треугольника. Важнейшая функция психологии в общей системе научного знания состоит в том, что она является интегратором всех научных дисциплин, изучающих человека.

Психические явления долгое время изучались в рамках философии, но, став самостоятельной наукой, психология сохранила тесную связь с философией. Например, к числу общих проблем философии и психологии относятся проблемы личностного смысла, моральных ценностей.

На стыке психологии и общественных наук рассматриваются, например, проблемы социализации, обучения и воспитания. Связь психологии с техническими науками объясняется тем, что человек является непосредственным участником производственных и технологических процессов.

Связь психологии и естественных наук обусловлена двойственной природой человека как социального и одновременно биологического существа. Большинство психических явлений имеет физиологическую основу, поэтому знания, полученные в естественных науках, используются для объяснения психических явлений.

Современная психология тесно связана с наукой и практикой и благодаря этим связям возникают современные отрасли психологии.

1.5. Структура современной психологии

В настоящее время роль психологии как науки значительно возрастает. Психология широко используется в самых различных сферах теоретической и практической деятельности человека, во многих областях науки, искусства, современного производства.

Основной задачей психологии является изучение законов психической деятельности человека. Отрасль психологии, изучающая общие закономерности психики человека, называется общей психологией.

Изучением общих закономерностей отражательной деятельности мозга занимается зоопсихология и сравнительная психология, предметом исследования которых является психика животных, начиная с простейших (инфузории, амёбы) и заканчивая человекообразными обезьянами.

Возрастная психология изучает возрастные закономерности развития психики человека. Особое внимание из всех возрастов (младенчество, раннее детство, дошкольный, младший школьный, подростковый, юношеский, зрелый и старческий) уделяется дошкольному и школьному возрасту.

Закономерности психической деятельности субъектов образовательного процесса изучает педагогическая психология. Особой задачей педагогической психологии является выяснение психологических закономерностей наиболее успешного и глубокого овладения школьниками системы знаний, умений и навыков в процессе обучения, выяснение наиболее рациональных путей развития у них мышления, воображения, памяти, способностей, чувств. Большое значение приобретает изучение взаимоотношения обучения и психического развития ребенка.

На основе положений педагогической психологии составляются научно обоснованные методики обучения и воспитания детей в процессе преподавания того или иного общеобразовательного предмета.

Изучением личности, межличностных отношений в социальных группах, коллективах занимается социальная психология.

Проблемы, связанные с психологическими сторонами следствия, допроса, анализа свидетельских показаний и т. п., изучает юридическая психология. В задачи данной отрасли психологии входят и исследование психологических особенностей личности преступника, мотивы преступления, психологическое воздействие условий заключения и результативность воспитательных средств, используемых в исправительно-трудовой колонии.

Предметом исследования психологии труда являются психологические особенности трудовой деятельности человека. Научно-технический прогресс в нашей стране, все более тесное сближение науки с производством определяют актуальность этой отрасли психологии.

Инженерная психология изучает систему взаимодействия человека и машины, деятельность оператора в автоматизированных системах управления. Внимание при этом уделяется психологическому обоснованию конструирования машин и технических конструкций, исследованию психологии восприятия и усвоения человеком технической информации, изучению психологических особенностей управления автоматизированным производством.

Психология искусства изучает психологические закономерности создания произведений искусства, психологические компоненты творческой деятельности художников, писателей, музыкантов, артистов. Она исследует особенности художественного мышления, развитие художественного восприятия, а также ставит задачу раскрыть закономерности воздействия произведений искусства на возникновение и формирование различных чувств.

Одной из основных задач психологии искусства является психологическое обоснование художественного, эстетического воспитания средствами искусства, раскрытие психологиче-

ских компонентов литературных, музыкальных и художественных способностей. В задачу психологии искусства входит и изучение психологического воздействия искусства на формирование личности, мировоззрения, убеждений, идеалов личности.

