

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ  
САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

О.В.Турусова

ПСИХОЛОГИЯ В ВОПРОСАХ,  
ЗАДАЧАХ И УПРАЖНЕНИЯХ

Учебное пособие

Том III

Издательство Самарский университет

1994

Турусова О.В. Психология в вопросах, задачах и упражнениях:  
В 3 т. Т. III Самара, 1994 г. 288 с., ил.

Книга "Психология в вопросах, задачах и упражнениях" является итогом многолетней педагогической деятельности по преподаванию психологии студентам гуманитарных и естественно-научных факультетов Самарского государственного университета. Книга состоит из трёх томов и, содержание каждого тома структурировано в соответствии с новыми учебными планами курса "Общая психология".

Предлагаемое пособие преследует несколько целей. Как I, так и II и III тома учебного пособия предназначены прежде всего студентам психологических факультетов университетов, педагогических и медицинских институтов, изучающих курс "Общая психология". Оно может быть также рекомендовано в помощь студентам, изучающим курсы и спецкурсы "Возрастная психология", "Социальная психология", "Методика преподавания психологии", "Нейропсихология и патопсихология", как психологических, так и непсихологических факультетов.

Пособие может быть рекомендовано к использованию в процессе индивидуальных и групповых занятий в системе повышения квалификации преподавателей психологии школ, лицеев, педагогических училищ и педагогических институтов.

Составитель - О.В. Турусова, канд. психол. наук, доцент  
Отв. редактор - В.Я. Ляудис, доктор психол. наук, профессор

© Турусова О.В., 1994

Подписано в печать 17.01.95. Формат 60x84 1/16  
Печать оперативная. Объем 18,0 п.л. Тираж 2000 экз.  
Заказ № 4111

-----  
ПО "СамВен", ул. Вендека, 60.

## Раздел I ЭМОЦИИ

### Заполнить пробелы.

I. Эмоции - ..... отражение в форме переживаний ..... и ..... процесса и результатов практической деятельности.

2. Эмоциональные процессы и состояния в жизни организма выполняют ..... , ..... - ..... функции.

3. В античности эмоциональные процессы рассматривались как особый вид .....

4. Биологическая теория эмоций, разработанная ....., неразрывно связывает эмоции человека с .....

5. Согласно теории ..... - ....., первопричинами возникновения эмоциональных состояний являются изменения ..... характера, происходящие в организме.

6. Теория эмоций Кеннона-Барда утверждает, что ..... и соответствующие им ..... порождаются ....., и их источником является .....

7. Согласно теории ..... Л. Сестингера, положительное эмоциональное переживание возникает, когда реальные результаты деятельности ..... ожидаемым, а ..... в условиях их несоответствия.

8. С. Фрейд установил, что при неверном ..... эмоций или ..... мотивационная сила эмоций приводит к ..... поведению.

9. Теория дифференциальных эмоций ..... рассматривает ..... как базовые .....

10. К. Изард: ..... переживание эмоций - ..... организующий фактор ....., основа ....., ..... человеческого разума.

II. С.Л. Рубинштейн утверждает, что, как форма проявления ..... личности, эмоции выступают в качестве ..... к деятельности.

12. .... необходимо зарождается из соотношения  
..... или ..... - результатов ..... к потреб-  
ности, являющейся исходным .....

13. Эмоции, обусловленные реальными ..... человека к ми-  
ру, отражают строение его ....., выявляя её сущность.

14. По мнению А.Н.Леонтьева, ..... непосредственно  
..... отношения между ..... и реализацией отвечающей  
этим мотивам .....

15. Согласно информационной теории, ..... есть .....  
мозгом человека или животных какой-либо ..... потребности,  
которую мозг ..... на основе генетического и ранее приобре-  
тённого индивидуального .....

16. Эмоциональное регулирование ..... - иерархическая  
система, включающая ряд уровней: уровень .....,  
уровень ..... и ....., уровень ..... и  
уровень .....

#### Верно или неверно?

1. Переживание - непосредственное отражение человеком своих  
собственных состояний.

2. Эмоция отражает отношение человека к объекту, поэтому несёт  
только субъективную информацию о состоянии самого организма.

3. Процесс отражения объекта есть познавательный компонент  
эмоции, а отражение состояния человека в данный момент - её субъек-  
тивный компонент.

4. Субъективный компонент эмоций позволяет реализовать вероят-  
ностно-прогностические функции регуляции поведения.

5. Эмоции - двухуровневый процесс, включающий субъективное пе-  
реживание (чувственный тон образов восприятия) и внешнее выражение.

6. Наиболее существенной чертой эмоций является их субъектив-  
ность.

7. Человек не способен осознавать и осмысливать свои эмоции,  
но только переживать их.

8. Эмоции обладают свойством изменять восприятие человеком  
причинных связей, что обычно называют "логикой чувств".

9. Структура эмоциональных процессов аналогична структуре по-  
знавательных процессов.

10. Многообразие проявления эмоциональной жизни человека делится на аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения и стресс.

11. Тревога как эмоциональное состояние характеризуется устойчивой склонностью человека воспринимать угрозу своему "Я" в разных ситуациях и реагировать на них усилением тревоги.

12. Важными функциями тревоги являются поиск и обнаружение источников угрозы, функция оценки сложившейся ситуации.

13. В состоянии тревоги ослабевают логические связи рационального анализа ситуации, работает воображение, эмоции, опыт подбрасывает варианты поведения, т.е. происходит деформация познавательной деятельности.

### Выбрать правильный ответ.

1. В трёхмерной теории чувств В. Вундт выделяет три измерения чувств:

- а) удовольствие - неудовольствие;
- б) напряжение - разрешение;
- в) возбуждение - успокоение.
- г) Все ответы верны.

2. По К. Изарду, фундаментальные эмоции:

- а) образуют основную мотивационную систему;
- б) обеспечивают аффективно-когнитивное взаимодействие;
- в) регулируют работу гомеостатической системы.
- г) Все ответы неверны.

3. К. Изард выделяет такие фундаментальные эмоции, как:

- а) интерес - восторженность;
- б) радость;
- в) удивление;
- г) горе-страдание;
- д) гнев;
- е) все ответы верны.

4. Тревожность - комплекс эмоций:

- а) горя;
- б) отвращения;
- в) презрения;

- г) робости.
  - д) Все ответы неверны.
5. Любовь – комплексная эмоция, включающая:
- а) романтическую любовь;
  - б) интерес;
  - в) радость;
  - г) сексуальное влечение.
  - д) Все ответы верны.
6. Психическое состояние –
- а) целостное;
  - б) динамическое;
  - в) уровневое;
  - г) характеристика индивидуального акта сознания.
  - д) Все ответы верны.
7. Состоянию пониженной психической активности соответствуют такие отрицательные эмоции, как:
- а) неудовлетворённость;
  - б) грусть;
  - в) печаль;
  - г) тоска.
  - д) Все ответы верны.
8. Состоянию повышенной психической активности соответствуют:
- а) мобилизация;
  - б) активность;
  - в) восторг.
  - г) Все ответы неверны.
9. В теории деятельности эмоции в форме переживания отражают отношения:
- а) между мотивами и отвечающей им деятельностью;
  - б) между целью и результатом действия.
  - в) Все ответы верны.
10. Чувства успеха, удачи, ликования прежде всего связаны с:
- а) положительным исходом деятельности;
  - б) удовлетворением физиологической потребности;
  - в) процессом игры.
  - г) Все ответы верны.

11. Сообщество осуществляет контроль над индивидуальными аффективными проявлениями на таком уровне эмоционального регулирования поведения, как:

- а) уровень полевой реактивности;
- б) уровень эмоционального контроля;
- в) уровень экспансии.
- г) Все ответы неверны.

12. Эмоции как компонент структуры эмоциональных процессов:

- а) длительные состояния;
- б) реакция на свершившиеся события;
- в) вероятностные события;
- г) превосхищают результат.
- д) Все ответы верны.

13. Сличительной чертой аффекта является:

- а) предметный характер;
- б) тесная связь с соотношением между самооценкой человека и уровнем его притязаний;
- в) интенсификация соматических показателей;
- г) большая интенсивность.
- д) Все ответы неверны.

14. Чувства человека - это:

- а) эмоциональный тон процесса ощущения;
- б) органическое самочувствие индивида;
- в) чувствования, связанные с удовлетворением органических потребностей;
- г) неопредмеченные эмоциональные состояния.
- д) Все ответы неверны.

15. На межличностном уровне стресс запускает такие поведенческие реакции, как:

- а) игнорирование;
- б) бой;
- в) бегство.
- г) Все ответы верны.

## ЗАДАЧИ

### Задача I

Познакомьтесь с некоторыми классическими определениями эмоций и эмоциональных состояний:

1. .... определял эмоции как состояния, которые "увеличивают или уменьшают способность самого тела к действию, благоприятствуют ей или ограничивают её".

2. .... : "Телесное возбуждение следует непосредственно за восприятием вызвавшего его факта и осознание нами этого возбуждения в то время, как оно совершается, и есть эмоция".

3. "Эмоции, - писал ....., - выполняют роль внутренних сигналов. Они являются внутренними в том смысле, что сами ... не несут информацию о внешних объектах, об их связях и отношениях, о тех объективных ситуациях, в которых протекает деятельность субъекта. Особенность эмоций состоит в том, что они непосредственно отражают отношения между мотивами и реализацией отвечающей этим мотивам деятельности".

4. "Совокупность образов, ... связанных с ситуацией, породившей сильное эмоциональное переживание, образует в памяти прочный комплекс, актуализация одного из элементов которого влечёт, даже против воли субъекта, немедленное "введение в сознание других элементов".

5. "Всю систему чувств, - писал он, - можно определить как многообразие трёх измерений" (удовольствия и неудовольствия, напряжения и разрядки / разрешения, возбуждения и успокоения), "в котором каждое измерение имеет два противоположных направления, исключаящих друг друга".

6. Согласно формуле, предложенной ....., сила и качество возникшей у человека эмоции в конечном счёте определяются силой потребности и оценкой способности её удовлетворения в сложившейся ситуации.



7. "Каждая радость уже есть новый путь, новая возможность. А каждое уныние уже будет потерей даже того малого, чем в данный час мы располагаем. Каждое взаимное ожесточение, каждое прощение обиды уже будет примым самоубийством или явною попыткой к нему. Окриком не спасёшь, приказом не убедишь, но светлое "радуйся", истинное, как светильник во тьме, рассеет все сердечные стеснения и затмения".

Кто, по Вашему мнению, являются авторами приведённых определений?

Н.А.Ферих, В.К.Вилюнас, У.Джеймс, В.Вундт, А.Н.Леонтьев, Б.Спиноза, П.В.Симонов?

Заполните пропуски соответствующими фамилиями.

Какие сходные взгляды на порождение и функционирование эмоций Вы можете отметить, в чём заключаются различия?

### Задача 2

На какие группы можно разделить данные понятия? Обосновать критерий классификации.

Любопытство; стенические чувства; удивление; враждебность; привязанность; страх; любовь; интерес - воодушевление; радостное открытие истины, нега (сладкая лень), ярость, сомнение, любовнательность, чувство обожания кого-либо; догадка; уверенность; восхищение шедевром искусства; удовольствие; предчувствие: симпатия; неудовольствие; чувство таинственного; интерес - волнение; сладострастие; тревожность; увлечённость работой; жалость к людям; депрессия; стыд; положительные эмоции; отрицательные; астенические чувства.

Кто авторы соответствующих теорий эмоций?

### Задача 3

Согласно концепции В.А.Ганзена о восьмиуровневой структуре сознания, на каждом уровне психической активности имеют место своеобразные аффективные психические состояния, возникающие на актуаль-

ные раздражители /см. стр. 157, Т. I/

Определите, какие положительные и отрицательные эмоции соответствуют состоянию повышенной, а какие – пониженной психической активности человека:

радость, грёзы, страх, негодование, ярость, счастье, ужас, экстаз, счастье, грусть, печаль, восторг, страдание, тоска, паника, подавленность, наслаждение.

#### Задача 3 а

Проанализируйте предложенную таблицу уровней эмоционального регулирования поведения человека. Сцените теоретическое и прикладное значение выделенных уровней регулирования. В исследовании каких психических феноменов, по-вашему мнению, наиболее эффективно использование данной схемы?

Можете ли Вы назвать культурные формы проявления соответствующих уровней регуляции поведения? Как Вы полагаете, каковой должна быть возрастная динамика уровней эмоциональной регуляции поведения, возрастная динамика культурных форм их проявления?

#### Задача 4

Какие проблемы теории эмоций (классификация, описание, причинность) затрагивают приведённые примеры?

Какие компоненты образуют эмоциональные переживания?

Какую взаимосвязь компонентов эмоций раскрывает и обосновывает автор? Для Вас это обоснование убедительно?

А. "Я совершенно не могу вообразить, что за эмоция страха останется в нашем сознании, если устранить из него чувства, связанные с усиленным сердцебиением, коротким дыханием, дрожью губ, с расслаблением членов, "гусиной кожей" и "возбуждением во внутренних".

Б. "Может ли кто-нибудь представить себе состояние гнева и вообразить при этом тотчас же не волнение в груди, прилив крови к лицу, расширение ноздрей, стискивание губов и стремление к энергич-

ным поступкам, а, на аблненные мышцы, ровное дыхание и спокойное лицо?"

В. "То же рассуждение применимо и к эмоции печали; что такое была бы печаль без слёз, рыданий, задержки сердцебиения, тоски, сопровождаемой особым ощущением под ложечкой! Лишённое чувственного тона признание того факта, что известные обстоятельства весьма печальны, — и больше ничего. То же самое обнаруживается при анализе любой другой страсти. Человеческая эмоция, лишённая всякой телесной подкладки, есть пустой звук".

Кто автор (авторы) приведённых взглядов на сущность эмоций? Согласно приведённым теоретическим положениям, телесные проявления — причина или результат возникновения эмоций?

Назовите основные достоинства и недостатки теории.

Какие перспективы психокоррекционной работы открывает данная теория?

#### Задача 5

Какого пункта теории эмоций Джеймса касается приведённый отрывок? Какую экспериментальную процедуру исследования эмоций разработал Джеймс?

"Многие не могут только понять самого вопроса. Например, про- сишь их устранить из сознания всякое чувство смеха и всякую склон- ность к смеху при виде смешного предмета и потом сказать, в чём бу- дет тогда заключаться его смешная сторона, не останется ли в созна- нии простое восприятие предмета, принадлежащего к классу "смешных". На это они упорно отвечают, что такое физически невозможно и что они всегда вынуждены смеяться, видя смешной предмет. Между тем пред- ложенная задача заключалась не в том, чтобы, глядя на смешной пред- мет, на самом деле уничтожить в себе всякое стремление к смеху. Это задача чисто спекулятивного характера, сводится она к мысленному устранению некоторых чувственных элементов из эмоционального состоя- ния, взятого в его целом, и к определению того, каковы были в таком случае остаточные элементы".

Почему "многие не могут понять" вопроса? Почему сам Джемс считает, что поставленная в эксперименте задача — "задача чисто спекулятивного характера"? Приведите примеры, подтверждающие теорию Джемса, а также опровергающие её.

## Задача 6

Проанализируйте отрывки из работ У. Джемса. Как взаимосвязаны переживания чувств и понимание личности, эмоций и "Я-концепции"? Имеет ли данная связь исторический характер? Почему?

А. "Чтобы заботиться о своём "Я", надо, чтобы Природа дала его вместе с каким-нибудь другим объектом, достаточно для меня интересным, чтобы вызвать у меня инстинктивное желание присвоить его ради него самого... Моё собственное тело и то, что служит удовлетворению его потребностей, и выступают таким примитивным инстинктивно определяемым объектом моих эгоистических интересов. Другие объекты могут представлять интерес, лишь как нечто производное, второстепенное, ассоциируясь либо со средством, либо с привычными сопутствующими обстоятельствами; итак, самими многообразными способами примитивная область эгоистического интереса может расширяться, изменяя свои границы. Подобного рода интерес есть истинное значения слова мой. Всё, что оно имеет, есть /... / часть меня самого!"

Б. В другом месте Джемс пишет: "Ясно, что между тем, что человек называет "Я" и что он попросту называет "моё", трудно провести чёткую границу. Мы относимся к определённым вещам, принадлежащим нам, почти так же как мы относимся к самим себе. Наша репутация, наши дети, вещи, сделанные нашими руками, — всё это может быть столь же дорого нам, как и собственные наши тела, и, если кто-то покушается на них, это вызывает то же чувство протеста и защитные действия, как и в случае с покушением на наше тело... В наиболее возможном широком смысле "Я" — это совокупность всего, что человек может называть "своим", — не только своё тело и физические силы, но и свою

одежду, свой дом, свою жену и детей, своих родителей и друзей, свою репутацию и работу, свою землю и лошадей, и яхту, и счёт в банке. Всё это вызывает у него одни и те же эмоции. Если они множатся и пропевают, человек ликует, если они истощаются и даже погибает, он впадает в уныние – не обязательно сожалея в равной мере о каждой потере, но всё равно одинаково".

/ Цит. по Э.Фромму /

Проанализируйте приведённые отрывки с точки зрения теории об уровне эмоциональной регуляции поведения. Какие уровни регуляции преобладают в данном поведении? / См. табл. на стр. 67 /.

### Задача 7

Много интересных наблюдений, раскрывающих роль эмоций в человеческих взаимоотношениях, сделал великий философ Б.Спиноза. Вот что он писал:

1. "Природа людей по большей части такова, что к тем, кому худо, они чувствуют сострадание, а кому хорошо, тому завидуют и ... относятся с тем большей ненавистью, чем больше они любят что-либо, что воображают во владении другого..."

2. "Если кто воображает, что любимый им предмет находится с кем-либо другим в такой же или ещё более тесной связи дружбы, которой он владел им один, то им овладевает ненависть к любимому им предмету и зависть к этому другому..."

3. "Эта ненависть к любимому предмету будет тем больше, чем больше было удовольствие, которое ревнивец обыкновенно получал от взаимной любви любимого им предмета, а также чем сильнее был тот эффект, который он питал к тому, кто, по его воображению, вступает в связь с любимым предметом..."

4. "Если кто начал любимый им предмет ненавидеть, так что любовь совершенно уничтожается, то ... он будет питать к нему большую ненависть, чем если бы никогда не любил его, и тем большую, чем больше была его прежняя любовь..."

5. "Если кто воображает, что тот, кого он любит, питает к нему ненависть, тот будет в одно и то же время и ненавидеть, и любить его..."

6. "Если кто воображает, что его кто-то любит, и при этом не думает, что сам подал к этому какой-либо повод... то он, со своей стороны, будет любить его..."

7. "Ненависть увеличивается вследствие взаимной ненависти и, наоборот, может быть уничтожена любовью..."

8. "Ненависть, совершенно побеждённая любовью, переходит в любовь, и эта любовь будет вследствие этого сильнее, чем если бы ненависть ей вовсе не предшествовала..."

/ Б.Спиноза /

Какие базисные чувства выделяет Спиноза?

От чего зависит качество эмоциональных переживаний человека (в отличие от животных)?

Насколько всеобщий характер носят положения Спинозы?

#### Задача 8

В чём, на Ваш взгляд, состоит вклад К.Юнга в развитие учения об эмоциях? Какие представления традиционной психологии были им пересмотрены? Определите, где приводятся описания эмоций в экстравертированной установке, а где - в интровертированной?

Возможны ли ситуации "пересечения" бессознательных эмоциональных установок?

А. Я могу почувствовать, что меня влечёт к предикату "красивый" или "хороший" не потому, что я из субъективного эмоционального переживания нахожу объект "красивым" или "хорошим", но потому, что подходит назвать его так. Например, картину можно назвать красивой, потому что вообще предполагается, что, вися в салоне, подписанная известным художником картина - красива. Или потому, например, что предикат "безобразная" может огорчить семью счастливого обладателя картины, или потому, что среди гостей салона имеется намерение создать приятную эмоциональную атмосферу, для чего необходимо, чтобы

всё казалось приятным.

Б. Отношение к объекту по возможности сохраняется в спокойном и безопасном среднем состоянии эмоций, между упорным сдерживанием страсти и её безграничностью. Выражение эмоций поэтому остаётся умеренным, и объект всегда чувствует свою недооценку, если он её осознает.

Так как этот тип по большей части холоден и сдержан, то поверхностное суждение легко отказывает ему во всякой эмоции. Но это неверно, эмоции развиваются в глубину – интенсивное сострадание замыкается перед всяким выражением и достигает болезненной глубины, которая объёмлет бедствие мира и поэтому немеет. Вдруг оно внезапно проявится в избытке и приведёт к изумляющему поступку, так сказать, героического характера, которому ни окружающие, ни сам человек не могут найти истолкования.

Перед самим собою он выражает свою цель и своё содержание, быть может, в скрытой и боязливо хранимой от глаз профана религиозности, или в такой же не вызывающей изумления поэтической форме, но без тайного честолюбивого стремления осуществить этим превосходство над объектом.