Психология творчества исследует психологические закономерности различных видов творческой деятельности человека – конструкторской, литературной, изобразительной. Анализ психологии творчества дает возможность раскрыть психологические компоненты творческого отношения конкретной личности к той или иной деятельности, наметить основные этапы творческого процесса.

Вопросами исследования психологии обучения и воспитания спортсменов занимается психология спорта. В круг задач психологии спорта входит и раскрытие психологических закономерностей формирования волевых и нравственных качеств личности спортсмена, необходимых для завоевания побед на спортивных соревнованиях, изучение психологических основ овладения спортивными навыками и умениями.

Относительно новой отраслью психологии является космическая психология, изучающая вопросы психологической подготовки космонавтов. Особое внимание уделяется психологическому раскрытию моральной и волевой подготовки космонавтов, изучению их психологического состояния в моменты невесомости и максимальных нагрузок (на старте и при посадке). На основе этого изучения составляются психологически обоснованные методики тренировки космонавтов в земных условиях.

Военная психология исследует психологию человека в условиях военного времени, во время боя. Важнейшая задача военной психологии – разработка психологических обоснований военного обучения и воспитания.

Большой вклад в разработку проблем отечественной психологической науки внесли Л. С. Выготский, П. П. Блонский, К. Н. Корнилов, С. Л. Рубинштейн, Б. М. Теплое, А. Р. Лурия, А. Н. Леонтьев, Б. Г. Ананьев, А. А. Смирнов, Д. Н. Узнадзе, Б. Ф. Ломов, А. А. Бодалев, А. В. Запорожец, Г. С. Костюк, В. В. Давыдов, П. Я. Гальперин, Д.Б Эльконин, Н. А. Менчинская, А. А. Люблинская, Е. В. Шорохова, М. Г. Ярошевский и многие другие.

1.6. Методологические принципы и методы исследования в психологии

Психология опирается на ряд методологических принципов. Выдающимся отечественным психологом С. Л. Рубинштейном были обобщен обширный материал и выделены методологические принципы:

1. Принцип психофизического единства, включающий единство психического как с органическим субстратом, функцией которого является психика, так и с объектом, который в ней отражается.

2. Принцип развития психики как производного, но специфического компонента в эволюции организмов, в ходе которого адаптивные изменения образа жизни обуславливают изменения как строения нервной системы, так и ее психических функций в их единстве и взаимосвязи.

3. Принцип историзма применительно к развитию человеческого сознания в процессе общественно-исторического развития, в ходе которого общественное бытие людей определяет их сознание, образ их жизни.

4. Принцип единства теории и практики, то есть, теоретического и экспериментального изучения человеческой психики и воздействия на нее.

5. Принцип единства сознания и деятельности – единство сознания человека и его поведения, внутреннего и внешнего. Психика представляет собой ориентировочные компоненты действия, результатом которого выступает совершенствующийся образ окружающего мира, что в последствие выступает основой планирования и организации поведения и деятельности.

6. Единство знания и переживания – всякое переживание субъекта всегда является переживанием чего-то.

7. Принцип детерминизма – все в мире, включая психические явления, взаимосвязано и подчиняется причинно-следственным законам, которые могут быть выявлены в научных исследованиях.

Психология, изучая психические процессы, закономерности формирования психологии личности, применяет различные методы исследования. Используя конкретные способы и приемы изучения, психологическая наука постоянно обогащается новыми фактами. Для того чтобы любая наука развивалась успешно, необходимо применение научно обоснованных методов. Научность обоснования методов психологии требует, чтобы они отвечали ряду условий.

Важнейшее условие – объективность изучения психических явлений. Это означает, что любой психический процесс, любое проявление психической жизни следует рассматривать такими, какими они есть на самом деле, в действительности. В свою очередь, это предполагает изучение психических явлений в тесной взаимосвязи с внешней средой, с теми внешними условиями жизни и деятельности человека, которые окружают его и которые отражаются в его психике.

Объективность метода исследования психики дает возможность ответить на вопросы: почему и как возникают, развиваются и изменяются психические процессы, состояния и свойства личности.