В. Эмоции такого человека соответствуют объективным положениям и общепринятым ценностям. Это сказывается особенно ясно в выборе объекта любви: любят "подходящего" человека, а не кого-нибудь другого, он подходит не потому, что он вполне соответствует субъективной скрытой сущности женщины – об этом она в большинстве случаев ничего не знает – но потому, что он по своему знанию, возрасту, состоянию, величине и почтенности своей семьи соответствует всем разумным требованиям. Такие разумные браки существуют без числа. Такие жёны хорошие подруги своим мужьям и хорошие матери, потому что "правильно" чувствовать они могут только тогда, когда ничто другое не мешает эмоциям. Ничто, однако, так сильно не может помешать, чувствуванию, как мышление. Такая женщина может очень хорошо думать, насколько это позволяют эмоции, но каждое логическое заключение, которое могло бы помешать чувствуванию, просто отвергается. О нём обычно не думают. И, таким образом, ценят и любят всё, что считается хорошим согласно объективной оценке.

Г. Преобладание такого вида чувствования К. Юнг нашёл главным образом среди женщин. Пословица "Тихая вода – глубока" касается именно этих женщин. Они по большей части молчаливы, труднодоступны, непонятны, часто скрываются за детской или банальной маской, бывают меланхолического склада темперамента. Они не блистают и не выдвигаются вперёд. Так как в отношениях они руководствуются преимущественно своими субъективно ориентированными эмоциями, то их истинные мотивы остаются по большей части скрытыми. Внешне они проявляют приятное спокойствие, не стремятся принуждать другого, влиять на него, или даже воспитывать и изменять его. Если внешняя сторона более выражена, то появляется оттенок индифферентности и холодности, который может усилиться до равнодушия к благополучию и несчастью другого. Тогда ясно чувствуется, как эмоции "отворачиваются" от объекта.

/ К. Юнг /

Какой новый компонент эмоций выделил К. Юнг? Какова природа этого компонента?

#### Задача 9

Основной особенностью, отличающей условия воспитания в Домах ребёнка, являются трудности установления прочных взаимоотношений ребёнка со взрослым. В работе Мещеряковой С.Ю. была предпринята попытка изучить особенности аффективно-личностных связей детей, воспитывающихся в Домах ребёнка, с персоналом и семейных детей с матерью, а также выявить роль эмоционального общения в установлении этих связей. В экспериментах использовались две эмоциогенные ситуации: отрицательная и положительная. В положительной эмоциогенной ситуации ребёнку презентировался радующий его объект: новая интересная игрушка. В отрицательной – пугающий объект: маска, надетая на лицо человека. В каждой ситуации ребёнок находился сначала без близкого взрослого, затем – в его присутствии. Установите, в каких случаях анализируется поведение семейных детей, для которых близким взрослым является мать, а в каких – воспитанников Дома ребёнка, близкий взрослый которых – ухаживающая за ними медсестра.



А. Для таких детей средством для снятия страха является комплекс действий, позволяющий им ощутить любовь и заботу взрослого. Дети активно стремились к физическому контакту, обнимали женщину, прижимались к ней, заглядывали в глаза, прятали личико её на плече. В результате у детей стабилизировалось эмоциональное состояние, страх перед маской сменялся интересом к ней и разворачивалось ориентировочно-исследовательское поведение, окрашенное положительными эмоциями...

Б. С приходом взрослого ребенок переставал плакать, но оставался настороженным, переводил взгляд с взрослого на маску и пытался отвлечься посторонними предметами. При этом в качестве такого "предмета" выступала сама женщина. Ребенок тербсил её одежду, пристально смотрел в лицо, стараясь отвернуться от пугающего предмета.

В. В ситуации с предъявлением радужного объекта социальное поведение детей протекало отдельно от предметной деятельности, эмоции (если таковые имели место) выражались гораздо скупее.

Г. Такие дети неизменно встречали взрослого улыбкой, пытались привлечь к совместной деятельности взглядом, прощупывали игрушку.

/ С.Ю.Мещерякова /

Раскройте особенности аффективно личностных связей у ребёнка с матерью и у воспитанников домов ребёнка с медсестрой. В какой ситуации выражение чувств детьми имело "субъектную" адресацию; они овладевали психологическими средствами, позволяющими преодолеть отрицательные эмоции? Почему? Как влияет эмоциональный опыт детей на личностное и познавательное развитие?

#### Задача 10

Как влияют эмоции на познавательные процессы - восприятие, воображение, память, мышление?

Атчинсон, Санфорд, Шериф экспериментально установили, что под влиянием эмоций усиливается тенденция к фантазированию. Какие мето-

дики Вы бы привлекли, чтобы подтвердить достоверность полученных результатов?

От чего зависит содержание фантазий? Какова Ваша гипотеза? Как можно осуществить её проверку? Какие методы обработки результатов необходимо применить?

## Задача II

Как влияет разлука с матерью на развитие эмоциональной сферы ребёнка? Проанализируйте мнения психологов по данной проблеме.

1. З.Фрейд развивает в ряде работ мысль о том, что разлука с матерью заставляет младенца остро переживать свою беспомощность, вызывает у него повторно эмоцию страха, в результате чего это переживание фиксируется, вступает в связь с каким-нибудь внешним объектом и переходит в фобию.

2. Джерсилл считает, что выросшие вне семьи дети не способны к богатым эмоциональным переживаниям; способность ребёнка любить окружающих оказалась тесно связанной с тем, сколько любви получил он сам и в какой форме она выражалась.

3. А.Фрейд обнаружила, что в подростковом возрасте дети, выросшие без близких взрослых, развивают примитивные связи с окружающими; у них появляются "замещающие" связи со сверстниками или с группой сверстников; многие дети ищут истинных материнских отношений с каким-нибудь лицом, без чего их переход к зрелости становится невозможным.

4. Салливен развивает мысль о том, что "Я" ребёнка социально по своему происхождению, так как оно рождается и постепенно формируется под влиянием оценки взрослыми поступков ребёнка. Позиция близких взрослых создаёт как бы "эмоциональный климат", "психологическую среду", в которой совершается процесс самораскрытия и саморазвития ребёнка. Личность складывается из отражённых похвал, пишет Салливен.

Представителями какого психологического направления собраны данные психологические факты? Какое объяснение и толкование Вы можете дать этим психологическим фактам?

Что же по существу означает "*mothering*" (англ.) – материнская забота, опека?

Во многих современных руководствах по детской психологии можно встретить ссылки на классическую работу У.Денниса. Эта работа была посвящена исследованию двух девочек-близнецов в течение первого года жизни в условиях строгой социальной изоляции и минимальной практики.

Эксперимент длился 14 месяцев, начавшись в конце первого и закончившись в конце пятнадцатого месяца жизни детей. За это время двое взрослых – экспериментатор и его жена (с ними жила их маленькая дочка) – входили в комнату не более 12 раз в сутки и только для ухода за детьми; они никогда не улыбались им, не пощряли и не порицали их, не ласкали и не играли с ними. Комната, в которой жили дети, имела только необходимую мебель, в открытое окно они могли видеть лишь клочок неба и верхушку одного дерева. Ни игрушек, ни картин, ни украшений в комнате не было. Перегородка между кроватями мешала сёстрам видеть друг друга.

Несмотря на это, развитие детей шло нормально. Тщательно зарегистрировав появление каждого нового акта у детей, (всего их было отмечено 154) и сравнив эти сроки с данными изучения других 20-40 детей, известными по литературе, автор убедился, что отставание у его подопечных касалось только проявления трёх реакций: хватания подвешенного качающегося кольца, сидения без поддержки и твёрдого уверенного стояния. Однако введение минимального количества упражнений быстро ликвидировало и это отставание. Более того, дети не только хорошо развивались, но и проявляли глубокую эмоциональную привязанность к своим воспитателям.

/ М.И.Лисина /

Как Вы объясняете полученные Деннисом результаты? Сопоставьте данные денниса с результатами других исследований. Полученные Деннисом результаты подтверждают или опровергают известные Вам психологические факты? Как Вы это объясняете?

## Задача 12

Может ли человек одновременно переживать и размышлять над содержанием переживаемого? Способен ли сам человек выделить структуру собственной эмоции (отрицательной) и сделать её предметом аналитического рассмотрения?

Какие привычные способы мышления автоматически "запускаются" в ситуации отрицательного переживания? Удаётся ли Вам обычно разделить отражаемое в эмоции содержание от своего отношения к данному содержанию?

Я вернулся домой и нахожу свою квартиру запущенной, а дочь, хотя она была весь день дома, не потрудилась сделать уборку. Я начинаю о ней думать как о законченной эгоистке, которая знает только себя и свои интересы, а родителей воспринимает только как условие удовлетворения своих желаний. Она отказывается вносить свой посильный вклад в нашу общую жизнь. Ведёт себя как квартирантка. Становится ласковой, когда ей что-то нужно. Вот и сейчас она, как видно, ушла на свидание к своему прыщавому оболтусу. Стоит этому типу позвонить, как она сразу забывает и о нас, и о своих обязанностях в придачу. Нет, я больше этого терпеть не буду. Если ты хочешь проявить самостоятельность и нас ни во что не ставишь, то придётся эту самую самостоятельность ей и предоставить. Я ей откажу в поездке на теплоходе. Просто скажу, что путёвка стоит денег, и их нужно зарабатывать. Если ты ещё не можешь работать и зарабатывать деньги, то хотя бы помогай взрослым, веди домашнюю работу. Нет, она не хочет. Да, я ей скажу, что мне придётся воздержаться от материальной помощи, если она вздумает всё-таки продолжать так себя вести, и, в особенности, вздумает выходить замуж за этого субъекта.

Стоп!

/ По Ю.М. Орлову /

Какое чувство целиком поглотило отца? Как образовалось это чувство? Из каких элементов оно состоит? К появлению каких мыслей приводит развитие этого чувства, какими переживаниями они сопровождаются? Представьте себя в роли отца. Как бы Вы стали размышлять над этим чувством, сосредоточив внимание на когнитивной структуре эмоции?

Каких умений и способностей требует такая деятельность от субъекта?

А как переживается положительная эмоция? Есть ли отличия и в каком компоненте эмоции?

Приведите пример развития положительной эмоции.

### Задача 13

Познакомьтесь с литературными примерами описания эмоциональных состояний человека.

А. "Дельмар позеленел от злости и изумления, — Неужели вы надеетесь все скрыть от меня? — сказал он дрожащим голосом. — Не собираюсь, — ледяным тоном ответила она... — Вы так полагаете? — спросил он, с силой сжимая её руку. — Полагаю, — ответила она, несколько не меняясь в лице. Ральф сделал два шага, схватил полковника за локоть, согнул его руку как протынку"...

Б. Художник Томас Хадсон живёт и работает над своими картинами вдалеке от шумной цивилизации континента, мальчишки, его сыновья, навещают его летом. Но вот наступил конец лета, и гидросамолёт уносит ребят в Европу. Томас Хадсон вновь может продолжить работу, ради которой он и живёт вдали от любимых сыновей, хотя и тоскует по ним.

Вскоре после расставания к Хадсону является почтовый посыльный с телеграммой: "Ваши сыновья Дэвид и Эндрю погибли вместе с матерью в автомобильной катастрофе..."

Э.Хемингуэй пишет: "Он прочитал телеграмму. Потом положил её в карман, вышел на веранду и сел в кресло. Он вынул телеграмму и прочитал её ещё раз" /.../ "Как такое могло случиться, Том? — Не знаю, — сказал Томас Хадсон. — Наверно, они на что-нибудь налетели или их кто-нибудь ударил. — Уж наверное, не Дэви вёл машину. — Наверно, не Дэви. Но теперь это не имеет значения. — думаете, она правила? — Вероятно. А может, у них был шофёр. Какая разница? — Думаете, Энди? — Может быть. Она могла ему позволить. — Он малый самонадеянный, — сказал Энди — Был самонадеянный, — сказал Томас Хадсон. — Теперь уже вряд ли".

В. "Но что же чувствовала она тогда, когда Эраст, обняв её в последний раз, в последний раз прижав к своему сердцу, сказал: "Прости, Лиза!" Какая трогательная картина! Утренняя заря, как алое море, разливалась по восточному небу. Эраст стоял под ветвями высокого дуба, держа в объятиях свою бледную, томную, горестную подругу, которая, прощаясь с ним, просталась с душою своею. Вся натура пребывала в молчании. Лиза рыдала - Эраст плакал - оставил её - она упала - стала на колени, подняла руки к небу и смотрела на Эраста, который удалялся - далее - далее - и, наконец, скрылся - воссияло солнце, и Лиза, оставленная, бедная, лишилась чувств и памяти".

В каких случаях чувства выражаются открыто, а в каких - имеет место изоляция аффекта? Какие психологические предрасположенности обуславливают выражение чувств? Какое значение имеет выражение чувств в межличностных отношениях (в критических ситуациях, деловых, интимно-личностных) в контексте психотерапевтического процесса? Отделение аффектов своего опыта от содержания - сознательная или бессознательная стратегия? Почему? Приведите примеры изоляции. Насколько адаптивными являются выражения чувств в описанных ситуациях?

#### Задача I4

Какое чувство описано в примере? На переживание какого чувства это очень похоже? В чём отличие? Приведите критерии отличия.

"Она всегда опасалась каких-то жестоких и безобразных выходов, неминуемо ожидающих её, всегда чуяла завистливую чернь, подстерегающую её, как нечто исключительное, и это ощущение наложило резкий отпечаток на её внутренний мир. Где бы она ни находилась - в школе или среди друзей на улице, в поезде, - она всегда инстинктивно сжималась, старалась стать меньше и незначительнее из страха, что её внутреннее "я" будет открыто, извлечено и подвергнется жестокому нападению со стороны обиженной пошлости, среднего "я".

/Д. Лоуренс/

К каким психологическим последствиям это приводит?

## Задача 15

Познакомьтесь с поведением людей в различных ситуациях. Что общего в их переживаниях?

А. Одна одарённая писательница полностью отказалась от литературной работы, потому что её мать начала писать и добилась успеха. Когда спустя какое-то время она вновь вернулась к любимой работе, то сама стала испытывать страх не от того, что что-то не получалось, а наоборот, что всё шло слишком гладко. Эта женщина в течение длительного времени была неспособна что-либо делать из-за боязни вызвать отрицательные чувства. Она потратила массу энергии, чтобы нравиться людям. И сейчас она опасается потерять друзей из-за своего успеха.

Б. При игре в теннис человек почувствовал, что нечто удерживает его и не даёт ему выиграть, хотя он близок к победе.

В. Человек не может чётко и внятно изложить свои мысли и таким образом произвести хорошее впечатление. Причём, в разговоре с одними людьми он уверен и твёрд, в то время как с другими — пасует и смущается. Разговаривая с человеком, который интеллектуально ниже его, он вынужден снижать свой интеллектуальный уровень, спасаясь своим превосходством задеть и унижить собеседника.

Г. Человек хорошо справился с порученной работой, но тем не менее считает, что другие выполнили бы эту работу лучше или что его успех был случайным и он, вероятно, не сможет добиться такого же хорошего результата ещё раз. Или он будет искать в проделанной работе какой-то недостаток, чтобы обесценить достижение в целом. Так, учёный может чувствовать себя несведущим в вопросах, относящихся к области его собственных исследований, пока друзья не напомнят ему об этом.

Д. Если человек действительно имеет успех, то часто не только не получает от него удовольствия, но даже не ощущает его как свой собственный. Или он умалывает свой успех, приписывая его некоторым благоприятным обстоятельствам или чьему-то содействию.

/К.Хорни/

Какие конкретные проявления имеет базовая тревожность в приведённых примерах? Считаете ли Вы, что есть внутренняя связь между страхом возможной неудачи и боязнью успеха? Почему? Каковы источники их возникновения? Как Вы воспринимаете ситуацию, в случае, когда добились успеха?

#### Задача 16

"Преимущество других, связано ли оно с куклой, девушкой, досугом или работой, кажется столь значительным и желанным, что порой человек ощущает полнейшую справедливость своей зависти. Такое оправдание возможно лишь с помощью некоторой неумышленной фальсификации фактов: недооценки того, что он имеет сам, и иллюзии того, что преимущества других действительно ему крайне необходимы. Самообман может зайти столь далеко, что человек действительно начинает верить в своё жалкое положение, потому что не может получить то преимущество, в котором другой человек превосходит его, полностью забывая о том, что во всех других отношениях ему не хотелось бы с ним поменяться. Ценой, которую приходится ему платить за эту фальсификацию, является его неспособность наслаждаться и ценить те возможности для достижения счастья, которые доступны. Однако, эта неспособность служит ему защитой от весьма пугающей его зависти со стороны других людей. Он не просто из осторожности воздерживается от довольства тем, что имеет, подобно многим нормальным людям, у которых есть веские причины защищать себя от зависти определённых лиц, и которые поэтому представляют в ложном свете своё реальное положение. Таким образом он крушит собственные планы: он хочет иметь всё, но из-за своих разрушительных побуждений и тревог оказывается в конечном счёте ни с чем.

/ К.Хорни /

Какое чувство описывает К.Хорни? Чем отличается проявление этого чувства у здоровой и невротической личности? Связано ли проявление этого чувства с враждебными тенденциями? Почему?



## Задача I7

В каких ситуациях возникает страх? Следствием чего он является? Как можно преодолеть страх?

А. Известна старинная притча о страхе. "Куда ты идёшь?", - спросил странник, повстречавшись с чумой. "Иду в Багдад. Мне нужно уморить там пять тысяч человек". Через несколько дней тот же человек снова встретил Чуму. "Ты сказала, что уморишь пять тысяч, а уморила пятьдесят", - упрекнул он её. "Нет, - возразила она, - я погубила только пять тысяч, остальные умерли от страха".

Б. Мужественный французский врач Ален Бомбар, взявший на себя труд разобраться в причинах гибели терпящих бедствие в открытом море и доказавший личным примером, что можно переплыть океан в резиновой спасательной шлюпке, пришёл к выводу, что главной причиной гибели людей в море является чувство обречённости, ужас перед стихией.

Он писал: "Жертвы легендарных кораблекрушений, погибшие преждевременно, я знаю, вас погубила не жажда. Раскачиваясь на волнах под жалобные крики чаек, вы умерли от страха!"

/А.Бомбар/

## Задача I7 а

Эмоциональное расстройство, сопровождаемое чувством тревоги и бессилия, часто бывает связано с искажениями сложной когнитивной интерпретации человеком тех или иных событий, а не с самими этими событиями /рис. I /.

В своей теории ABC Эллис показывает, каким образом эмоциональную реакцию (С) человек чаще всего приписывает "активирующему событию" (А), тогда как на самом деле она обусловлена теми представлениями (В) об этом событии, которые имеются у человека.

На наш взгляд, теория Б.Б.Ершова, имеющая глубокие корни в психоаналитической концепции, конкретизирует и углубляет теорию ABC Эллиса, показывает дальнейшее развитие реакции на ситуацию, оцениваемую как значимую, ход этой реакции в нормальном и невротическом случае. Также отмечает большую роль в развитии такой ситуации

стресса, тревоги, тем самым объясняя их функциональное назначение при адаптивном и дезадаптивном ходе реакции.

Проанализируйте предложенную схему. Объясните динамику возникновения тревоги с точки зрения данной схемы. Что происходит в состоянии тревоги?

Происходит ли в состоянии тревоги искажение познавательных процессов и с чем это связано?



Рис. I Схема, составленная на основе "теории ABC" Эллиса и теории тревоги Ершова Б.Б.

## Задача I8

Какую функцию эмоций экспериментально исследовал Лазарус?

Целью эксперимента было выяснение, от чего зависит волнение зрителей – от содержания, т.е. от того, что происходит на экране, или от субъективной оценки того, что показывают. Четырём группам здоровых взрослых испытуемых показали кинофильм о ритуальном обычае австрийских аборигенов – инициации – посвящении мальчиков в мужчины, при этом создали три разных версии музыкального сопровождения. Первая – с тревожной музыкой; вторая – с мажорной музыкой; а третье сопровождение было нейтрально-повествовательным. И, наконец, контрольная группа смотрела фильм без музыки – немой. Во время демонстрации фильма велось наблюдение за всеми испытуемыми. В минуты тяжёлых сцен, изображавших саму ритуальную операцию, у испытуемых всех групп были зарегистрированы признаки стресса: изменение пульса, электропроводимости кожи, гормональные сдвиги. Зрители были спокойнее, когда воспринимали немой вариант, а самое высокое напряжение эмоций переживали при первой (тревожной) версии музыкального сопровождения.

Почему демонстрация одного и того же кинофильма может вызывать, а может и не вызывать стрессовую реакцию?

Какова функциональная роль музыки в эксперименте?

Какими иными экспериментальными средствами можно реализовать поставленную цель?

## Задача I9

Проанализируйте такие составные понятия, как:

- "умные эмоции" /Л.С.Выготский/;
- "эмоционально насыщенная мысль" /Б.С.Мейлах/;
- "эмоциональное познание" /Б.М.Теплов/.

Каковы особенности художественных образов и в какой форме они представляются сознанию?

Обосновать взаимосвязь эмоционального и интеллектуального в когнитивном процессе.

## Задача 20

На каких теоретических положениях основана классификация интеллектуальных чувств?

Какие функции выполняют интеллектуальные эмоции в познавательной деятельности? Каким фазам мыслительного процесса соответствуют ведущие интеллектуальные эмоции?

### Фазы мышления:

1. Постановка проблемы.
2. Формирование догадки.
3. Первичная проверка, принятие догадки.

### Интеллектуальные эмоции:

Догадка;

Стремление проникнуть в суть проблемы;

Динамика Сомнение - Уверенность;

Удивление;

Радость открытия истины;

Удовлетворение от получения знаний.

## Задача 21

Раневская и Гаев разорены. Имение продано с торгов. После торгов возвращается Лопахин. Гаев в слезах, Любовь Андреевна угнетена, а Лопахин ликует: "Я купил! Погодите, господа, сделайте милость, у меня в голове помутилось, говорить не могу... Вишнёвый сад теперь мой! Мой! Боже мой, Господи, вишнёвый сад теперь мой! ... Музыка, играй отчётливо! Пускай всё, как я желаю! Идёт новый помещик, владелец вишнёвого сада! За всё могу заплатить!"

/ А.П.Чехов. "Вишнёвый сад" /

Какие чувства проявились у героев А.П.Чехова?

С какими свойствами личности связаны проявления чувств?

А. Урок английского языка. Ребята принесли в класс ворону. Молодая преподавательница Н. забралась на подоконник, чтобы поймать птицу и выпустить её. В это время учитель Мельников заглядывает в класс. Он резко отчитывает Н. Смущённая, расстроенная, она выбегает в коридор, чтобы объяснить своему учителю, любимому человеку, суть происшедшего. Но тот холоден и строг. Н. возвращается в класс, хватая ворону, которую кто-то из ребят завернул в тряпку, выбрасывает беспомощную птицу в окно. Взволнованные и возмущённые ребята грубят учительнице. Одного за другим она выгоняет их за дверь.

Б. "Не знаю, - пишет юноша девушке, - люблю я тебя или ненавижу. Мне кажется, что эти чувства во мне странным образом перемешаны. Ставлю вопрос: почему я могу тебя любить? Не нахожу ответа. Но нет, кажется, оснований и для ненависти. Может быть, ты поможешь мне понять самого себя и чем вызвано моё такое нелепое состояние по отношению к тебе".

В. Сталевар 41 года переживает тяжёлое состояние по поводу смерти единственной 18-летней дочери. Раньше он очень любил свою профессию, отличался сознательным и ответственным отношением к труду. Во время войны работал по 2-3 смены, не выходя из цеха. Теперь работа ему тягостна, он жалуется на крайнюю усталость и апатию.

Г. Анна Каренина накануне гибели размышляет с своим отношением к Вронскому: "Моя любовь всё делается страстнее и себялюбивее... У меня всё в нём одном, и я требую, чтобы он всё больше и больше отдавался мне... Если бы я могла быть чем-нибудь, кроме любовницы, страстно любящей одни его ласки; но я не могу и не хочу быть ничем другим".

/ Л.Н.Толстой. "Анна Каренина"/

Какие индивидуальные особенности чувств /сила, глубина, устойчивость, амбивалентность/ проявляются в приведённых примерах?

Определите, какое влияние /регулирующее, стимулирующее, дезорганизующее/ оказали, в данных примерах, чувства на поведение и образ жизни?

Как сила, глубина, устойчивость, амбивалентность чувств проявляется в данном примере? Чем их проявление в данной задаче отличается от тех особенностей, которые были описаны в предыдущих задачах?

"... Он пришёл к себе уже к вечеру, стало быть, проходил всего часов шесть. Где и как шёл обратно, ничего он этого не помнил. Раздевшись и весь дрожа, как загнанная лошадь, он лёг на диван, натянул на себя шинель и тотчас же забылся...

Он очнулся в полные сумерки от ужасного крику. Боже, что это за крик! Таких неестественных звуков, такого вопля, скрежета, слёз, побой и ругательств он никогда ещё не слыхивал и не видывал. Он и вообразить не мог себе такого зверства, такого иссушения. В ужасе приподнялся он и сел на своей постели, каждое мгновение замирая и мучаясь. Но драки, вопли и ругательства становились всё сильнее и сильнее. И вдруг, к величайшему изумлению, он вдруг расслышал голос своей хозяйки. Она выла, визжала и причитала, спеша, торопясь, выпуская слова, так что и разобрать нельзя было, о чём-то умоляя, — конечно, о том, чтоб её перестали бить, потому что её беспощадно били на лестнице. Голос бывшего стал до того ужасен от злобы и бешенства, что уже только хрипел, но всё-таки и бывший тоже что-то такое говорил, и тоже скоро, неразборчиво, торопясь и захлёбываясь. Вдруг Раскольников затрепетал, как лист: он узнал этот голос: это был голос Ильи Петровича. Илья Петрович здесь и бьёт хозяйку! Он бьёт её ногами, колотит её головой о ступени, — это ясно, это слышно по звукам, по воплям, по ударам! Что это, свет перевернулся, что ли! Слышно было, как во всех этажах, по всей лестнице собиралась толпа, слышались голоса, восклицания, всходили, стучали, хлопали дверями, сбегались. "Но за что же, за что же... и как это можно!" — повторял он, серьёзно думая, что он совсем помешался. Но нет, он слишком ясно слышит!... Но стало быть, и к нему сейчас придут, если так, "потому что... верно, всё это из того же... из-за вчерашнего... Господи!" Он хотел было запереться на крючок, но рука не поднялась... да и бесполезно!

Страх как лёд обложил его душу, замучил его, околенил его ...

Но вот, наконец, весь этот гам, продолжавшийся десять минут, стал постепенно утихать. Хозяйка стонала и охала, Илья Петрович всё ещё грозил и ругался... Но вот, уже и не слышно его; "неужели ушёл! Господи!" Да, вот уходит и хозяйка, всё ещё со стоном и плачем... вот и дверь у ней захлопнулась... Вот толпа расходится с лестниц по квартирам, — ахают, спорят, перекликаются, то возвышая речь до крику, то понижая до шёпота. Должно быть, их много было; чуть ли не весь дом сбежался. "Но, боже, разве всё это возможно! И зачем, зачем он приходил сюда!"

Раскольников в бессилии упал на диван; но уже не мог сомкнуть глаз; он пролежал с полчаса в таком страдании, в таком нестерпимом ощущении безграничного ужаса, какого никогда ещё не испытывал. Вдруг яркий свет озарил его комнату: вошла Настасья со свечой и с тарелкой супа...

— Небось, со вчерашнего не ел. Целый-то день проплялся, а самого лихоманка бьёт.

— Настасья... за что били хозяйку?

Она пристально на него посмотрела.

— Кто бил хозяйку?

— Сейчас... полчаса назад, Илья Петрович, надзирателя помощник, на лестнице... За что он так её избил? и... зачем приходил?...

... — Никто не приходил. А это кровь в тебе кричит. Это когда ей выходу нет и уж печёнками запекается начнёт, тут и начнёт мерещиться... Есть-то станешь, что ли?

Он не отвечал. Настасья всё стояла над ним, пристально глядела на него и не уходила.

— Пить дай... Настасьюшка.

Она сошла вниз и минуты через две воротилась с водой в белой глиняной кружке; но он уже не помнил, что было дальше. Помнил только, что отхлебнул один глоток холодной воды и пролил из кружки на грудь. Затем наступило беспамятство. ... это было лихорадочное состояние, с бредом и полусознанием..."

/Ф.М.Достоевский/

О чём, в данном случае, свидетельствует "такая"- сила и глубина чувств Раскольникова?

## Задача 23

О какой эмоции идёт речь в приведённом отрывке? С какими физиологическими реакциями связано её проявление? Какова динамика зарождения и развития эмоции?

"Началось это предыдущей ночью, когда он проснулся и услышал рычание льва, где-то вверх по ручью. Это был низкий рёв и кончался он ворчанием и кашлем, отчего казалось, будто лев у самой палатки, и когда Френсис Макомбер, проснувшись ночью, услышал его, он испугался. Он слышал ровное дыхание жены, она спала. Некому было рассказать, что ему страшно, некому разделить его страх... Позже, когда они закусывали в обеденной палатке при свете фонаря, ещё до восхода солнца, лев опять зарычал, и Френсису почудилось, что он совсем рядом с лагерем...

Они медленно ехали по высокому берегу ручья... Машина остановилась.

- Вот он, - услышал он шёпот Уилсона. Впереди, справа. Выходите и стреляйте. Лев замечательный...

Он сидел потный, во рту пересохло, сосало под ложечкой...

В тридцати пяти шагах от них большой лев лежал, распластавшись на земле. Он лежал неподвижно, прижав уши, поцрагивал только его длинный хвост с чёрной кисточкой...

Макомбер услышал захлёбывающееся кровью ворчание и увидел, как со свистом разошлась трава. И сейчас же волею за этим он осознал, что бежит, в безумном страхе бежит сломя голову, прочь от зарослей, бежит к ручью."

/Э. Эмингуэй/

## Задача 24

А. Чернышевский Н.Г. писал, что светская красавица полагается крестьянину "решительно неверачной", аристократу милей "бледный цвет", "тоски примета", маленькие ручки, хрупкая фигура. Для крестьянина признаком женской красоты является румяный цвет лица, крепкая фигура, большие, способные к труду руки.



Б. Приятель князя Дашкова выражал ему удивление, что он ухаживает за госпожой, которая не хороша собою, да и не молода. "Всё это так, - отвечал князь, - но если бы ты знал, как она благодарна!"

/ Вяземский П.А. /

В. Женщины многих африканских племён носят на руках и ногах железные кольца. Жёны богатых людей носят иногда чуть ли не целый пуд таких украшений. Они - символ богатства. Благодаря им женщина кажется красивой и себе и другим.

Г. Нет, ты только посмотри, Валя, что это за чудо! Прелесть! Точно изваяние... а краски? Смотри, смотри, ведь это она не белая, то есть она белая, но сколько оттенков - желтоватых, розовых, каких-то небесных, а внутри, с этой влагой, она жемчужная, просто ослепительная...

/ Щадеев А.А. /

Какие закономерности в происхождении эстетических и нравственных чувств проявились в каждом примере?

#### Задача 25

Какой вид стыда проявился в следующих примерах? Каковы психологические особенности порождения и функционирования чувств стыда?

А. Аристотель считал, что стыд - полезная вещь для отроков, что он избавляет их от плохих поступков. "Но мы не хвалим взрослого, если он стыдлив".

Б. Император Максимилиан был настолько стыдлив, что в своём завещании потребовал, чтобы, прежде чем надеть на него одежду для погребения, на него надели бы подштаники и, более того, человеку, который будет обмывать его, завязали глаза, чтобы он не видел наготы императора.

В. В возрасте, когда ребёнок научается отличать лицо матери

от незнакомого женского лица, ему было предъявлено несколько фотографий - изображений его матери /на разном расстоянии, с разной освещённостью и т.д./. У ребёнка возникают реакции, похожие на стыд: вдруг он обознается и примет за мать другую женщину?

Г. "Этот мужчина восхищается мной, - говорит себе женщина. - Думаю, что это простое проявление вежливости или благодарности воспитанного человека. Ему не хотелось обижать меня, показав, насколько я неприятна".

#### Задача 26

Ф.М.Достоевский писал, что "в болезненном состоянии сны отличаются часто необыкновенной выпуклостью, яркостью и чрезвычайным сходством с действительностью. Слагается иногда картина чудовищная, но обстановка и весь процесс всего представления бывают при этом до того вероятны и с такими тонкими, неожиданными, но художественно соответствующими всей полноте картины подробностями, что их не выдумать наяву этому же самому сновидцу, будь он такой же художник, как Пушкин или Тургенев. Такие сны, болезненные сны, всегда долго помнятся и производят сильное впечатление на расстроенный и уже возбуждённый организм человека".

/ Ф.М.Достоевский /

Что побуждает Ф.М.Достоевского обратиться к болезненному состоянию сновидения? По каким симптомам нормальный сон отличается от снов в болезненном психическом состоянии?

#### Задача 27

Какое функциональное назначение танца в человеческой коммуникации вы можете отметить, как самое главное?

Каково современное назначение танцев? Проанализируйте высказывания экспрессивной танцовщицы Мери Уигман (1) и танцевального психотерапевта Шильдера (2).

1. "Танец – это живой язык, которым говорит человек, это художественное обобщение, парящее над реальной основой, для того, чтобы высказаться на более высоком уровне, в образах и аллегориях сокровенных человеческих эмоций. Танец прежде всего требует общения прямого, потому что его носителем и посредником является сам человек, а инструментом выражения – человеческое тело, естественные движения которого создают материал для танца, единственный материал, являющийся его собственным и самостоятельно им используемым".

2. "Между мышечной последовательностью напряжения и расслабления (включённой во все выразительные движения) и психической установкой столь тесные взаимоотношения, что не только психическая установка связана с мышечным состоянием, но также каждая последовательность напряжения и расслабления вызывает физическую установку. Специфическая мышечная последовательность изменяет внутреннее состояние, установки и даже вызывает воображаемую ситуацию, которая соответствует мышечной последовательности".

/ Цит. по К.Рудестам /

Сопоставьте приведённые отрывки. По каким линиям Вы предполагаете провести их сравнительный анализ?

Танец моделирует внешнюю или внутреннюю реальность?

Каковы психологические механизмы этого моделирования?

Задача 28

Что Вам известно о группах танцевальной терапии? Каковы их цели? Какие подходы к рассмотрению танцевальной терапии Вы можете сформулировать на основе анализа следующего материала и Ваших знаний (практического опыта)?

А. Санятия часто начинались с движений взаимодействия, переходивших затем в сильные, быстрые, направленные паттерны движений. Доверие возникло, когда Бетси разрешили излить подавленные эмоции гнева в психомоторных ситуациях. Терапевт играл роль терпящего поражение агрессивного всепобеждающего объекта из её прошлого, который подвергается "разрушению" под ударами, пинками, шлепками.

Движения одновременно сопровождались гневными выкриками. Голос и движения Бетси становились сильнее и увереннее, выражая вместе с движениями других участников гнев по поводу несостоятельных требований матери. Изменения установок и внутреннего эмоционального состояния проявлялись в изменениях телесных поз и танцевальных движений.

/ П.Бернстайн /

Б. Терапевт, танцует с пациентом, говорит: "Я ощущаю каждую твою эмоцию, мне знакомы ненависть, печаль, одиночество; я понимаю все настроения, которые отделяют тебя от людей. Я тоже могу всё это чувствовать, и у меня это не вызывает отвращения. Танцую с тобой, я принимаю тебя – и мы на минуту понимаем друг друга".

/ М.Чейс /

В. "Труднее всего мне было "достать" Брайана. Высокий, темноволосый, напряжённо назлектризованный, он танцует под свою музыку, отбивая ритм по телу, как по барабану. Его танцы не имеют ни начала, ни середины, ни конца. Это как бы короткие вспышки припадка. Он не позволяет спрашивать, интерпретировать и структурировать. Когда мы образуем круг, он бежит, прыгает и скачет вне его. Иногда я присоединяюсь к нему в его "одушевлённых" прыжках, которые напоминают прыжки какого-то лесного зверя, и зачарованно слежу за ним. В ту минуту, когда наши шаги выравниваются, ритмы совпадают, он смотрит на меня с признанием и удовольствием. Но этот момент проходит, и он снова погружается в свой внутренний мир".

/ Э.Лефко /

Чем отличается, по Вашему мнению, спонтанное поведение в танцевальной психотерапии и в психодрамме, и чем они похожи? Каким принципам и каких именно психотерапевтических подходов созвучны принципы танцевальной терапии? /Для ответа на вопрос обратитесь к таблице на стр. 67/ Какой уровень эмоционального регулирования поведения осуществляется в танцевальной терапии?

## Задача 29

Как человеку удётся контролировать собственные эмоции (неуместные в данном контексте)? Какие реакции человека могут быть наиболее информативными в плане передачи эмоциональных состояний в процессе общения?

А. Пример применения методики А.Р.Лурии к лицам, находящимся под следствием.

Субъекту, причастному к убийству, предъявляется слово "полотенце". (Для него это значимое слово, так как во время преступления жертва при сопротивлении поранила ему руку, и он оторвал кусок полотенца, чтобы перевязать рану). Следует период молчания в течении 7 сек. Одновременно в моторной сфере (показатели КТР) наблюдается тоническое волнение – на записи медленно поднимается "горб" с неровной, колеблющейся формой; внешняя же реакция так и не наступает.

/ Лурия А.Р. /

Б. Испытуемым студентам (мужчинам и женщинам) предъявлялись картины различного содержания.

Среди них была фигура обнажённого мужчины, фигура обнажённой женщины, изображение матери с ребёнком и пейзаж.

Результаты показали, что у испытуемых – мужчин ширина зрачка оказалась наибольшей при рассматривании фигуры обнажённой женщины, а у женщин – при восприятии матери и ребёнка.

## Задача 30

Какое психическое состояние описывается в приведённых примерах? Каковы его функциональные характеристики?

А. "... сердце его вдруг стукнуло и на мгновение куда-то провалилось, потом вернулось, но тупой иглой, засевшей в нём. Кроме того, Берлиоза охватил необоснованный, но столь сильный страх, что ему захотелось бежать с Патриарших без оглядки. Берлиоз тоскливо оглянулся, не понимая, что его напугало, он побледнел, вытер платком лоб, подумал: "что со мной?"

/ Булгаков М.А. /

Б. "... час спустя он (князь Мышкин) уже был в Петербурге ... Главное, он спешил теперь в Измайловский полк, на бывшую недавно квартиру Настасьи Филипповны. ... К совершенному поражению его, у учительши не только не слыхали ни вчера, ни сегодня о Настасье Филипповне, но на него самого выбежали смотреть как на чудо. ... Князь встал совершенно убитый; они рассказывали потом, что он "ужасно как побледнел"; действительно, у него почти подсекались ноги. Наконец, сквозь ужасную трескотню голосов он различил, что они уговариваются действовать вместе с ним и спрашивают его городской адрес. Адреса у него не оказалось; посоветовали где-нибудь остановиться в гостинице. Князь подумал и дал адрес своей прежней гостиницы, той самой, где с ним недель пять назад был припадок. Затем отправился опять к Рогожину. ... На этот раз не только не отворили у Рогожина, но не отворилась даже и дверь в квартиру старушки. ... Всё это было подозрительно и нечисто. ... Он вспомнил, однако, что ему нужно остановиться в трактире и поспешил на Литейную, там тот час же оставили ему номер. Коридорный осведомился, не желает ли он закусить; он в рассеянии ответил, что желает, и, спохватившись, ужасно бесился на себя, что закуска задержала его лишник полчаса, и только потом догадался, что его ничто не связывало оставить поданную закуску и не закусьвать. Странное ощущение овладело им в этом тусклом и душном коридоре, ощущение, мучительно стремившееся осуществиться в какую-то мысль; но он всё не мог догадаться, в чём состояла эта новая напрашивающаяся мысль. Он вышел наконец, сам не свой, из трактира; голова его кружилась; но — куда, однако же, ехать? Он бросился опять к Рогожину. ... Странно: то был он чрезвычайно заметлив, то вдруг становился рассеян до невозможности. ...

Несмотря на все утешения и обнадеживания, совершенное отчаяние овладело душой князя. В невыразимой тоске дошёл он пешком до своего трактира. Летний, пыльный, душный Петербург давил его как в тисках, он толкался между суровым или пьяным народом, всматривался без цели в лица, может быть, прошёл гораздо больше, чем следовало; был уже совсем почти вечер, когда он вошёл в свой номер. Он решил отдохнуть немного и потом идти опять к Рогожину, как советовали, сесть на диван, облокотился обоими локтями на стол и задумался. ... Он вздрогнул: давешняя напрашивавшаяся мысль вдруг вошла ему теперь в голову. Она состояла отчасти в том, что если Рогожин в Петербурге,

то хотя бы он и скрывался на время, а всё-таки непременно кончит тем, что придёт к нему, к князю, с добрым или с дурным намерением.

... он как будто не мог вынести своей новой мысли, вскопчил, схватил шляпу и побежал. В коридоре было уже почти совсем темно: "что, если он вдруг теперь выйдет из этого угла и остановит меня у лестницы?" — мелькнуло ему, когда он подходил к знакомому месту. Но никто не вышел. Он спустился под ворота, вышел на тротуар, подивился густой толпе народа, высыпавшего с закатом солнца на улицу (как и всегда в Петербурге в каникулярное время), и пошёл по направлению к Гороховой. В пятидесяти шагах от трактира, на первом перекрёстке, в толпе, кто-то вдруг тронул его за локоть и вполголоса проговорил над самым ухом:

— Лев Николаевич, ступай, брат, со мной, надоть.

Это был Рогожин."

/ Ф.М.Достоевский /

Какие эмоции сопровождают переживание тревоги?

В чём выражается приспособительное значение тревоги? Механизм развёртывания какой функции тревоги блестяще описал Достоевский?

Как Вы понимаете тревогу: как внутреннюю призму, преломляющую угрожающие воздействия извне или как состояние целенаправленного поиска угрожающей ситуации? Почему?

Как Вы объясните тот факт, что в критических ситуациях смертельной опасности, например, во время войны, нередко наблюдается исчезновение невротических проявлений?

### Задача 31

Какой внутренний невротический конфликт описан в примере? Какая индивидуальная форма тревожности имеет место? Присутствует ли здесь базальная тревожность? Почему?

Женщина в возрасте 45 лет жаловалась на сильное сердцебиение и состояние тревоги по ночам, сопровождавшиеся обильным потоотделением. Не было установлено каких-либо органических причин, и всё указывало на то, что она здорова и производила впечатление сердечной и открытой женщины. Двадцать лет тому назад, по причинам, лежащим

не столько в ней самой, сколько в сложившейся ситуации, она вышла замуж за человека, который был старше её на двадцать пять лет. Она была с ним очень счастлива, удовлетворена сексуально, имела троих здоровых детей, была хорошей матерью и хозяйкой. В последние пять или шесть лет её муж стал несколько эксцентричным, а его сексуальная потенция уменьшилась, но она перенесла это без какой-либо невротической реакции. Затруднения начались за семь месяцев до её обращения к специалисту, когда приятный мужчина её возраста начал проявлять к ней особое внимание. В результате этого у неё зародилось чувство негодования и обиды на своего престарелого мужа, но она полностью вытеснила это чувство по причинам, которые были очень весомыми с точки зрения всех её нравственных и социальных правил, и, в основе своей, хороших супружеских взаимоотношений.