Объективное изучение психической жизни требует, чтобы психические явления исследовались в процессе деятельности человека и его общения с другими людьми, когда ярко проявляются психические состояния и свойства его личности.

Важным условием построения психологического исследования является изучение психического явления, процесса в развитии. Окружающий нас мир находится в постоянном движении и изменении. Естественно, что и отражение действительности не может быть статичным, застывшим.

Выяснение развития психического явления в движении помогает наметить дальнейшие пути целенаправленного формирования психического облика конкретной личности. Особенно это необходимо при изучении психологии личности школьника. Повышение эффективности обучения и воспитания школьников, успешное развитие учащихся требует выяснения не только психических особенностей личности школьника, сложившихся к данному моменту, но и тех психических свойств, проявлений, которые определяют перспективу дальнейшего развития.

Необходимым условием научно обоснованного психологического исследования является рассмотрение любого психического процесса, явления в неразрывной связи с другими психическими явлениями, процессами. Это условие вытекает из того факта, что вся психическая деятельность человека представляет собой единое целое и осуществляется единым мозгом, что все разнообразные проявления психических процессов, состояний, свойств в комплексе характеризуют определенную личность. Отсюда следует, что изучение отдельных сторон личности, особенностей ее психики изолированно от других не дает желаемого результата, не раскроет глубоко и всесторонне исследуемое психическое явление. Необходимо постоянно учитывать взаимные связи и взаимообусловленность психических явлений, процессов.

В психологии применяются различные методы исследования психической жизни человека, способы, приемы изучения закономерностей психических явлений, процессов, свойств личности. Их использование определяется конкретными задачами, поставленными перед исследователем.

Наиболее широкое распространение в психологии получила классификация методов психологического исследования, предложенная Б. Г. Ананьевым. Все методы он разделил на четыре группы, отражающие логику психологического исследования:

I. Организационные методы – методы организации исследования:

1. Лонгитюдный – исследование группы лиц на протяжении длительного времени.
2. Сравнительный – сопоставление нескольких групп, отличающихся по какому-либо признаку (полу, возрасту и т. п.).
3. Комплексный – изучение группы лиц методами разных наук.

II. Эмпирические – методы сбора информации при взаимодействии с объектом исследования:

1. Обсервационные (наблюдение и самонаблюдение).
2. Эксперимент (лабораторный, естественный, констатирующий, формирующий).
3. Психодиагностические методы (тесты и т. п.).
4. Праксиметрические методы (анализ процессов и продуктов деятельности).
5. Биографический метод (изучение жизненного пути личности).
6. Моделирование.

III. Методы обработки:

1. Качественные (создание типологий, классификаций, описание единичных случаев).
2. Количественные (методы математической статистики).

IV. Интерпретационные методы:

1. Генетический (истолкование в терминах развития с выделением отдельных фаз, стадий).
2. Структурный (выявление взаимосвязей между изученными свойствами, установление структуры).

Рассмотрим более подробно некоторые эмпирические методы. Метод наблюдения заключается в изучении психической деятельности человека в естественных условиях жизни.

При помощи наблюдения исследуются психические процессы (восприятие, мышление, речь, память, воображение), психические состояния (внимательность, настроения, аффекты и т. п.), психические свойства личности (направленность, темперамент, характер, способности). В процессе той или иной деятельности человека (игровой, учебной, трудовой) наблюдается формирование у него соответствующих умений и навыков.

Наблюдение должно проводиться целенаправленно, то есть наблюдатель должен понимать, что он будет наблюдать и для чего. Целенаправленность требует, чтобы наблюдение проводилось по определенному плану или программе. Такая программа наблюдения обеспечивает успешное изучение тех процессов, явлений, фактов, которые заранее были намечены как объекты наблюдения. Отсутствие плана, программы наблюдения не позволяет всесторонне изучить наблюдаемое психическое явление, раскрыть динамику того или иного психического процесса, и наблюдение превращается в поверхностную констатацию фактов.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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