В чём здесь сущность базальной тревоги? Какую помощь Вы предполагаете оказать женщине?

#### Задача 32

Как Вы понимаете, что такое "невротическая тревожность"? Каков её главный источник? Какова структура тревожных чувств в рассмотренных примерах?

А. Ф. отправился с любимой девушкой по имени Мери в горы. В дороге между ними что-то произошло, что привело Ф. в дикое бешенство из-за разбухшей ревности. Проходя по отвесной горной тропинке, он испытывает страшный приступ тревоги, с затрудненным дыханием и сильным сердцебиением, вследствие осознаваемого им побуждения столкнуть девушку в пропасть.

Б. Химик С. находился в состоянии, которое сочли нервным истощением в результате чрезмерной работы. Он был одаренным и крайне честолюбивым человеком, причём сам не осознавал это. По некоторым причинам он вытеснил свои честолюбивые стремления и выглядел весьма тихим и скромным. Когда он поступил на работу в лабораторию крупной химической фирмы, некий Г., который был немного старше С. и занимал более высокое положение, взял его под свою опеку.



Вследствие ряда личных факторов – зависимости от расположения других людей, близости, вызванной ранее критическим отношением к нему, отсутствия осознания собственного честолюбия и поэтому неумение увидеть его в других – С. был счастлив принять такую дружбу и не смог заметить, что в действительности Г. заботила только собственная карьера. Его лишь однажды смутно встревожило то обстоятельство, что Г. выдал идею, которую он сообщил Г. в дружеской беседе, за свою. На мгновение С. испытал недоверие, но, так как его собственное честолюбие в действительности возбудило в нём чрезмерную, напугавшую его враждебность, он немедленно вытеснил не только эту враждебность, но и свою правомерную критику и недоверие. Поэтому он сохранил убеждение, что Г. – его лучший друг. В результате, когда Г. отговорил его от продолжения определённой линии работы, он принял этот совет за чистую монету. Когда же Г. обнародовал изобретение, которое по праву принадлежало С., последний посчитал, что Г. более талантлив и образован, чем он сам. Он был счастлив иметь такого замечательного друга.

/ К. Хорни /

### Задача 33

Как проявляется потребность в любви и привязанности в следующих примерах? Как взаимосвязаны тревожность и потребность в любви?

А. Встречаются женщины, которые чувствуют себя несчастными и полны тревоги, если рядом с ними нет мужчины; они будут заводить любовную связь, вскоре разрывать её, опять чувствовать себя несчастными и полными тревоги, начинать другую любовную связь и так далее. То, что это не является подлинным стремлением к связи с мужчинами, видно по тому, что данные связи являются конфликтными и не приносят удовлетворения. Обычно эти женщины останавливаются на первом попавшемся мужчине, для них важно само его присутствие, а не любовная связь. Как правило, они не получают в таких отношениях и физическое удовлетворения.

Б. Самоотречение может проявиться в желании заболеть сахарным диабетом, потому что тот человек, чьей любви он жаждет, занят ис-

следованиями в этой области. Таким образом, обладая данной болезнью, он, возможно, мог бы завоевать интерес этого человека.

В. Встречаются отношения, в которых человек становится беспомощно зависимым от другого, несмотря на то, что он полностью осознаёт, что данные отношения являются несостоятельными. У него такое чувство, словно весь мир разлетится на куски, если он не получит доброго слова или улыбки. Его может охватить тревога во время ожидания телефонного звонка или чувство покинутости, если человек, в котором он так нуждается, не может увидаться с ним. Но он не в состоянии порвать эту зависимость.

Г. Девушка, прошедшая через несколько любовных историй, каждая из которых заканчивалась её полнейшей зависимостью от очередного партнёра, выработала независимое отношение ко всем мужчинам, стремясь лишь к удержанию своей власти над ними, не испытывая никаких чувств.

/ К. Хорни /

#### Задача 34

Какую окраску имеет потребность в любви и привязанности, описанная в данных примерах?

Какова метафора такой любви: "Я хочу быть любимым и наслаждаться любовью" или "Необходимо, чтобы меня полюбили, чего бы это ни стоило"? Почему?

А. Жена может быть субъективно убеждена в своей глубокой преданности мужу и в то же время ненавидеть его за то, что он слишком занят своей работой или часто встречается с друзьями.

Б. Сверхзаботливая мать может быть убеждена в том, что делает всё ради счастья своего ребёнка, и в то же время полностью пренебрегать потребностью ребёнка в самостоятельном развитии.

В. Человек полагает, что любовь несовместима с деловой критикой тех или иных качеств или отношений; считает, что любая критика —

это унижение. В любви он предъявляет невыносимое требование: "Горе тебе, если ты не совершенен!"

Г. Можно ожидать, что человек, стремящийся к любви, примет любую предлагаемую ему любовь с таким же горячим желанием, с каким страдающий от жажды припадает к воде. В действительности, любовь, предлагаемая такому человеку, встречает недоверие и даже вызывает оп-ределённую тревогу. Такой человек, во-первых, любой ценой избегает всякой разновидности собственного положительного эмоционального отклика, потому что он порождает опасность взаимности. Во-вторых, человек сужает своё сознание, чтобы не видеть, не слышать всякое свидетельство расположения (женщине искренне высказывают комплимент о её внешности, а она в это время с удвоенным вниманием перелистывает бумаги) и упорствовать в убеждении, что другие люди недружелюбны, не интересуются им и даже злы. Ситуация, развивающаяся таким образом, сходна с ситуацией человека, который голодает, но не осмеливается съесть ни кусочка из-за страха быть отравленным.

/ К.Хорни /

Может ли жажда любви и привязанности, выражаемая как сверхсила, рассматриваться показателем существования тревожности? Почему?

### Задача 35

Герой романа Кафки "Процесс" обнаруживает себя "арестованным в одно прекрасное утро" за преступление, о котором он не имеет ни малейшего представления и так ничего и не узнаёт до самой смерти. Герой переживает чувство вины перед лицом обвиняющего его неизвестного ему авторитета - вины за неповиновение этому авторитету; однако, этот авторитет настолько недостижим (и даже непостижим) для него, что он не может даже узнать, в чём же, собственно, его обвиняют, и поэтому как ему надо защищаться. Он чувствует давление авторитетов, переживает чувство вины, но при этом ненавидит их и осознаёт их моральное несовершенство.

Одновременно К. понимает, что его "арест" означает остановку в развитии его личности. Он ощущает пустоту и бесплодность своего существования. Вот как он жил:

"Этой весной К. большей частью проводил вечера так: после работы, если ещё оставалось время, чаще всего он сидел в конторе до девяти, - прогуливался один или с кем-нибудь из сослуживцев, а потом заходил в пивную, где обычно просиживал с компанией пожилых господ за их постоянным столом часов до одиннадцати. Бывали и нарушения этого расписания, например, когда директор банка, очень ценивший К. за его работоспособность и надёжность, приглашал его покататься на автомобиле или поужинать у него на даче. Кроме того, К. раз в неделю посещал одну барышню по имени Эльза, которая всю ночь до утра работала кельпершей в ресторане, а днём принимала гостей исключительно в постели".

К. испытывает чувство вины, вовсе не понимая его причины. У инспектора, арестовавшего его, он пытается разузнать о суде и собственных шансах на преспесс. И получает единственный возможный в данной ситуации совет. Инспектор говорит ему: "Хотя я и не могу ответить на ваш вопрос, я могу, по крайней мере, дать вам один совет. Поменьше думайте о нас и о том, что с вами произошло; вместо того побольше думайте о себе."

В другой раз его совесть предстала перед ним в виде тюремного священника, который показал ему, что он должен предъявить счёт самому себе и что ни подкупом, ни мольбами ему не удастся решить свою моральную проблему. Но К. привычно усмотрел в священнике лишь новый авторитет, который мог бы похотатайствовать за него, и единственное, что занимает его мысли, - рассердился ли на него священник или нет.

Священник закончил свою беседу с К. следующими словами: "Почему же мне должно быть что-то нужно от тебя? Суду ничего от тебя не нужно. Суд принимает тебя, когда ты приходишь, и отпускает, когда ты уходишь".

Впоследствии, в самый момент приведения приговора в исполнение, его впервые озарило понимание того, что с ним случилось. Он ощутил свою непродуктивность, неспособность по-настоящему любить, отсутствие веры:

"Взгляд его упал на верхний этаж дома, примыкавшего к каминному. И, как вспыхивает свет, так вдруг распахнулось окно там, наверху, и человек, казавшийся издали, в высоте, слабым и тонким, порывисто наклонился далеко вперёд и протянул руки ещё дальше. Кто

это был? Друг? Просто добрый человек? Сочувствовал ли он? Хотел ли он помочь? Был ли он одинок? Или за ним стояли все? Может быть, все хотели помочь? Может быть, забыты ещё какие-нибудь аргументы? Несомненно, такие аргументы существовали, и, хотя логика непоколебима, но против человека, который хочет жить, и она устоять не может. Где судья, которого он ни разу не видел? Где высокий суд, куда он так и не попал? К. поднял руки и развёл ладони".

/ По Э.Фромму /

Что же такое был этот высокий суд, о котором вопрошает К.? Какую совесть знал К. и когда, в каких ситуациях, он осознавал чувство вины? В чём, по мнению Э.Фромма, заключается различие между гуманистической и авторитарной совестью? Сущность какой морали выражали слова священника? В чём истинная трагедия К.? Какой уровень эмоциональной регуляции характеризует поведение героя? /См. табл. на стр. 67 /.

#### Задача 36

Назовите факторы, определяющие горе. На какие группы Вы можете разделить следующие факторы /согласно теории эмоций К.Изарда/?

Биологическая реакция, обеспечивающая групповую сплочённость;  
обычай улыбаться в состоянии горя;  
сильное, но чрезвычайно кратковременное переживание горя;  
утрата аффективной привязанности;  
ощущение потери чего-либо ценного и любимого;  
генетическая детерминанта горя;  
утрата привлекательного качества в самом себе, приспособление

к потере.

/ По К.Изарду /

#### Задача 37

Как Вы понимаете, что такое острое горе? Из предлагаемого списка симптомов выберите те, которые отражают симптоматику острого горя с нормальным ходом реакций и болезненных реакций, являющихся

искажениями нормального горя.

- а) отсрочка реакций;
- б) постоянные вздохи, особенно заметные, когда человек говорит о своём горе;
- в) искаженные реакции -
  - повышенная активность без чувства вины,
  - появление у человека симптомов последнего заболевания умершего;
- г) чувство вины: обвинение себя в невнимательности и преувеличение малейших оплошностей;
- д) враждебные реакции;
- е) ажитированная депрессия с напряжением, возбуждением, бессонницей, с чувством малоценности и потребностью в наказании;
- ж) утрата моделей поведения;
- з) особенно яростная враждебность против определённых лиц,
- и) активность, наносящая ущерб собственному экономическому и социальному положению.

/ По Э.Линдеманну /

#### Задача 38

Какие симптомы описывают проявления нормального горя, острого горя и болезненного горя?

А. Наблюдаются некоторые изменения сознания. Возникает лёгкое чувство нереальности, ощущение увеличения эмоциональной дистанции, отделяющей человека от других людей (иногда человек выглядит призрачно и кажется маленьким), сильная поглощённость образом умершего. Одному человеку казалось, что он видит свою погибшую дочь, которая зовёт его из телефонной будки. Он был так захвачен этой сценой, в особенности тем, с какой ясностью и отчётливостью он услышал своё имя, что в этот момент перестал замечать окружающее.

Б. В поведении человека проявляются черты умершего или манера его поведения в момент трагедии. Сын обнаруживает, что походка у него стала как у умершего отца. Он смотрит в зеркало, и ему кажется, что он выглядит точно так же, как умерший.

В. Общим для большинства людей является следующий синдром: периодические приступы физического страдания, длящиеся от двадцати минут до одного часа, спазмы в горле, припадки удушья с учащённым дыханием, постоянная потребность вздохнуть, чувство пустоты в животе, потеря мышечной силы ("почти невозможно подняться по лестнице", "всё, что я поднимаю, кажется таким тяжёлым"); интенсивное субъективное страдание, переживаемое как напряжение или душевная боль.

Г. Человека, недавно перенесшего тяжёлую утрату, охватывает горе о людях, умерших много лет назад. Так, 38-летняя женщина, у которой только что умерла мать и которая очень болезненно отреагировала на эту утрату, как оказалось, была лишь в небольшой степени сосредоточена на смерти матери; она была поглощена мучительными фантазиями, связанными со смертью её брата, трагически погибшего двадцать лет назад.

Д. Переживание горя имеет адаптивный характер, потому что действует как мотивация к обретению утраченного объекта вновь (Боулби). Некоторые внешние проявления горя могут выполнять коммуникативную функцию, вызывая сочувствие и помощь.

Е. Человек испытывает повышенную активность без чувства утраты, а скорее с ощущением хорошего самочувствия и вкуса к жизни. Предпринимаемая в ситуации потери деятельность носит экспансивный и авантюрный характер, приближаясь по виду к занятиям, которым в своё время посвящал себя умерший.

Ж. у человека, потерявшего близкого, часто наблюдается утрата теплоты в отношениях с другими людьми, тенденция разговаривать с ними с раздражением и злостью, желание, чтобы его вообще не беспокоили, причём, всё это сохраняется, несмотря на усиленные старания друзей и родных поддержать с ним дружеские отношения.

С чего Вы начнёте коррекционную работу с каждым из вышеперечисленных типов реакций горя? Какие методы, методики, методические приёмы и каких именно психологических школ наиболее уместны?

Познакомьтесь с примерами.

В каких ситуациях проявляется патологический аффект? Каковы его наиболее характерные черты?

А. М., 31 год, в детстве часто болел, в школе учился плохо. Был в армии и на фронте, ранен. Всегда отличался впечатлительностью и раздражительностью, временами нападалитоска и разочарование в жизни, были мысли о самоубийстве. Находился под наблюдением районного психиатра с диагнозом "психопатия". Несколько раз лечился в санаториях. С женой часто ссорится, к ребёнку очень привязан, уделяет ему много времени, заботится и нянчит его.

#### Обстоятельства правонарушения.

Около полуночи соседи М., молодые супруги, "подняли возню в своей комнате", танцевали, бегали друг за другом и, наконец, "упали" к себе на кровать. Тонкая фанерная перегородка, отделявшая их комнату от комнаты М. при этом повалилась. От сильного шума падающей стены ребёнок проснулся и начал "дико кричать".

М., в это время закрывавший форточку с помощью палки, внезапно впал в резко возбуждённое состояние, изменился в лице, что-то бессвязно закричал, оттолкнул от себя жену, бросился в коридор, накинулся на стоявшего здесь испуганного соседа и нанёс ему несколько ударов палкой по голове. Затем с криком побежал к себе в комнату, бросился в постель и некоторое время лежал как бы в забытьи. Счнувшись и узнав о происшедшем, был очень удивлён, так как ничего не помнил, начиная с того момента, когда он отскочил от окна. С избитым у него до этого никаких столкновений не было.

#### Физическое состояние.

без отклонения от нормы. Со стороны нервной системы отмечается лишь повышенная общая возбудимость.

#### Психическое состояние.

Ясное сознание, правильная ориентировка в месте, времени и обстановке, настроение подавленное; эмоционально неустойчив, раздра-



жителен, капризен, обидчив, требует повышенного к себе внимания, несколько назойлив.

Б. К. вместе с товарищами пил вино в ресторане. Что было потом — не помнит. Из уголовного дела видно, что он, будучи пьяным, зашёл в незнакомый ему двор, по лестнице забрался на крышу дома, выломил слуховое окно и через чердак попал на кухню этого дома, перебил в окнах квартиры стёкла, побил посуду, разрушил печь, начал душить перепуганную хозяйку квартиры и затем тут же улёгся спать. Отсюда он был доставлен в вытрезвитель.

В. Ш., 52 года, в прошлом болел брюшным и сыпным тифом. Работая машинистом железной дороги, несколько раз попадал в крушение поезда, получал ушибы головы. Злоупотреблял алкоголем. ... Работоспособность его снизилась, и он был переведён на инвалидность, хотя урывками продолжал работать.

После эпизодического заболевания он представил для оплаты больничный бюллетень. Кассир страховой кассы задержал бюллетень для уточнения вопроса, может ли Ш., как инвалид, получать по бюллетню деньги. От кассира Ш. ушёл с чувством обиды и оскорбления, считая, что его без основания заподозрили в противозаконном поступке. Через два дня Ш. снова явился за деньгами и отобранный пенсионной книжкой. Так как кассир заявил, что по его делу ничего ещё пока не выяснено, Ш. впал в возбуждённое состояние и нанёс кассиру несколько ран перочинным ножом.

По описанию свидетелей, он в этот момент был "похож на сумасшедшего", "глаза были безумные", лицо бледное. Затем он упал и некоторое время был в бессознательном состоянии. Из происшедшего помнит лишь эпизоды, относящиеся к самому началу. Помнит, как он требовал у кассира вернуть пенсионную книжку, помнит, как тот отказал в его просьбе и затем подошёл к шкафу, оттуда взял что-то и положил в карман. Ему показалось, что это был револьвер. В глазах потемнело, сердце забилося. Что было дальше — не помнит.

/ Я.М.Калашник /

Через какие фазы проходит патологический аффект? Чем отличается деяние (правонарушение), совершённое в состоянии патологического аффекта, от обычного преступления?

## Задача 40

Большое практическое значение имеет своевременное выявление маниакально-депрессивного психоза (МДП) - заболевания, которое получает всё большее распространение во многих странах. В частности, в США это заболевание ответственно более чем за 25000 смертей в год.

Помимо основной формы МДП существует ещё так называемая скрытая депрессия (замаскированная - депрессия без депрессии), а также депрессивный невроз. Каждая из этих форм депрессии имеет свою нозологию (симптомы, синдромы, течение болезни) и, вследствие этого, различные виды коррекции и лечения. Познакомьтесь с таблицей дифференциальной диагностики следующих форм депрессии: МДП и невротическая депрессия. / Табл. I /

## Различия между формами депрессии

Признаки	Психотическая форма (МДП)	Невротическая форма
1. Настроение	тревога, тоска	подавленность
2. Эмоциональная лабильность	отсутствует	присутствует
3. Пессимистическое отношение	суецид ("весь мир умер")	ограничивается зонами конфликтной ситуации
4. Отношение к себе	Самообвинение (утражения совести, чувство вины)	жалость к себе, обвинение себя и других
5. Суточные колебания	самочувствие хуже по утрам	самочувствие хуже по вечерам
6. Жалобы на эмоциональную изоляцию, непонимание	отсутствуют	присутствуют
7. Активная борьба с болезнью и попытка понять причину	отсутствует	присутствует
8. Соматовегетативные нарушения	Чаще всего проявляется 9 : Триада тахикардия, запор, мидриаз (расширенный зрачок) Нарушение водно-электролитного обмена	снижение аппетита и сна I

( продолжение )

9. Ригидная пердантичность в преморбиде (до обращения, до возникновения симптома)	зубные боли, боли в пояснице  присутствует	отсутствует
Ю. Алекситимия (невозможность выразить свои жалобы)	присутствует	отсутствует

Д О К Т О Р : Я знаю, что вы чувствуете себя подавленной, но я думаю, у всех есть свои спады и подъёмы, а то и подчас периоды хандры. Отличается ли депрессия, которую вы испытываете, от нашей "обычной" хандры?

К Э Т И : Да, несомненно.

Д О К Т О Р : Но что же в ней, на ваш взгляд, такого особенного?

К Э Т И : Ну, вам настолько плохо, что ничего нельзя с этим поделать.

Д О К Т О Р : Так что, когда у вас депрессия, вам трудно заниматься делами?

К Э Т И : Верно...

Д О К Т О Р : Вы испытываете какую-то печаль? Или нечто большее?

К Э Т И : Скорее безнадежность... Я не могу говорить об этом...

Д О К Т О Р : Вам действительно тяжело говорить на эти темы?

К Э Т И : Да.

Д О К Т О Р : Сейчас, когда у вас депрессия, можете ли вы обдумывать своё состояние?

К Э Т И : Нет, и это меня ещё больше расстраивает.

Д О К Т О Р : Может быть, во время такой депрессии у вас нарушается сон?

К Э Т И : Я, наверное, не сплю уже несколько месяцев.

Д О К Т О Р : Как вы боретесь с этими чувствами – унынием и неловкостью в общении с людьми?

К Э Т И : Сказать по правде, в последнее время я от этого откасалась. У меня совсем ничего не получается. Доктор... Не думайте ли вы временами из-за того, что вам незачем жить?

Д О К Т О Р : ... Не думаете ли вы временами из-за того, что вам незачем жить?

К Э Т И : Да.

Д О К Т О Р : Будет ли вам легче, если вы узнаете, что чувства вины и тоски – это всего лишь симптомы заболевания и что вы вовсе не должны себя так чувствовать?

К Э Т И : Я думаю, да – если бы я смогла в это поверить.

Д О К Т О Р : А вы склонны этому не верить?

К Э Т И : Сейчас мне трудно разобраться в своих мыслях об этом.

#### Задача 4I

Рассмотрите примеры заключений комиссионной судебно-психологической экспертизы.

Каковы особенности личности, характера подэкспертных Алексеева и Гаврилова? В каком случае преступление совершено в состоянии аффекта? Сбоснуйте свой ответ.

#### Пример I.

Помимо изучения материалов уголовного дела, комиссия провела экспериментально-психологическое исследование подэкспертного. Отец Алексеева страдал алкоголизмом. Брат и сестра подэкспертного умерли в детстве. Алексеев рос физически слабым, часто болел. В отношениях со сверстниками стеснялся своей физической слабости, "драк избегал, но уж если дрался, то до конца... либо я его (обидчика), либо он меня... Чаще доставалось мне". Тяжело переживал обиды, в мечтах видел себя сильным, с 16 лет с этой целью начал заниматься спортом. Проявлял большое старание, выполнил норму кандидата в мастера спорта по гребле.

Отчим подэкспертного также пил, конфликтовал с подэкспертным

и его матерью. Рассказы матери о поведении пьяного отца, а также общение с отчимом, злоупотребляющим алкоголем, воспитали у Алексеева острую неприязнь ко всему, что связано с пьянством.

После окончания школы и профтехучилища Алексеев начал работать на стройке каменщиком, но вскоре был призван в армию. После увольнения в запас он вновь продолжил работу на стройке.

По данным характеристики с места работы и по показаниям товарищей, Алексеев в работе, в выполнении порученных ему заданий и в отношениях с окружающими отличался добросовестностью, высоким чувством ответственности, с окружающими был доброжелателен, сдержан, несколько замкнут, молчалив. Отмечается высокое чувство собственного достоинства, болезненная реакция на обиды и оскорбления.

В последнее время у Алексеева сложились неприязненные отношения с рабочим соседней бригады Кузнецовым, который часто допускал оскорбительные высказывания в адрес Алексеева, вёл себя развязно, цинично выражался.

04.12.87, днём, когда Алексеев находился в бытовом помещении на стройке, туда вошли Кузнецов и Захаров с намерением распить бутылку вина. Кузнецов в грубой форме потребовал от Алексеева дать или развскать кружку для распития вина. Алексеев воспринял это требование как оскорбительное для себя - "... Почему я должен искать ему кружку, чтобы они пили тут и вообще, я не хотел, чтобы они пьянствовали в нашей каптёрке, я не люблю, когда люди вино пьют", - и отказался выполнить это требование. Тогда Кузнецов набросился на Алексеева, сбросил его с топчана, прижал спиной к лежащему на полу оборудованию и начал бить его. Как показывает Алексеев, за спиной оказались два электродвигателя, "они впились мне под лопатки, у меня даже дыхание спёрло". Алексеев просил отпустить его, несколько раз спрашивал Кузнецова - за что он его бьёт. "Я почувствовал себя страшно униженным - он меня бьёт, а я должен просить его не бить меня, хотя никакой вины за мной нет".

Кузнецов при этом приговаривал: "Будешь ещё, чурбан?!" Отпустив Алексеева, Кузнецов сел на топчан и, как показывает Захаров, продолжал высказывать угрозы в адрес Алексеева. Алексеев встал с пола в состоянии крайней обиды и озлобленности и услышал новые угрозы и оскорбления со стороны Кузнецова в свой адрес. Как показывает Алексеев, "... у меня была страшная злоба, но я всё равно сдер-

жался бы... я не хотел драться..." В этот момент Кузнецов поднялся с места и снова крайне цинично оскорбил Алексеева, выразившись нецензурно. О дальнейшем Алексеев помнит неотчётливо - "... меня просто взорвало... я вспомнил случай, когда меня били шесть человек за то, что я не поставил им бутылку вина... Не помню, какие мысли ещё были..." Затрудняется сказать, какой рукой схватил нож, лежавший на столе ("Показалось, что это отвёртка, я до этого клал на стол отвёртку...") и нанёс удар Кузнецову в область живота.

Кузнецов, который после нанесения ему удара, вырвал у Алексеева нож и вместе с Захаровым выталкивал его из помещения, показывает, что "Алексеев был в разъярённом состоянии... Я знаю Алексеева как спокойного парня, что с ним случилось, я и сам не знаю, но он был слишком обижен, как я считаю, из-за пустяка".

Захаров показывает, что лицо у Алексеева при нанесении удара было "напряжённым", что когда у него отобрали нож, и он увидел, что Кузнецов корчится от боли, он громко разрыдался и потом долго не мог успокоиться, плакал, выражал сожаление в связи с происшедшим.

## Пример 2.

Постановлением старшего следователя прокуратуры Волосовского района Ленинградской области Степановой М.И. от 18.10.86 назначена судебно-психологическая экспертиза гражданину Гаврилову С.Г., 1965 года рождения, который обвиняется в убийстве гражданина Сорокина. В материалах уголовного дела указывается, что Гаврилов родился в рабочей семье, старший из двух сыновей. Сам подэкспертный отмечает, что в семье чувствовал себя несколько отчуждённо, так как родители всё внимание уделяли младшему брату, который часто болел и "был любимым у них". Подэкспертный развивался нормально, учился средне. И в школьные годы, и в последующем с людьми сходилась трудно, был застенчив, переживал свой "дефект" - шрам на подбородке и правой щеке от полученной в детстве травмы. Тянулся к товарищам, дорожил их отношением к себе, но всегда был крайне чувствительным к шуткам и насмешкам в свой адрес. После службы в армии пошёл работать по своей прежней специальности - каменщиком на стройку.

23.08.86 на рабочем объекте возник конфликт между работающим вместе с Гавриловым рабочим Сорокиным и Зайцевым. Гаврилов сделал

замечание Сорокину, с которым у него, как он считал, были тёплые приятельские отношения. Неожиданно для Гаврилова Сорокин и Зайцев вместе начали оскорблять Гаврилова, а затем вместе же стали цинично издеваться над ним. Они связали Гаврилова, толкали его, наваливали на него груз, когда он был в связанном состоянии, сами садились на него. Гаврилов при этом плакал, просил прекратить издевательства.

После того, как Зайцев и Сорокин ушли, развязав Гаврилова, но оставив его с привязанной к нему сзади доской, он снял куртку, откинул её с доской и, ощущая сильную боль в ногах, сел. При этом он испытывал крайнюю озлобленность, чувство глубокого стыда, унижение человеческого достоинства. Особое впечатление произвело на него "предательство" Сорокина, которого он считал своим приятелем. После ухода Зайцева и Сорокина прошло около 20 минут, когда вернулись с обеденного перерыва и приступили к работе остальные рабочие. Гаврилов также приступил к работе, начал кладку кирпичей. До прихода Зайцева и Сорокина он уложил, с его слов, 15-20 кирпичей. При возвращении Зайцева и Сорокина Гаврилов обернулся к ним, они обменялись взглядом с Сорокиным, при этом Сорокин цинично выразился в адрес Гаврилова. Новое оскорбление вызвало сильное волнение у Гаврилова, по его словам, он не в состоянии был работать и начал ходить по площадке. Появилось стремление "проучить" обидчика. При этом, как показал Гаврилов, он выбирал момент, чтобы Сорокин остался один. Сорокин, получив распоряжение мастера, пошёл работать в соседнюю комнату. Гаврилов сразу же пошёл за ним, предварительно убедившись в том, что никто не обращает на него внимания. По показаниям Гаврилова, подтверждённым во время экспертизы, после возвращения Сорокина с обеда, когда тот снова цинично оскорбил Гаврилова, до того момента, когда Сорокин пошёл в соседнюю комнату, и следом за ним устремился Гаврилов, прошло около 10 минут. В это время Гаврилов старался не показывать Сорокину и окружающим, что он что-то замышляет, старался не привлечь внимание к себе ни внешним видом, ни поведением.

По показаниям свидетельницы Романовой, видевшей Гаврилова в это время, она не заметила "возбуждённого состояния" Гаврилова. Забежав вслед за Сорокиным в комнату, Гаврилов сильно волнуясь, схватил молоток и нанёс три удара Сорокину по голове. При этом Гаврилов, по его показаниям, "убить Сорокина... не хотел, и поэтому удары наносил молотком не со всей силой". Когда к ним полбежал Зайцев,



схватил Гаврилова за руку и крикнул "брось молоток":

Гаврилов бросил молоток и отошёл в сторону (показания 29.10).

В другом месте (показания 23.10) Гаврилов отмечает, что молоток выпал у него из рук от нервного перенапряжения, что этот момент он плохо помнит, "потому что был не в себе; я пришёл в себя, когда меня трясли рабочие и говорили: "что ты наделал?".

Сорокин от полученных ударов вскоре скончался.

## У П Р А Ж Н Е Н И Я

### I Изучение настроения с помощью цветописы.

Чтобы научиться управлять своим настроением, необходимы постоянное самонаблюдение, а также анализ причин и факторов, вызывающих у вас то или иное настроение. Ещё древние отмечали, что людей расстраивают не события их жизни сами по себе. Великий французский философ Монтень сделал следующие слова девизом своей жизни: "Человек страдает не только от того, что происходит, сколько от того, как он оценивает то, что происходит". А наша оценка того, что происходит, всецело зависит от нас. Эпиктет, великий философ-стоик, предупреждал, нам следует уделять большее внимание устранению дурных мыслей из головы, чем удалению "опухолей и нарывов, появляющихся на нашем теле".

Предлагаемая методика позволит вам с помощью цветописы следить за уровнем своего душевного комфорта, осознать своё настроение и формировать его в повседневных житейских ситуациях.

Цветопись – своеобразный дневник настроения. Каждый цвет – условный знак эмоционального состояния:

- красный – восторженное,
- оранжевый – радостное весёлое,
- зелёный – спокойное, ровное,
- синий – печальное, грустное,
- фиолетовый – тревожное, напряжённое,
- чёрный – унылое, крайне неудовлетворительное.

В своём карманном календарике закрашивайте каждую дату соответствующим цветом, отражающим ваше преобладавшее в течение дня настроение. Если вы испытываете затруднения с ответом о преобладающем цвете своего настроения в этот день, то число не закрашивается, остаётся бесцветным. Постепенно можно переходить к цветовой записи своего настроения за более короткие промежутки времени: пол-дня, три часа, два часа, час.

Цветопись даёт вам возможность "увидеть" динамику своего настроения изо дня в день, от часа к часу; определить периоды его спада и подъёма, осознать свои значимые отношения с действительностью, влияющие на динамику душевной жизни.

## II Программа стимулирования жизнерадостности и оптимистического настроения

Если вы и я будем следовать этой программе, упражняя ежедневно свою жизнерадостность, мы устраним большую часть наших тревог и безмерно увеличим то, что французы называют радостью жизни.

### ИМЕННО СЕГОДНЯ

1. Именно сегодня я буду счастлив. Это означает, что я буду руководствоваться словами Авраама Линкольна, который сказал, что "большинство людей счастливы примерно настолько, насколько они полны решимости быть счастливыми". Счастье заключено внутри нас, оно не является результатом внешних обстоятельств.

2. Именно сегодня я постараюсь приспособиться к той жизни, которая меня окружает, а не попытаюсь приспособить её к моим желаниям. Я приму мою семью, мою работу, и обстоятельства моей жизни такими, какими они есть, и постараюсь привыкнуть к ним.

3. Именно сегодня я позабочусь о своём организме. Я сделаю зарядку, буду ухаживать за своим телом, правильно питаться, постараюсь не наносить вреда своему здоровью, и не пренебрегать им, чтобы мой организм стал идеальной машиной для выполнения моих требований.

4. Именно сегодня я постараюсь уделить внимание развитию своего ума. Я изучу что-нибудь полезное. Я не буду ленивым в умственном отношении. Я прочитаю то, что требует усилия, размышления и сосредоточенности.

5. Именно сегодня я займусь нравственным самоусовершенствованием. Для этого я рассчитываю осуществить три дела: я сделаю кому-нибудь что-то полезное, так, чтобы он не знал об этом; я сделаю по крайней мере два дела, которые мне не хочется делать, — просто для упражнения, как советует Уильям Джеймс.

6. Именно сегодня я ко всем буду доброжелательно настроен. Я

постараюсь выглядеть как можно лучше; по возможности надену то, что мне больше всего идёт, буду разговаривать тихим голосом, любезно вести себя, буду щедрым на похвалы, постараюсь никого не критиковать, ни к кому не придираюсь и не пытаюсь кем-то руководить или кого-то исправлять.

7. Именно сегодня я постараюсь жить только нынешним днём, не буду стремиться решить проблему всей своей жизни сразу. В течение двенадцати часов я смогу сделать такие вещи, которые привели бы меня в ужас, если бы мне пришлось заниматься ими всю жизнь.

8. Именно сегодня я намечу программу своих дел. Я запишу, что я собираюсь делать каждый день и час. Возможно, я не смогу точно следовать этой программе, но я составлю её. Это избавит меня от двух зол — спешки и нерешительности.

9. Именно сегодня я не буду бояться, в особенности не буду бояться быть счастливым, наслаждаться красотой, любить и верить, что те, кого я люблю, любят меня.

10. Именно сегодня я полчаса проведу в покое и одиночестве и постараюсь расслабиться.

Если вы хотите выработать у себя умонастроение, которое принесёт вам покой и счастье, выполняйте правило первое:

Думайте и ведите себя жизнерадостно, и вы почувствуете себя жизнерадостным.

### III Овладение собственным гневом

Прежде чем начать думать о чём-нибудь другом, вы должны суметь справиться с гневом.

Рассмотрим эти приёмы.

#### I. Техника остановки.

Когда вы начинаете чувствовать гнев, скажите себе "Стоп!". Затем несколько раз глубоко вдохните и замените ваши "горячие" мысли на спокойное размышление или перцептуальные альтернативы. Вы можете сделать это несколько раз, пока гнев не начнёт уменьшаться, и вы сможете думать о чём-нибудь другом.

Старинный способ "считать до 10" является одной из форм "стоп-техники". Когда вы ведёте счёт, вы разрушаете гнев.

#### 2. Вовлечение в физическую активность.

Бегайте, совершайте прогулки, занимайтесь стиркой, или чем-нибудь ещё. Физическая активность позволит вам разрушить гнев и даст возможность подумать. В то время, пока вы упражняетесь, срабатывают новые мысли.

#### 3. Произнесение в свой адрес успокаивающих фраз.

Создавайте и припоминайте фразы, которые помогают вам успокоиться. Используйте глубокое дыхание и говорите эти фразы себе. Например: "Расслабься, не принимай близко к сердцу, будь спокоен". Запиши выражения в свою тетрадь, это поможет тебе успокоиться.

#### 4. Отслеживание вашего гнева.

Гнев ранжирруется от простого раздражения до полного разгневания. Давая случаям гнева счёт в очках от I до 100, вы узнаете, случаи какого типа вы находите наиболее нестерпимыми. Вы начнёте рассматривать примеры случаев, которые более всего провоцируют вас. Более высокие оценки показывают ситуацию, которая требует

максимальных усилий для того, чтобы думать о чём-нибудь другом. Если вы произведёте оценку случая максимального гнева несколько раз в течение недели, вы не раз обнаружите, что ваша оценка идёт вниз в то время, как вы подробно останавливаетесь на этом случае. Если ваш счёт очков опускается, изучите ваши мысли. Какие новые перспективы вы открыли перед собой. Также, если ваш счёт очков остаётся тем же, или растёт, исследуйте, почему вы продолжаете сердиться. В вашей тетради оцените случаи, которые вы внесли в список до сих пор. Проставляйте им очки ежедневно в течение недели. Отмечайте любые изменения в вашей расстановке очков. Записывайте любые новые мысли.

## 5. Визуализация.

Наглядное для себя представление может быть использовано, чтобы помочь вам в альтернативном реагировании на будущие ситуации, в которых, по вашему мнению, вы склонны гневаться. Прочитайте следующие пункты и затем выполните упражнение.

1) Начните с ситуации, которой вы дали низкую оценку, когда вы оценивали гневные переживания. (После того, как вы научились работать с пунктами, у которых низкое значение, вы можете заняться более напряжёнными ситуациями).

2) Закройте глаза и глубоко подышите, пока не почувствуете расслабление.

3) Представьте ситуацию, провоцирующую ваш гнев. Постарайтесь представить зрительно и услышать вашего противника и себя.

4) Как только вы начнёте чувствовать гнев, вставьте одну из ваших успокаивающих фраз, которые вы составили. Если это трудно, то скажите себе "Стоп". Глубоко дышите и используйте "Стоп-технику" до тех пор, пока гнев не утихнет и вы не сможете принять вашу успокаивающую фразу.

5) Повторите сценку несколько раз, пока вы не почувствуете себя спокойным, невзирая на то, что делает в вашей сценке другой человек. Наглядно представьте себе часть заведённого порядка вашего дня.

Практикуйтесь три раза в день по 10 минут на каждый сеанс. Когда вы разовьёте умение наглядно представлять, вы научитесь, как быстро успокоить себя.

Визуализацию можно использовать в "пылу сражения". Когда вы ловите себя на том, что разгневались, подышите, в сжатом виде представьте себе приятный образ – такой, как озеро или горы – и скажите себе успокаивающие фразы.

#### 6. Воспоминания о прошлых успехах.

Люди обычно имеют период, когда их искушают почувствовать гнев, но они решают не делать этого. Поищите в вашем прошлом такой опыт. Запишите ситуацию в вашу тетрадь. Как вы удержались от того, чтобы начать гневаться? О чём вы думали?

#### 7. Использование кмора.

Вы можете жить без кмора, но тогда вы не будете наслаждаться жизнью! Когда вы видите кмор в расстраивающих событиях, ваш гнев растворяется. Когда возникает "потенциально гневная" ситуация, вы можете заимствовать мысль у военных: "Не принимай близко к сердцу, это только другой ВПИД!" Эта аббревиатура означает: "Всё в Порядке – Идём ко Дну!" – или другие слова подобного эффекта.

Британцы используют слово "агро" ("*агро*") как шотландцы, для аггравации – преувеличения значения какого-либо явления. Вы можете высчитать "агросы", когда наступает ситуация обострения.

Подсчёт агросов может показать в цифровом выражении, что в жизни может быть значительное число агграваций, по крайней мере 1.000.000! Когда вы сталкиваетесь с негативной ситуацией, вы можете сказать себе: "Так, вот и "агро", впереди ещё 999.999 может встретиться!" – и так далее.

В вашей тетради запишите и другие кмористические высказывания (перлы), которые вы можете высказать для себя при столкновении с "агросом". Возможно, у вас есть примеры в прошлом опыте.

## 8. Пополнение списка советов.

Запишите, что вы будете делать, когда начнёте чувствовать в себе гнев. Храните список так удобно, чтобы вы могли его видеть в момент, когда вы начинаете чувствовать, что "шерсть у вас дыбом пошла". Ваш список "что делать" может включать идеи из этой брошюры и любые другие по вашему усмотрению.

## 9. Когда и как выражать гнев.

Решение о том, выражать или не выражать гнев, зависит от того, чего вы хотите достичь. В ваших взаимоотношениях, вероятно, присутствуют попытки сдерживаться и чувство справедливости, которые нуждаются в разрешении. Если вам необходимо облегчить душу, найти решение проблемы, которая обычно принимается, то ваш гнев может быть полезным. Вам также необходимо считаться с тем, как другие люди будут реагировать. Если ваш опыт говорит вам, что другой человек не принимает ваш гнев и хочет разозлиться, тогда вы рискуете ухудшить ситуацию. Некоторые люди не примут гнев, неважно как он выражается.

Самонадеянно полагаться на пользу гнева, учитывайте наиболее эффективные способы выражения его. Предпочтительным способом разгневаться является форма "обращённости на себя". "Обращённость на себя" предлагает вам почувствовать, не обвиняя кого-либо. "Обращённость на другого" атакует и возлагает вину на другого человека за ваши чувства — здесь можно получить тем же по тому же месту.

"Обращённость на себя" имеет три части:

1. Констатация расстраивающего поведения: Когда (то-то и то-то) случилось.

2. Констатация ваших чувств: Я чувствую (обиду, гнев).

3. Констатация того, как поведение воздействует на вас.

Пример обращённости на себя:

Ваш супруг опаздывает на ужин: "В то время, как мы договорились о времени ужина, а ты опоздал, я начинаю сердиться, потому что мне пришлось покрутиться, чтобы приготовить ужин во время".



Свяжите ваши чувства с тем, как поведение воздействует на вас, а не с поведением самим по себе. Связывание ваших чувств с последствиями поведения имеет для вас эффект "смягчения удара".

Если вы полагаете, что ваш гнев не будет воспринят, примите во внимание выражение первоначального, предшествовавшего гневу, чувства. Чувства, предшествующие гневу, часто лучше принимаются, потому что человек тогда не ставится в положение обороняющегося, особенно, если вы используете позицию "обращённости на себя".

В конфликте очень важно быть внимательным к чувствам другого человека и его точке зрения. Если вы понимаете, у вас лучшие шансы на разрешение ситуации. Понять чувства другого человека наилучшим способом вы сможете, используя рефлексивное (размышляющее) слушание. Рефлексивное слушание включает в себя вовлечённость в те чувства, о которых говорит партнёр. Такие утверждения, как "Я понимаю ваше чувство...", "Я слышу, что вы говорите...", "Мне кажется, что вы чувствуете...", могут помочь вам отрефлексировать чувства.

## 10. Гнев: особые проблемы.

Некоторые люди не переживают чувство гнева, или они переживают его, но подавляют это чувство. Они могут происходить из семей, где выражение чувств — особенно гнева — было неприемлемо и попытка разгневаться имела негативные последствия. У них есть скрытое намерение рассердиться.

Если чувство сдерживается, то проблема в том, что и другие чувства, такие, как сердечность и радость, могут также сдерживаться. Если вы страдаете от давления, головной боли, боли в животе или нервозности, вы можете не узнать гнев. Слушайте ваше тело, исследуйте свою жизнь. Есть ли у вас какие-либо неразрешённые конфликты или несбывшиеся ожидания? Если это так, найдите ваши "скрытые намерения". Разрешите себе рассердиться и решите, что вы хотите для этого сделать.

Иные люди злоупотребляют гневом — они проводят в гневе много времени. Они, возможно, происходят из семей, где гнев был способом достижения того, что хочется. Но их хронический гнев вредит здоровью и взаимоотношениям с другими людьми. Они постоянно предъявляют требования к другим, к жизни и, по возможности, к себе.

Если вы один из тех людей, обомозгуйте - как вы могли бы получить то, что вам надо, не впадая во гнев. Также обдумайте возможности кооперации. Поймите, что словом можно ранить. А также, если вы склонны к применению физической силы, немедленно обратитесь за помощью!

/Г.Маккай/.

Вопросы для заключительного обсуждения  
в группе:

1. Какие "мифы" о гневе вы слышали? Что вы чувствуете при разговоре об этих мифах?

2. Каким образом внутренний монолог создаёт гнев? Приведите примеры внутренних монологов, индуцирующих гнев.

3. Что такое "горячие" мысли? Что означает "ужасолизация", нетерпимость и склонность к обвинениям?

4. Каким образом нечто из нашего прошлого влияет на наш сегодняшний гнев? Кто хотел бы рассказать о таком прошлом событии, которое привело в актуальное гневное состояние?

5. Что означает выражение "контролировать ситуацию предпочтительней контроля за другим человеком"?

6. Когда самоконтроль помогает, а когда - вредит?

7. Что такое "холодные" мысли? Чем они отличаются от "горячих" мыслей? Какие чувства образуются в результате спокойного размышления?

8. Что означает выражение "чувства, предшествующие гневу"? Кто может войти в состояние гнева и позволить группе помочь ему в выявлении и исследовании первичных чувств?

9. Что такое перцептуальные альтернативы? Приведите несколько примеров. Как вы себя чувствуете?

10. Обсудите каждую технику прекращения гневных мыслей. Попросите группу поделиться своим опытом проявления гнева и работы с техниками по управлению своим гневом.

11. На каком уровне эмоционального регулирования поведения человека применяются такие культурные формы, как сказки, притчи, истории (в частности, восточные истории в "позитивной психотерапии" Н.Пезешкяна)? /Таблица 2 /. Приведите соответствующие примеры.

Усиление толерантности	Уровень стереотипов и штампов	Уровень экзальсии	Уровень эмоционального контроля
<p>Уровень аффективной предосторожности.</p> <p>Пассивно-эмоциональное отношение; глобальная реакция, в которой оценка осуществляется на уровне интенсивности воздействия среды на организм.</p> <p>Качество воздействия еще не полностью осознано и понято.</p> <p>Охранительно-защитная, стимуляторно-отражающая реакция организма.</p>	<p>Активная эмоциональная деятельность, основной способ регуляции процесса удовлетворения соматических потребностей. Ритмизированные простые сукцессивные структуры. Аfferентное упорядочивание исходного нейтрального внешнего впечатления.</p> <p>внешнее поле "насыщается" "внутренним" индивидуальным смыслом, происходит преодоление диктата внешнего поля.</p> <p>Сенсорные стереотипы: закладка вкусов и предпочтений.</p>	<p>Продолжение предвзятости, овладение неизвестной ситуацией. Возмущает позитивную реакцию на новое: азарт от лица субъекта, а исследование людей в виде одобрения, похвалы, отметки.</p> <p>Энергетически На этом уровне закладываются самый насыщенный уровень, определяющий силу воздействия субъекта на среду. Здесь закладывается притязание личности.</p>	

## Раздел II ВОЛЯ

### Заполнить пробелы.

1. Воля-..... регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением..... и ..... препятствий.
2. Благодаря ..... разумное решение претворяется в .....
3. Воля -..... человека управлять по своему ..... решению ..... процессами и состояниями, различными параметрами .....
4. Саморегуляция - как способность человека к ..... регулированию, имеет ..... и ..... уровни.
5. .... поведение ..... выполняет функцию ..... мотивационной сферой.

### Верно или неверно?

1. Единственный критерий проявления воли в поведении-волевые качества личности.
2. Главным признаком волевого поведения является недостаток побуждения и восполнение его.
3. Волевым называют действие, принятое на основе внушающего воздействия.
4. Аристотель впервые рассмотрел действия человека, принимаемые к исполнению как обязательные.
5. Волевое действие предполагает переход от самостимуляции к принятию решения и его осуществлению.

### Выбрать правильный ответ

1. Критерием проявления воли является:
- а/волевое действие;
  - б/выбор мотивов и целей;
  - в/волевые качества личности;
  - г/все ответы верны.

2. Волевое поведение выполняет функцию:

- а/преодоление препятствий на пути достижения цели;
- б/гармонизация мотивов;
- в/устранение внутренних конфликтов ;
- г/все ответы неверны.

3. Структурным элементом самоконтроля является:

- а/цель;
- б/операциональный состав деятельности;
- в/способы достижения цели;
- г/самооценка;
- д/все ответы верны.

4. Рефлексия-

- а/мысленно выводит человека в позицию наблюдателя;
- б/инициирует активность личности на изменение самооценки;
- в/обеспечивает поиск мотива или ценности;
- г/все ответы верны.

5. Эмоционально-волевая регуляция -

- а/саморегуляция состояний и реакций;
- б/регуляция действий;
- в/регуляция отношений к действию;
- г/все ответы верны.

## ЗАДАЧИ

### Задача 1

Проанализируйте, какие причины породили необходимость введение и сохранение понятия воли в психологии?

А. Одним из первых в европейской культуре, кто рассмотрел действия, лишённые стремления к цели, но принимаемые человеком как "обязательные к исполнению" был Аристотель. Он считал, что действия, осуществляемые по разумному решению, можно объяснить, только допустив наличие особой способности-воли, которая придает разумному решению стремление или возможность инициировать и доводить до цели намеренное действие.

Б. Второй реальностью, оправдывающей введения понятия воли, явилась необходимость выбора действий при конфликте мотивов, целей, когда человек не находит разумных оснований выбора. В такой ситуации воля наделяется способностью совершать такой выбор по собственному критерию.

В. Обращение к понятию воля было обусловлено способностью человека управлять по своему сознательному решению психическими и физиологическими процессами и состояниями, различными параметрами двигательных актов (силой, скоростью, темпом, длительностью и т.д.).

Проанализируйте современную ситуацию: сохранились ли в неизменном виде исторические реалии, породившие необходимость введения понятия воли в психологию? Какие способности и свойства постепенно утратили связь с проблемой воли? Сохранились ли неизменными функции воли и каковы они?

### Задача 2

Какие физиологические механизмы воли проявляются в каждом из описанных случаев?

А. Известно, что Вальтер Скотт, пораженный болезненным недугом, диктовал свои произведения. Усилиями воли он заставлял себя говорить. Увлекаясь особенно оживленными диалогами, он вскакивал с постели, и, бегая по комнате, совершенно входил в роль своих героев, забывая о боли.

Б. Когда учатся ездить на велосипеде, то достаточно бывает новичку подумать о том, что он сейчас упадет, как он действительно падает.

В. Как показывают исследования, проведенные с детьми различного возраста, только после трех лет ребенок может выполнять действие по словесной инструкции типа: когда будет гореть зеленая лампочка – нажать на мячик; когда красная – не надо нажимать.

### Задача 3

Определите, какие волевые качества (возбудимость волевого усилия, длительность волевого усилия, энергичность, подавление действия или способность к задержке) проявились в каждой из описанных ситуаций.

А. Согласно преданию, греческий воин, пробежав более сорока километров из местечка Марафон в Афины и сообщив весть о победе греков над персами, упал мертвым на городской площади.

Б. Один конструктор рассказывает, что он плохо чертил, учась в VII классе, и решил усовершенствовать свое умение. Для начала стал заниматься в чертежной группе. Поскольку занятия кружка начались на понедельник, ему приходилось каждое воскресенье проводить за чертежами. Много раз ему хотелось бросить, но он чертил, переделывал каждую работу по пять-шесть раз. Через два года занятий учитель сказал, что его чертежи лучшие в школе.

В. Десятиклассник, комсомолец Б., возвращаясь из школы вдоль берега замерзшей реки, вдруг услышал слабый крик: "Помогите!" – и увидел двух барахтающихся в обломках льда ребяташек. Юноша сбросил обувь, пальто и прыгнул в ледяную воду.

Г. Шестиклассник К., чтобы развить свою волю, часто прибегал к такому приему: прерывал чтение интересной книги на самом захватывающем месте и не прикасался к ней два-три дня.

Д. Внезапно за спиной Матвеева (командира корабля) раздался характерный звук электрического разряда, обернувшись, командир увидел сначала сноп искр из приборного щитка, а потом уже бледное лицо бортмеханика Колесова:

– Короткое замыкание!

- Отказали все приборы контроля двигателей!

- Отказ связи, командир!

Теперь в небе летел самолет, наполовину оглохший и ослепший.

И тогда Матвеев решил садиться "с подбором". Фраза эта звучит спокойно и буднично, и только специалисту понятно все ее тревожное содержание. Предстояло уйти от путеводной Волги и с воздуха отыскать большое поле, дуг, - словом, любое место, пригодное для посадки.

Это решение далось командиру нелегко, хотя он и имел полное право его принять. Судьба сорока четырех человек в пассажирском салоне, судьба товарищей, наконец, судьба самолета - все сейчас зависело от него, насколько верное решение принял командир.

/По В.С.Мерлину/

#### Задача 4

Как применяется понятие "саморегуляция" в различных областях научного знания? Применительно к живым и неживым системам? Как она рассматривается в различных психологических школах и направлениях?

Связаны ли разработка проблемы саморегуляции с реализацией гуманистической ориентации в психологии?

Какие уровни саморегуляции выделяются с позицией теории деятельности?

Можете ли вы привести пример моделей первого уровня саморегуляции?

В предлагаемой Вашему вниманию таблице мы систематизировали по ряду критериев две формы саморегуляции: саморегуляцию как волевое поведение и саморегуляцию как одну из составляющих деятельности переживания. /Табл. 3 /



САМОРЕГУЛИРОВАНИЕ /С ПОЗИЦИИ ТЕОРИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ/  
УРОВНИ

<p>ОБЪЕДИНИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ, связанные с сознательной организационной деятельностью</p>	<p>МОТИВАЦИОННЫЕ, связанные с организацией общей направленности деятельности с помощью сознательного управления своей мотивационно- потребностей сферой</p>	<p>МОТИВАЦИОННЫЕ, связанные с организацией общей направленности деятельности с помощью сознательного управления своей мотивационно- потребностей сферой</p>
<p>Психологическая сущность</p>	<p>БОЛЕЕЕ ПОВЕДЕНИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- образование квазипотребностей /К. Левин/</li> <li>- организация человеком своих побуждений путем создания новых мотивов-стимулов /Д. С. Выготский/</li> <li>- создание самим субъектом фиксиро- ванной устойчивости /Д. Узнадзе/</li> <li>- процесс произвольного формулиро- вания побуждений /Б. А. Иванников/</li> </ul>	<p>ПЕРЕМЕНА</p> <p>особая внутренняя деятельность, по самопорождению /Ф. Е. Василюк/</p> <p>Саморегуляция - одна из составляющих деятельности переживания</p>
<p>Функция</p>	<p>преодоление препятствий на пути достижения цели</p>	<p>гармонизация мотивационной сферы, устранение внутренних конфликтов и противоречий на основе сознательной перестройки и порождения новых ощущений</p>
<p>уровни протекания</p>	<p>сознательный</p>	<p>сознательный бессознательный</p>

ВОЛЮНО ПОБЕДИНИЕ

ПЕРЕЖИВАНИЕ

Процесс  
протекания:

Цель - осознание возможностей  
достижения, актуализация мо-  
тивов, борьба мотивов и выбор,  
принятие решения, осуществле-  
ние решения

переживание конфликта - чувство утраты "позитивный" смысл, "негативный", дополняющий -  
успешивший позитивный и осмысливающий ("негативный" смысл), чувство облегчения

Особенности:

Рефлексия - приостанавливает, прерывает непрерывный процесс жизни и выводит человека мысленно за ее пределы

1. выделение отдельных структурных элементов структуры самоконтроля  
активность личности на устранение  
расхождения: изменение цели,  
способов достижения цели, операцион-  
ность состава деятельности или самоо-  
оценки.

/С.Л.Рубинштейн/

1. выделение отдельных структурных элементов негативного смысла и включение действия в более широкий смысловой контекст.

2. смысловое связывание - поиск мотива или ценности (эмпириального "защита") для порождения нового смысла и развития действия и личности.

2. самодостигание - усиление уже существующих смыслов путем увязывания с мотивами и ценностями личности

Результат  
гармонизация мотивационной сферы путем  
устранения конфликта

достижение гармонии в сфере побуждений, личностный  
рост и развитие.

/По Сейтгариян К.Д., Холмогоровой А.Б., Шаур Т.С./

Сравните в феноменологическом плане две формы саморегуляции. В чем заключается их сходство и различие?  
Чем обусловлены специфические психологические особенности саморегуляции, протекающей в условиях мотивационного конфликта, в ситуации кризиса?

Как бы вы направили и содержали процессы воспитания и развития воли? Самообразование соотносится на послужившие и наоборот, или наоборот?

Может ли воля оказывать детерминирующее влияние на развитие личности? При каких психологических условиях?

## Задача 5

В повести Г.Гессе "Курортник" мы встречаем пример саморегуляции как волевого поведения или переживания? Почему?

Напомним, что пребывание главного героя (писателя) на курорте в Бадене было непоправимо омрачено его соседом по номеру, голландцем. Чувствительный к малейшему шуму, он вынужден был в течение долгих часов слушать разговоры и смех нескончаемых гостей, тяжелые шаги ранним утром, прогонявшие его чуткий, тревожный сон. Все отчаянные попытки работать в этих условиях были обречены на неудачу. В конце концов он стал испытывать неподдельную ненависть к голландцу, и его жизнь на курорте превратилась в настоящий ад.

Старания заставить себя работать и спать усилием воли оказались неэффективными. Тогда он пытается дать выход накопившемуся чувствам в фантазиях и воображении, но безуспешно.

Тогда он принимает оптимальное решение – полюбить ненавистного голландца.

Процесс выполнения решения протекает поистине драматично и содержит в себе: развенчание своих агрессивных чувств, постановку задачи на их изменение, поиск опорной для их перестройки ценности и обращение к евангелистской заповеди "Полюби ближнего своего" облачение этой ценности в конкретную форму посредством положительного эмоционального насыщения образа голландца с помощью специальных профессионально-писательских средств (голландец становится главным героем созданного той же ночью литературного произведения, героем, вызывающим сочувствие и симпатию автора). Мучительный творческий процесс закончился, как пишет автор, "полной победой над голландцем". Сам он уже не вызвал тех мучительных переживаний, которые мешали главному герою работать и спать.

Проанализируйте процесс саморегуляции героя. Каковы в данном случае механизмы саморегуляции? Какие психологические средства были использованы героем?

## Задача 6

Рефлексия (как обращенность субъекта на себя и свою деятельность) является универсальным механизмом процесса саморегуляции как на операционально-техническом, так и на мотивационном уровне.

Прекрасной экспериментальной моделью для изучения процесса саморегуляции в условиях конфликта является решение творческой задачи. Не случайно, что на таком материале и были выделены две формы рефлексии: предметная и личностная, различающиеся по своему объекту (табл. 3 а).

Таблица 3 а

Рефлексия как механизм саморегуляции

Функция рефлексии	Форма рефлексии	
	Предметная	Личностная
Контрольная	Саморегуляция на уровне действий без перестройки предметных оснований	Саморегуляция на уровне мотивации без перестройки смысловой сферы (воля)
Конструктивная	Саморегуляция на уровне действия, направленная на перестройку его предметных оснований	Саморегуляция на уровне мотивации, направленная на перестройку смысловой сферы (составляющая процесс переживания).

Предметная рефлексия направлена на осознание предметных оснований или исходной модели реальности, лежащей за тем или иным действием. Личностная рефлексия направлена на собственное "Я" субъекта, на осознание смыслов, отношений конфликтов. Контрольная и конструктивная функции рефлексии описаны Ю.Н. Кулюткиным как позиции "контролера" и "конструктора" по отношению к собственному действию.

Богатый материал для понимания роли рефлексии в процессах саморегуляции дает клиническая патология.

Каковы общие характеристики рефлексии у здоровых людей? Чем они отличаются у здоровых людей и больных (органическая патология, психопатия, шизофрения?) Как связаны характер саморегуляции и особенности протекания деятельности в сложных конфликтных ситуациях?

Сопоставьте собственные наблюдения и умозаключения с литературными данными. Для этого может быть рекомендован следующий список литературы:

Зарецкий В.К. Ковалева Н.Б. Введение в психологию научно-технического творчества. М. 1987.

Зейгарник Б.В. Патопсихология.-М., 1986.

Зейгарник Б.В. Опосредование и саморегуляция в норме и патологии

// Вестн. Моск. ун-та. Сер. I4 "Психология"-  
1991-№ 2-с. 9-15.

Зейгарник Б.В. Холмогорова А.Б. Нарушения саморегуляции познавательной деятельности у больных шизофренией // Журн. невропатологии и психиатрии им.С.С.Корсакова.-1985.-№ 12-с.1813-1819.

Исследование проблемы психологии творчества /Под ред.Я.А.Пономарева.-М., 1983.-С.27-154.

Коченов М.М. Николаева В.В. Мотивация при шизофрении.-М., 1978.  
Семенов И.Н. Степанов С.Ю. Рефлексия в организации творческого мышления и саморазвития личности //Вопр. психологии.-1983-№ 2-с. 35-42.

Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия.-М., 1920.

#### Задача 7

Г.Т.Береговой и О.И.Жданов установили, что в экстремальных условиях деятельности операторов имеют место следующие стили поведения:

I. Интропсихический способ адаптации, обеспечивающий реализацию уравновешивания индивида с его ближайшим окружением благодаря собственным возможностям.

#### I. Волевой стиль поведения.

Главным критерием волевого стиля поведения является чувство усилия. Обладающие этим стилем отличались развитым чувством долга, обязательностью, дисциплинированностью, бескомпромиссным отношением к себе и окружающим.

Желание во всем быть максимально результативным приводило к тому, что каждая ситуация эксперимента воспринималась ими как решающая при испытании своего "Я". Это вызывало обостренное реагирование на успехи или неудачи. Результатом этого явилось состояние выраженного психофизического напряжения, длительное переживание которого приводило к истощению психофизиологических резервов и снижению продуктивности в деятельности.

2. Рефлексивный стиль поведения предполагает способность к управлению мотивационной сферой главным образом посредством переживания. В данном случае переживание направляется на гармонизацию мотивационной сферы, устранение в ней конфликтов путем целенаправленной перестройки значимых смыслов.

В этом случае появляется возможность сохранить себя, находясь в сложнейших условиях деятельности неопределенно долго.

П. Аллопсихическая адаптация соответствовала конструктивному стилю поведения. Характерные черты стиля: целесообразная трансформация взаимодействия оператора с экспериментатором для организации социальной поддержки; поиск союзников в достижении значимой цели. Помимо способности к рефлексии, лица, реализующие данный поведенческий стиль, отличались коммуникативной компетентностью, вызвали чувство аттракции, доверия и симпатии.

Именно этим лицам удалось наиболее полно реализовать свои возможности в профессиональной деятельности, сохранив при этом хорошее здоровье и обеспечив перспективу на будущее.

В каких условиях имеет место яркое проявление индивидуальных поведенческих стилей?

Эффективность деятельности непосредственно определяется силой прилагаемых волевых усилий, Как Вы считаете?

Какой стиль поведения является показателем зрелой личности, самоактуализирующейся личности? Каковы возможности активного формирования приоритетных стилей поведения?

Является ли для Вас актуальной проблема мотивационного конфликта? Если да, то как Вы ее разрешали раньше (в школьные годы)?

Изменились ли механизмы регуляции поведения теперь? Если да, то какие обстоятельства способствовали этому?

#### Задача 8

Приводится пример переживания конфликта больной неврозом. Какие нарушения саморегуляции как произвольного управления своим поведением Вы можете отметить? Проведите психологический анализ смысловой структуры, осуществляющей детерминацию поведения больной.

Происходит ли окончательное разрешение ее конфликта?

Какие направления психокоррекционной работы по развитию произвольного управления своим поведением у невротиков Вы можете пред-

ложить? Какова роль психотерапевта в этом процессе? Какие рекомендации по развитию рефлексивных способностей Вы можете привести?

Больная Д., 1919 года рождения, образование высшее, пенсионерка.

Диагноз: невротическая депрессия с истерическими особенностями личности.

#### Из анамнеза:

Росла и развивалась нормально. Окончила философский факультет МГУ. Была замуж, семейная жизнь не сложилась. Рассталась с мужем, оставив ему маленькую дочь, и сошлась с другим мужчиной, который ушел от нее за два месяца до рождения сына. Жила одна, сын воспитывался сначала в доме ребенка, а позднее – в интернате. Работала редактором, преподавателем русского языка. В 58 лет вышла замуж за мексиканца, человека, который был на 28 лет моложе ее. В течение нескольких лет жила с мужем в Мексике. Вначале испытывала состояние эйфории, но вскоре сын стал забрасывать письмами с просьбой вернуться. Появилась тоска: "Зачем я это сделала?" Большую часть времени стала проводить одна. В течение последнего года живет с мужем в Москве. Испытывает все большее раздражение по отношению к нему, иногда возникает желание прогнать его. Общение с детьми также раздражает, так как чувствует, что они осуждают ее. Никак не может принять решение – уехать с мужем или остаться с детьми. Настроение подавленное, сон нарушен, испытывает физическую слабость, страх перед будущим.

#### Из данных психологического обследования.

Больная эгоцентрична, импульсивна, конфликтна в общении, склонна к доминированию, самооценка неадекватно завышена. Проективные методы выявляют конфликтные переживания больной, связанные с отношением к детям, мужу, тревогу за будущее, стремление к спокойной жизни. Подробно рассказывает о своей жизненной ситуации, которую сравнивает с сидением на двух стульях. Никак не может решить, что ей делать. Не хочет покидать родину, однако ее надежды на благополучную жизнь дома не оправдались: друзей не осталось, отношения с детьми плохие.

Говорит, что хотела бы остаться с детьми, но не пытается

улучшить отношения с ними, постоянно жалуется на них. Делает вывод, что ей нужно общаться с детьми как можно меньше: "Я просто должна побережечь себя". Постепенно склоняется к мысли, что ей будет лучше с мужем, хотя ее и страшит жизнь в Мексике. Рассказывает, что муж много сделал для нее хорошего, что она не может его оставить, так как он единственный человек, которому она нужна. Высказывает надежду, что он сможет обеспечить ее спокойную старость. Называет мужа своим идеалом и в то же время продолжает думать о разводе, т.к. ее не покидает желание расстаться с ним. В конце концов принимает решение уехать с мужем, но не чувствует уверенности в правильности этого выбора.

#### Задача 9

Проведите анализ такого важного механизма саморегуляции, как смысловое связывание по следующим пунктам:

1. Смысл, смысловые образования являются единицами анализа личности /Асмолов Л.Г., Братусь Б.С., Зейгарник Б.В./.
2. Смысловые образования личности представляют собой единство аффективных и когнитивных компонентов. Сознательная регуляция возможна и задается иерархической структурой смысловых образований личности.
3. Процесс саморегуляции предполагает перестройку смысловых образований, условием которой является их осознанность.
4. На основе осознанной иерархизированной смысловой структуры формируется опосредованность как особое, формирующееся в процессе саморегуляции, качество личности (Зейгарник Б.В.).
5. Благодаря осознанию смысловых образований осуществляется произвольное изменение смысловой направленности, контроль за непосредственными побуждениями, оценка и коррекция действий и поступков /Мазур Е.С./
6. Процесс саморегуляции, предполагающий формирование новой смысловой системы, обеспечивается целым рядом механизмов, задающих принципы соотношения образований внутри структуры мотивационной сферы (между мотивами и смыслами, мотивами и целями).



7. Рефлексия является необходимым условием осознанной смысловой перестройки, оптимального функционирования механизма смыслового связывания.

8. Процесс саморегуляции, условием которого является осознание и изменение смысловых образований, предполагает наличие сформированной системы значений.

Имеются данные, что неосознаваемые смыслы переводятся в значения посредством внутренней речи (Цапкин В.Н.).

9. В онтогенезе механизм смыслового связывания первоначально выступает в форме развернутого внешнего действия, которое производит взрослый.

/Запорожец А.В.

Неверович Я.З./

10. По мере формирования волевой регуляции это действие переносится во внутренний план и формируется механизм смыслового связывания, участвующий в произвольной регуляции поведения.

11. Смысловая регуляция может осуществляться посредством как осознанных, так и неосознанных компонентов смысловых образований; их соответствие является необходимым условием процесса саморегуляции.

/По Зейгарник Б.В.

Холмогоровой А.Б.

Мазур Е.С./.

Какое значение имеет проблема смысловой регуляции в свете идей Л.С.Выготского?

Образуют ли приведенные положения концептуальную модель механизма саморегуляции - смыслового связывания? Почему?

Какие нарушения функционирования данного механизма Вы могли бы гипотетически априорно обозначить?

Как Вы полагаете, какими будут перспективы дальнейшей разработки проблемы смысловой регуляции в аспектах воспитания, психологической помощи и реабилитации больных?

## Задача IO

Познакомьтесь с экспериментальным исследованием, проведенным К.М.Гуревичем под руководством А.Н.Леонтьева.

Константин Маркович предварительно поступил на работу в детский сад помощником воспитателя. Дети привыкли к нему. Для опыта были выбраны дети дошкольного возраста (младшего, среднего и старшего). Причем, это были дети, которые по тем или иным причинам (простуда, семейная ситуация) были лишены прогулки.

Константин Маркович приносил им игрушки, которые служили главным инструментом в работе. Для эксперимента нужны были игрушки, которые экспериментаторы называли глупыми, но очень привлекательными, и тщательно подбирали их, отыскивая по различным магазинам.

Первые опыты шли по такой схеме: надо было что-то выполнить неприятное, неинтересное и нудное, при этом выполнение нудного задания обуславливалось тем, что по окончании его ребенок мог поиграть в игрушку, которую ставили перед ним. Вариант этого опыта заключался в том, что игрушку не ставили перед ним, а показывали и убирали в шкаф. В одном случае, этот привлекательный предмет был в поле восприятия, в другом случае - нет. Результаты оказались таковыми, что произвольное действие раньше идет при отсутствии побудительного предмета чем в присутствии его.

Мамам детишек был задан вопрос: "Если Ваш ребенок плохо кушает, а Вы ему обещали после того, как он съест, скажем, манную кашу, дать конфету, то что надо - обещать или положить конфету перед ним?"

Мамы согласно отвечали: "Конечно, не надо класть перед ним, иначе совсем прекратит есть кашу, а будет все смотреть на эту конфету".

В арсенале экспериментального материала имелись и процессуально привлекательные игрушки, с которыми можно очень долго хорошо играть, повторяя игровые действия снова и снова. Игра заключалась в том, что пускался волчок, он сбивал шарики, устанавливаемые на маленьких платформочках по окружности. Чтобы возобновить игру, надо было разложить опять эти шарики по 4 штуки (три внизу и один наверху) на платформочки, а они были плоскими, шарики скатывались,

это была большая кропотливая работа, хотя и увлекательная. Т.о. в данном эксперименте выполнение игровых действий обуславливалось предметной обстановкой. В другом варианте выполнение обуславливалось социальной обстановкой, т.е. требованиями экспериментатора - А.А.Гуревича. (А.Н.Леонтьев). с.3-14 Воля //Вестник Московского университета, Серия 14, Психология-№ 2-1993 г.).

Как Вы полагаете, каково целевое назначение проведенных экспериментов?

Проанализируйте модель построения эксперимента.

Какие интересные в методическом отношении "находки" экспериментаторов Вы можете отметить? К каким выводам пришли экспериментаторы?

Как Вы считаете, предметная необходимость действует слабее или сильнее, чем социальная? Почему?

Какие жизненные аналогии полученным данным Вы можете привести?

## Задача II

Всегда ли волевые явления бывают действиями? Почему?

Рассказывают, что некогда во времена инквизиции некий молодой итальянец был арестован, заключен в тюрьму, ему было предъявлено обвинение в тяжких грехах, и на основании этих обвинений итальянец был подвергнут пытке. Пытка в глазах святой инквизиции - это было своеобразное испытание на правоту или неправоту подозреваемого, обвиняемого. Предполагалось, что если человек не грешен, чист перед Богом, то он вытерпит любые пытки, не взяв на себя ложного признания, и тогда, если он вытерпит пытку, святая инквизиция объявляет его невиновным и не подвергает казни без пролития крови", т.е. путем сжигания на костре. И вот бедный итальянец был подвергнут ужасным пыткам; сидели секретарь инквизиции и инквизитор, который вел допрос. И допрос ничего не дал: итальянец ни в чем не признал себя виновным. Когда пытка кончилась, и инквизитор объявил решение признать этого итальянца невиновным, а тюремщики стали расковывать и освобождать узника, то инквизитор, обратившись к ранее обвиняемому, а теперь реабилитированному молодому итальянцу спросил: "Ты не вымолвил ни одного слова признания, но я слышал, как уста твои шептали: "Я вижу тебя". Не иначе как сама святая дева

являлась тебе и укрепляла тебя на то, чтобы перенести жестокие пытки". "Ваше святейшество, — отвечал бывший теперь уже узник, — перед моими глазами мне действительно являлось нечто, но это нечто было тем костром, на котором вы сожгли бы меня, вырвись у меня хоть одно слово признания".

/По А.И.Леонтьеву./

Как Вы думаете, каковы психологические функции представлений в регуляции поведения человека? Приведите соответствующие примеры.

Как Вы полагаете, аналогично ли описанное явление тому, что автор первой русской военной психологии генерал Драгомиров назвал упругостью: отступаем, но не ослабляем давления в сопротивлении, опять отступаем, но не ослабляем сопротивление? Почему?

### Задача 12

Какое значение для определения содержания волевого акта личности имеет внушение? Какие главные психологические признаки состояния внушения Вам известны?

Проанализируйте некоторые точки зрения на психологическую природу внушаемости.

1. Внушаемость связана с общей личностной и интеллектуальной незрелостью, имеет определенную функциональную роль в онтогенезе — как фактор первичных, еще не интериоризованных, интерпсихических отношений между людьми /Куликов В.Н./.

2. Внушаемость — черта истерической личности, для которой характерны подражательные формы истерического поведения

/Якубик А./

3. Внушаемость — черта личности, связанная с интеллектуальной недостаточностью, отрицательным отношением субъекта к самому себе, неуверенностью в своих силах, низкой самооценкой — определяющими ориентацию в поведении на мнения и оценки других людей.

4. Внушаемость — относительная черта, проявляющаяся в значимой ситуации — лично — значимое чаще принимается на веру.

/Кравков С.В.

Бакеев В.А./

Почему проблема внушаемости дискуссионна? Для каких разделов психологии внушение представляет особый интерес?

#### Задача 10

Какое значение проблема внушения и внушаемости имеет в криминальной психологии?

Рассмотрим пример преступного действия.

Б., 29 лет, обвинялась в хищении денежных средств. С детства отличалась усидчивостью, прилежностью, исполнительностью. Окончила 8 классов и медицинское училище с отличием. В 23 года вышла замуж, от брака имеет двоих детей. Длительное время жила у родителей мужа, отношения с которыми были конфликтными. Сильно уставала, настроение было подавленным, часто плакала, была раздражительной, плохо спала, похудела. Устроилась работать кассиром в парикмахерскую, намеревалась в последующем работать по специальности.

По дороге с работы к Б. на улице подошла женщина, которая сказала ей, что она "плохо выглядит", спросила, где и с кем она живет, где работает, обещала "гаданием" помочь ей. Следующую встречу она назначила в день получения Б. из банка крупной суммы денег.

При этом присутствовали соучастницы, две другие женщины, "ассистирующие" лидеру, подтверждавшие ее "возможности". Через 10 дней Б., получив деньги из банка и доставив их на работу, отправилась на встречу с этой женщиной. Узнав, что Б. пришла без денег, соучастницы стали требовать деньги, необходимые для "гадания", угрожали ей ухудшением состояния ее здоровья и отношений с мужем. Б. вернулась в бухгалтерию, взяла из сейфа деньги.

На улице в процессе "гадания" она отдала деньги одной из женщин, после чего все трое скрылись. Была привлечена к уголовной ответственности за хищение.

В период следствия обвиняла в случившемся себя, говорила, что "гадалка" подействовала на нее своей внешностью. Когда "гадалка" подошла к ней на улице и с участливым лицом осведомилась о ее самочувствии, пообещав помочь, у нее не возникло сомнений в искренности слов "гадалки". В этот момент рядом оказались женщина, которая была намерена принести "гадалке" за якобы оказанную ранее услугу значительную сумму денег. Была как "заворожена" словами "гадалки", что была готова выполнить любое ее приказание. Первые два

дня после встречи самочувствие ее улучшилось, в последующие дни она с тревогой чего-то ждала, часто вспоминала о происшедшем с ней, охотно пошла на повторную встречу.

При встрече ощущала некоторую тревогу, волнение, сказала "гадалке", что не может принести деньги, но та стада угрожать ей, что из-за этого ее ожидают несчастья" То же самое твердили и "ассистенты". Б. испугалась, пошла за деньгами и отдала их гадалке. Затем по ее распоряжению закрыла глаза и стояла так три минуты. Открыла глаза и не увидев "гадалки", некоторое время считала, что так и должно быть, затем поняла, что ее обманули, у нее "внутри все оборвалось", она стала метаться по улице, искать "гадалку" и ее спутниц, но их нигде не было.

Вернувшись на работу, сообщила о случившемся в милицию.

/Ю.М. Антонян

В.В. Гульдман/

Какие личностные параметры и с помощью каких личностных методик необходимо в данной ситуации исследовать? Полагаете ли Вы, что психологические свойства Б. образуют патопсихологический синдром? Почему?

Проанализируйте свойственные ей особенности личности и психическое состояние, в котором находилась Б. при совершении преступления. Применимо ли к данной ситуации понятие органической вменяемости?

### Задача 13

Какое психологическое условие нормального волевого действия отсутствует у больных?

С нарушением какой области мозга связаны описанные заболевания?

А. Больные апраксией (нарушение деятельности мозга, связанные с расстройством речи и мышления) часто бывают не в состоянии совершать действия в отрыве от конкретной ситуации. Например, они могут постучать в дверь комнаты, прежде чем в нее войти, или обмочить губы перед тем как попить из стакана, но они не в состоянии сделать эти же движения по просьбе врача.

Б. У больных с поражением премоторной зоны головного мозга нарушаются произвольные движения. Нарушения проявляются в том, что если больному надо взять в руки звонок и позвонить няне, он берет звонок в руку и застывает в такой позе.

/А.Р.Лурия/

#### Задача I4

Укажите, от каких свойств личности зависит исход конфликтов у больных.

По каким признакам вы это установили?

В годы Великой Отечественной войны в госпитале изучалось поведение больных, ослепших вследствие ранения. Известно, что осознание невозможности вернуть зрение у всех этих людей вначале вызывает острый психологический конфликт. Было отмечено, что исход конфликта (желание выписаться из госпиталя и самостоятельно трудиться) у разных людей происходил по-разному и в разные сроки.

Так, больной Л. (в анамнезе преобладают материальные потребности) то решает поступить в специальную школу для слепых, потому что там, как он слышал, дают хромовые сапоги; то решает идти на завод, потому что там сразу же будешь получать зарплату и хороший паек; то решает жить на иждивении у брата. Словом, ему присущи длительные и очень остро протекающие колебания.

Больной Ш. (в анамнезе преобладают нравственно-трудовые мотивы) обосновывает создаваемую перспективу несколькими мотивами: "Пользу принесу и семье помогу", "Все время с людьми буду, а на людях веселее", "Заработать смогу, и перед людьми не стыдно". Колебания при выборе жизненного пути менее острые и менее продолжительные.

/По В.С.Мерлину/

#### Задача I5

Какие нарушения волевой сферы раскрывают примеры поведения Н.Гоголя?

А.Берг рассказывал, что Гоголь ничуть себя не беспокоил в соблюдении самых элементарных правил требования общежития.

Шевырев жаловался Бергу, что Гоголь стал принимать ближайших к нему людей "чересчур по-царски", так что свидания их стали похожи на аудиенции царственных особ".

У Хомяковых, по словам Бартенева, Гоголь всегда так держал себя: "Он капризничает неизменно, приказывая по несколько раз то принести, то унести какой-нибудь стакан чая, которым никак не могли ему угодить: то ему чай оказывался слишком горяч, то крепким, то слабым, то слишком полно налито, и это его сердило очень".

Берг говорил: Появление его (Гоголя) на вечере, иной раз нарочно для него устроенном, было почти всегда минутное. Пробежит по комнатам, взглянет, посидит где-нибудь на диване, большую часть совершенно один; скажет с иным приятелем 2-3 слова из благоприличия, небрежно, Бог весть, где витая в то время своими мыслями: "Был таков".

В другое время Гоголь, наоборот, был чрезвычайно любезен, весел, разговорчив, шутил, пел песни и т.д.

Но переходы эти были неожиданны, и этим он, как человек с неустойчивым настроением, поражал и удивлял своих близких и современников. Вот пример, который приводит Арсеньев:

"У Капниста был в гостях Гоголь; приезжает в это время М.Н. Муравьев, с которым тут же Каприст знакомит Г. и рекомендует Гоголя такими словами:

"Рекомендую Вам моего доброго знакомого, хохла, как и я, Гоголя!"

Гоголь рассердился на эту "непрощенную" (по выражению Гоголя) рекомендацию, сказал дерзость Муравьеву (а не хозяину рекомендовавшего) и, ни с кем не простившись, тот час же уехал".

/Сегалин Г.В./

Б. В августе 1829 г. Гоголь совершенно неожиданно и без всякой подготовки сел на пароход и уехал в Любек. Даются все возможные объяснения этой поездке, но лучше всех дает объяснение своему поступку сам Гоголь:

"Это противувольное мне самому влечение было так сильно, что не прошло 5 месяцев по прибытии моем в Петербург, как я сел уже на корабль, не будучи в силах противиться чувству, мне самому непонятному. Проект и цели моего путешествия были очень неясны". /Н. Гоголь/

Акт поведения в данном случае был совершен автоматически или ему предшествовала борьба мотивов?

/По Сегалину Г.В./



## Задача I6

Изучение классических психоаналитических работ позволяет с новой стороны подойти к проблеме воли, познать ее возможности и ограничения.

"Активное руководство со стороны психоаналитика, вероятно, особенно необходимо, когда пациент пришел к осознанию, которое имеет далеко идущие последствия, например, когда пациенту удалось увидеть невротическую наклонность и осознать ее как первичную движущую силу. Это может быть тогда, когда многие предыдущие находки выстроились в линию и дополнительные отвлечения стали понятными. Но часто вместо этого пациент развивает сопротивление и пытается уйти, используя различные способы. Например, он может произвольно выискивать и давать какое-либо находящееся под рукой объяснение. Или же более или менее искусным образом принизить значение выявленного. Он может реагировать твердой решимостью держать под контролем данную наклонность посредством одной лишь силы воли. Наконец он может преждевременно поднять вопрос о том, почему данная наклонность получила такую власть над ним, начинает углубляться в изучение своего детства и в лучшем случае сообщит какие-то сведения, способствующие пониманию истоков этой наклонности, ибо в действительности использует это погружение в прошлое с целью ухода от осознания того, что обнаруженная наклонность означает для его жизни в данное время.

И эти попытки ухода от важного осознания вполне понятны. Человеку трудно смириться с фактом, свидетельствующим о том, что всю свою энергию он тратил на погоню за призраком. Важнее то, что такое осознание ставит его перед необходимостью радикального изменения. Вполне естественно, что он стремится закрыть глаза перед осознанием этой необходимости, столь разрушительной для его равновесия. Но факт остается фактом: посредством быстрого ухода он препятствует такому осознанию "проникнуть внутрь" и вследствие этого лишает себя тех преимуществ, которые такое проникновение могло принести ему. Здесь помощь, которую может оказать психоаналитик, заключается в том, чтобы взять на себя руководство, показать пациенту его тактику отступления, а также, вселяя в него силы, тщательно проработать все те следствия, которые эта наклонность имеет

для его жизни... с наклоном можно справиться лишь в том случае, если ее степень, интенсивность и внутренние смыслы полностью подчинены пациенту".

/К. Хорни/

Можно ли посредством собственной силы воли разрешить внутренние конфликты?

Рассмотрите, каким образом функционируют в рамках психотерапевтического процесса такие волевые качества личности, как решительность, целеустремленность, настойчивость со стороны пациента и со стороны психоаналитика?

Проанализируйте динамические и содержательные аспекты борьбы мотивов у пациента и у психоаналитика.

Способен ли человек усилием воли ослабить или подавить страх изменения?

#### Задача I?

К. Хорни приводит материал из своей психотерапевтической практики.

"Пациент", чувствуя подавленность, пришел к психоаналитику. Накануне вечером он встретил друга, который рассказал ему о своем восхождении на гору Пиз-Палу в Швейцарии. Этот рассказ пробудил в нем воспоминание о посещении Швейцарии. Когда-то и он мечтал взобраться на эту гору, но она постоянно была окружена туманом. Ему пришлось отказаться от своей затеи. Тогда он был взбешен. И прошлой ночью почувствовал, что старое бешенство вновь поднялось в нем. Он лежал без сна несколько часов, строя планы осуществления своего желания, он думал о том, как преодолеть все препятствия, связанные с войной, нехваткой денег и времени.

Даже во сне его ум продолжал бороться с препятствиями, стоящими на его пути. Проснулся он подавленным. Во время психоанализа ему пришла на ум явно не относящаяся к делу картина предместий одного из маленьких городков на Среднем Западе, который был для него миниатюрным воплощением серости, однообразия и запущенности.

Этот образ выражал те чувства, которые он испытывал в тот момент к жизни. Но какая здесь была связь? Жизнь казалась ему опустошенной, потому что он не мог взобраться на Пиз-Палу?

Действительно, тогда, во время своего пребывания в Швейцарии, он страстно желал взобраться на эту гору, но фрустрация этого конкретного желания едва ли могла быть объяснением. Альпинизм не был его страстью. Очевидно, что не Пиз-Палу беспокоила его. Когда он успокоился, то осознал, что не будет теперь даже и пытаться взойти на эту гору.

Пробуждение этого швейцарского переживания означало что-то намного более острое. Это переживание поколебало его иллюзорную веру в то, что если он направит свою волю на достижение чего-нибудь, то непременно будет способен добиться этого. Любое непреодолимое препятствие означало для него фрустрацию его силы воли, даже если оно было настолько не в его власти, как тот туман в горах.

Ассоциации, касающиеся заброшенных окраин одного из провинциальных городков на Среднем Западе, указывали на непомерно важное значение, которое он придавал своей вере в абсолютную силу воли. Эта ассоциация означала, что жизнь невозможна для него без этой веры".

/К. Хорни /

Когда воля приобретает черты невротической склонности? Как соотносятся: воля, с одной стороны, и свобода, спонтанность, смысл, с другой стороны?

Как Вы определяете ценность невротика: человек обладает силой воли, властью или сила воли обладает человеком. Почему?

Какие психоаналитические техники позволяют определить то, какое значение придает он воли, а также то, что человек действительно хочет или просто принужден хотеть?

#### Задача 18

Ц. Ломброзо приводит автобиографию молодого человека, страдающего манией самоубийства. Как он изображает свое душевное состояние?

"Противуволя — ужасная вещь, и я могу говорить о ней по опыту, слишком даже горькому, потому что она отняла для меня всякую прелесть от окружающего мира и превратила мою спокойную, приятную прошлую жизнь в тяжкое и мучительное бремя .... Привыкший к тихой и спокойной жизни, я вдруг увидел себя вовлеченным в водоворот жестоких страданий; бедный мозг мой, потрясенный такой-нелепостью, отказался работать как прежде, я не мог уже свободно рассуждать о моих делах и отсюда-то именно родилась противуволя или стеснение

естественной свободы человека, невозможность работать и действовать, точно будто какая-то материальная сила связывает индивидуальность. У меня нет теперь достаточной власти над собою, чтобы дать моим поступкам желательное для меня направление, вследствие чего являются страх, тоска, отвращение к жизни. Вначале я чувствовал какое-то неопределенное беспокойство, мучительную тяжесть, затем эта сила росла, становилась все могущественнее, настойчивее, так что наконец уничтожила во мне всякое довольство и заставила проводить время в самой томительной скуке. По ночам я не мог спать, засыпая обыкновенно на час или на два, а дни сделались для меня мучительным препровождением времени, так как я решительно не знаю, что делать с собой, куда приклонить голову, какое направление дать моим мыслям — и все по милости противуволи. Я слышу разговоры о семейном счастье, о душевном спокойствии, об удовлетворении самолюбия, о взаимной привязанности между людьми, но сам не могу испытывать ничего подобного, медленно измеряю я часы, и вся моя забота состоит в том, чтобы скучать по возможности меньше. Поэтому я попросил бы произвести сильную реакцию в моем мозгу и позволить мне увидеться с семьей. Благодетельное потрясение могло бы принести мне громадную пользу: жестокое душевное волнение погубило меня, другое волнение, только в ином роде, могло бы спасти меня".

## УПРАЖНЕНИЯ

### I. Бесполезное упражнение – усиление воли.

Джемс пишет, что воля поддается тренировке, что ее можно усилить.

Один из предлагаемых им способов – выполнять бесполезное упражнение в течение пяти минут в день. Вот пример для экспериментирования.

1. Возьмите коробку спичек.
2. Положите ее на стол перед собой.
3. Вынимайте спичку одну за другой.
4. Закройте коробку.
5. Откройте коробку.
6. Положите спички обратно, одну за другой.
7. Закройте коробку.
8. Продолжайте выполнять 3–7 пока не истечет время.

После выполнения упражнения запишите, что вы чувствовали во время выполнения. Обратите специальное внимание на все причины, которые вы находили для того, чтобы прекратить это бесполезное занятие. Если вы будете повторять это в течение нескольких дней, начнутся изменения. Каждый день вы будете находить множество новых причин, по которым это надо прекратить. Первые несколько дней это упражнение может показаться чрезвычайно трудным. Если, однако, вы будете продолжать, последует период, когда не только будет легко выдержать пять минут, но вы обретете ощущение личной силы и самоконтроля после упражнения.

Причины, которые вы находите для того, чтобы не делать упражнение, – частичный список элементов вашей личности, которые препятствуют вашей воле.

/У. Джемс/

### РАЗДЕЛ III ТЕМПЕРАМЕНТ

Заполнить пробелы.

1. Под темпераментом понимаются ..... характеристики  
.....
2. Известны три сферы проявления темперамента: .....  
....., особенности ..... и свойства  
.....
3. Издавна темперамент связывался с .....  
или ..... особенностями организма.
4. Физиологическая ветвь учения о темпераменте начинается  
с ....., который выделил четыре типа темперамента: .....  
....., ....., .....
5. Психологические описания—"портреты" различных темпера-  
ментов были даны ..... а много позже .....
6. Развитие физиологической линии состояло в последователь-  
ной смене представлений об ..... темперамен-  
та.
7. В результате исследований к трём основным свойствам НС  
....., ..... были добавлены ещё два  
..... и .....
8. Физиологическая концепция И.П.Павлова, получившая назва-  
ние учения о ....., трансформи-  
ровалась в учение о .....
9. Свойства нервной системы трактуются как базовые характе-  
ристики ....., обеспечивающих .....  
деятельности мозга и всей .....
10. Темперамент - ..... категория, охватывающая лишь  
..... аспекты поведения, а ..... - социопсихологи-  
ческая категория, охватывающая ..... характеристики пове-  
дения человека.

## Верно или неверно?

I. У Гиппократа был чисто физиологический подход к темпераменту.

2. Дальнейшее развитие физиологической линии состояло в последовательной смене представлений о психофизиологических основах темперамента.

3. Психологический подход к изучению темперамента начался с выявления "формально-динамических свойств поведения".

4. Физиологическая концепция И.П.Павлова получила название учение о типах нервной системы, каждому из которых соответствует своя "картина" поведения.

5. Первым обнаружил свою несостоятельность тезис "общих свойств НС", который был заменён понятием "частных свойств НС".

6. Слово "темперамент" И.П.Павлов заменил на генотип и определил как прирождённый тип нервной системы.

7. Ученики И.П.Павлова Б.М.Теллов и В.Д.Небылицин доказали фундаментальную роль подкорковых структур и лобных долей в активации поведения и его эмоциональной регуляции.

8. Концепция И.П.Павлова и его учеников стала рассматриваться как частный случай концепции функционально-системной организации работы мозга П.К.Анохина.

9. Темперамент стал рассматриваться как прямое проявление биологических свойств человека.

10. В рамках целостной теории индивидуальности / Мерлин В.С., Анохин П.К., Русалов В.М. / индивидуально биологические свойства человека, организованные в специальные программы, являются причинами индивидуального поведения.

II. Благодаря "системному обобщению" система индивидуально-биологических свойств человека, включаясь в разные виды деятельности, образует обобщённую качественно новую индивидуально-устойчивую систему инвариантных свойств индивидуального поведения.

Выбрать правильный ответ.

1. Динамику психической жизни человека определяет:
  - а/ направленность личности;
  - б/ эмоциональность;
  - в/ темперамент;
  - г/ способности.
2. По параметру общей активности человек может быть:
  - а/ инертным;
  - б/ пассивным;
  - в/ стремительным;
  - г/ все ответы верны.
3. Понятие "способности" находится в том же отношении к понятию "задатки", что и "темперамент" / по И.П.Павлову / к понятию:
  - а/ активность;
  - б/ талант;
  - в/ тип нервной системы;
  - г/ индивидуальность.
4. Проявление темперамента в моторной сфере:
  - а/ темп;
  - б/ агрессивность;
  - в/ аккуратность;
  - г/ все ответы верны.
5. Основные свойства нервной системы:
  - а/ вспыльчивость;
  - б/ импульсивность;
  - в/ чувствительность;
  - г/ все ответы неверны.
6. Понятия "психика" и "мозг" находятся в некотором соотношении. Из приведённых ниже понятий выбрать то, которое находится в том же отношении с понятием "темперамент":
  - а/ ретикулярная формация;
  - б/ лимбические образования;
  - в/ лобные доли;
  - г/ все ответы верны.
7. К предметно-содержательным характеристикам темперамента



относят такие, как:

- а/ общая активность;
- б/ интересы - мотивы;
- в/ впечатлительность;
- г/ все ответы неверны.

8. Под биологическими факторами индивидуального развития понимаются:

- а/ телесная организация;
- б/ социобиологическая программа;
- в/ программа роста;
- г/ все ответы верны.

## Задачи

### Задача 1

Как известно, психические свойства личности подразделяют на три основные группы: свойства темперамента, свойства характера и способности. Ниже приведён перечень понятий, обозначающих психические свойства личности.

Классифицируйте приведённые слова по трём группам.

Услужливый, медлительный, инициативный, честный, эгоистичный, живой, энергичный, чуткий, возбудимый, самоуверенный, осторожный, предприимчивый, хороший организатор, доброжелательный, небрежный, с чувством юмора, последовательный, недотёпа, с золотыми руками, красноречивый, с горячим сердцем, находчивый, неряшливый, ленивый, необузданный, ловкий, решительный, непоседа, спокойный, глупый, суетливый, послушный, красноречивый, пылкий, отходчивый, умный, деловой, чёрствый, горячий, трудолюбивый, остроумный, смелый, справедливый, нежный, вспыльчивый.

### Задача 2

Какие представления о темпераменте бытуют на уровне житейского сознания? Какие понятия служат в обиходе синонимами темперамента?

Когда зародилось учение о темпераменте? Сформулируйте определения темперамента:

- 1) Галлена;
- 2) Шелдона, Кречмера;
- 3) Г. Айзенка;
- 4) Кеттелла;
- 5) В.Д. Небылицина, Б.М. Теллова;
- 6) Е.Г. Ананьева, С.Л. Рубинштейна, В.Н. Мясищева;
- 7) В.М. Русалова.

Как Вы думаете, почему некоторые фамилии учёных указаны в группах?

### Задача 3

Какие прилагательные служат для описания двигательной сферы темперамента, а какие – для характеристики эмоциональной сферы?

Быстрый, подвижный, живой, резкий, вспыльчивый, вялый, импульсивный, чувственный, жизнерадостный, энергичный, заторможенный, стремительный, впечатлительный.

### Задача 4

Темперамент – это то свойство личности, которое связано с эгоистичностью. Он заинтересован в себе, озабочен собственным организмом.

Темперамент считается только с интересом индивида – стремясь к своему, оптимальному режиму существования.

Следует ли из этого описания утверждение, что человек с ярко выраженным типом темперамента – эгоист? Как взаимосвязаны темперамент и характер человека?

### Задача 5

Стендаль был участником войны 1812 г. и попал в Москву с армией Наполеона. Он выразил удивление по поводу того, что русские, живущие в стране с суровым климатом, обладают отнюдь не флегматичным темпераментом. В этом его убедила лихость московских извозчиков, а главное, тот факт, что Москва оказалась пустой.

"Исход жителей из Смоленска, Гжатска и Москвы, которую в течение двух суток покинуло всё население, представляет собой самое удивительное явление в нашем столетии; я лично испытываю одно лишь чувство уважения (...). Исчезновение жителей Москвы до такой степени не соответствует флегматическому темпераменту, что подобное событие мне кажется невозможным даже во Франции", – заключает Стендаль.

Какие признаки общежитийского представления о темпераментах содержит описание Стендаля?

## Задача 6

Определите тип темперамента (в соответствии с учением о типах нервной системы И.П.Павлова).

1. Тыниссон. "Вот там, медленно переминаясь с ноги на ногу, стоял какой-то толстощёкий крепыш и ел... Кто-то, проходя мимо, наступил ему на ногу. Но мальчуган и бровью не повёл, только буркнул: "Ну и слепая курица!" - и продолжал жевать... Нет, этот Тыниссон совсем не такой, как другие мальчишки. Во-первых, хотя бы то, что он вечно ест и никогда не шалит, а во-вторых, гляди-ка, он и сейчас не рассмеялся...

Тыниссон был тот, кто в трудном деле сначала думал, прежде чем что-либо сказать".

2. Тоотс. "Мимо него с грохотом промчался сначала один мальчик, потом другой, и началась бешеная гонка: впереди бежал перепуганный Петерсон, за ним по пятам с кровожадной гримасой Тоотс.

Сжав кулаки и угрожая беглецу, он то и дело выкрикивал на ходу: "А тебе задам! Я тебе покажу! Будешь тогда ябедничать!" Прошло несколько минут, ярость Тоотса всё остывала и остывала. Ещё секунда - и недавние враги уже торговались не на жизнь, а на смерть из-за ножики со штопором".

3. Арне. "Если бы вдруг в реке закипела вода, Арне, наверное, не так испугался, как сейчас, услышав эти слова. В первую минуту он застыл на месте, глаза его широко раскрылись, руки беспомощно повисли. Потом он чуть было не заплакал... Потом повернулся и, грустный, поплёлся домой.

Будь сейчас май, Арне знал бы что ему делать. Он пошёл бы к реке и просидел бы там до зари, слушая, как просыпаются птицы и приветствуют новый день; как с восходом солнца первый ветерок играет листвою деревьев, покрывая речку серебристой рябью".

4. Имелик. "... и прежде чем Имелик успел заметить его жест, он схватил с кровати конфеты, вытряс одну из них, застрявшую внутри, тронул несколько раз струнку и снова тихо заиграл...

Он махнул рукой и усмехнулся...

О, Исак Имелик всюду пробьётся, главное - никогда не унывать".

/ Оскар Лутс /

## Задача 7

Какой отпечаток накладывает темперамент на стиль общения (характер активности в налаживании контактов, чувствительности)?

Какие примеры классических типов темперамента приведены ниже?

А. Он почти всегда инициатор в общении, немедленно откликается на желание пообщаться со стороны другого человека, но его отношения к людям могут быть изменчивы и непостоянны. Он чувствует себя в компании незнакомых людей, как рыба в воде, и новая необычная обстановка его только возбуждает. Любовь чаще дебутирует с взрыва, с первого взгляда.

Б. Он не таков: социальные контакты он устанавливает медленно, свои чувства проявляет мало и долго не замечает, что кто-то ищет повода познакомиться с ним, зато он устойчив и постоянен в своём отношении к человеку, поэтому любит находиться в узком кругу старых знакомых, в обычной привычной обстановке. Он склонен и любовные отношения начинать с дружбы и в конце концов влюбляется, но без молниеносных метаморфоз. Его скептическая натура требует большого количества доказательств дружеских чувств.

/ По Грановской Р.М. /

В каких межличностных ситуациях по Вашему мнению, будет более успешным представитель первого типа темперамента, а в каких - второго?

Представьте, что Р<sub>1</sub> - руководитель научно-исследовательской группы. Какие коммуникативные задачи Р<sub>1</sub> бы поставили перед сотрудником с типом темперамента А, а какие - с типом темперамента Б. Почему?

## Задача 8

Определите, какие учёные разрабатывали соответствующие идеи о темпераменте (Гиппократ, В.Н.Мясищев, Шелдон, И.П.Павлов, В.Д.Небылицин, Б.Г.Ананьев, В.М.Русанов)?

1. Темперамент – надлежащее соотношение частей (соков жизни), соразмерность.

2. Разновидности темперамента связаны с определённым типом строения тела.

3. Учение о типах нервной системы: типы НС соответствуют четырём классическим типам темперамента.

4. Любое свойство темперамента находится в линейной зависимости от свойств НС.

5. Темперамент – есть объём областей свойств личности, её природная основа.

6. Темперамент – это тип НС + отношения личности + ситуационные мотивы.

7. Темперамент – четырёхуровневая система формальных поведенческих измерений, отражающих различные блоки функциональных систем в понимании П.К.Анохина.

По каким основным линиям развивалось "учение о темпераментах"? Каковы общие итоги истории развития учения о темпераменте?

#### Задача 9

Познакомьтесь с примером из книги Крута "Торопись не спеши".

Четыре усталых странника добрались к полуночи до городских ворот. Ворота заперты и стража спит. Первый сел на землю: " Вот не везёт, стоило в кои веки раз выбраться из дому, и такое невезение! Что же делать – до утра далеко, помяните меня, ещё дождь пойдёт" – пригваривал он сквозь слёзы. "Что тут ворчать, вышибем ворота, и все дела!" – горячился второй, дубася кулаком в ворота. "Друзья, сохраняйте спокойствие, что вы мечетесь, садем и подождём, летняя ночь коротка", – успокаивал полутчиков третий. "Саче: сидеть и смотреть? Рассмотрим-ка ворота поближе. Глядите, под ними большая щель. Ну-ка, посмотрим, вдруг в неё пролезем", – взял в свои руки инициативу четвёртый.

Какие эмоциональные реакции проявили странники? Чем они вызваны? Можно ли данную ситуацию охарактеризовать как ту, в которой

проявляется индивидуальный порог эмоционального реагирования? Почему?

## Задача 10

Как обладатели разных темпераментов относятся к одному и тому же событию? Вместе с А.Ф.Кони, автором работы "Память и внимание", представьте себе отношение обладателей различных типов темпераментов к одному и тому же происшествию. Какие компоненты темперамента акцентируются в данном описании?

"Трамвай наехал на переходившую рельсы женщину и причинил ей тяжкие повреждения или, быть может, самую смерть вследствие того, что она не обратила внимания на предупредительный звонок или что таковой раздался слишком поздно.

А., волнуясь, скажет: "Это была ужасная картина - раздался раздирающий крик, хлынула кровь. Мне послышался даже треск ломаемых костей, эта картина стоит перед моими глазами, преследует меня, волнуя и тревожа".

Б. скажет: "При мне вагон раздавил несчастную женщину; и вот людская судьба: быть может, она спешила к любящему мужу, к любимым детям, под семейный кров. И всё разбито, уничтожено, остались слёзы и скорбь о невозвратимой потере, и картина осиротелой семьи с болью возникает в душе".

В., волнуясь, скажет: "Раздавили женщину! Я давно говорил, что городское управление небрежно в исполнении своих обязанностей: можно ли поручать управление трамваем таким вагоновожатым, которые не умеют своевременно звонить и предупредить рассеянного или тупого на ухо прохожего. И вот результат. Судить надо за эти упущения и строго судить".

Г. скажет: "Ехал я на извозчике и вижу: стоит трамвай, около него толпа, что-то смотрят; я привстал на пролётке и вижу: лежит какая-то женщина поперёк рельсов, вероятно, наехали и раздавили. Я сел на своё место и сказал извозчику: пошёл скорее".

Какова взаимосвязь способа реагирования с темпераментом?

Представители каких типов темперамента участвовали в обсуждении происхождения?

Какие теоретические представления и каких именно концепций о темпераменте подтверждает приведённое описание?

## Задача I1

Рассмотрите основные положения, на которых строилась концепция Павлова о темпераменте. По каким положениям и в какой последовательности шёл их критический пересмотр?

1. Ключ к пониманию индивидуальных особенностей поведения животных и человека следует искать в свойствах нервной системы, а не в чём-либо другом.

2. Эти свойства нервной системы могут или, лучше сказать, должны изучаться с помощью условно-рефлекторных процедур.

3. Таких основных свойств нервной системы три: сила, уравновешенность, подвижность. Они общие и постоянные для данного животного.

4. Сочетание основных свойств образует четыре основных типа нервной системы (НС), или высшей нервной деятельности (ВНД).

5. Эти основные типы НС соответствуют четырём классическим типам темперамента, т.е. представляют собой физиологическую основу психологических портретов, описанных в рамках учения о темпераментах. Таким образом, каждому темпераменту соответствует свой стиль, своя "картина" поведения.

/ По К.Б.Гиппенрейтер /.

Сочините обзорное об основных этапах развития учения о темпераменте.

К каким выводам пришли современные исследователи в области темперамента (В.Д.Небылицин, В.М.Русалов)? Являются ли их выводы закономерным этапом развития учения о темпераменте и почему?

## Задача I2

Как Вы считаете, можно ли определить темперамент как оптимальный для человека режим существования и почему?



В каких ситуациях (обычных, экстремальных, фрустрирующих) можно определить темперамент индивида из наблюдения?

Приведите примеры собственных наблюдений.

### Задача I3

Определите противоречия в общей картине поведения животного. Подтверждают ли эти примеры тезис И.П.Павлова, что каждому типу НС соответствует свой стиль или "картина поведения"? Почему?

1. Пример поведения одной собаки. По поведению трусливое, покорное существо, при обращении к нему "стелется" по земле, взвизгивает, мочится. Таким образом - слабый тип.

Однако в станке (т.е. в лабораторных испытаниях) собака работает прекрасно, обнаруживает сильную уравновешенную нервную систему.

2. Некоторые бодрые, оживлённые и общительные животные оказывались по экспериментальным процедурам представителями слабого типа.

Как Вы считаете, правомерно ли ориентироваться в определении НС на общую картину поведения?

### Задача I4

Прочитайте отрывок из рассказа А.П.Чехова "Детвора". Дети остались вечером одни (взрослые уехали на крестины), они собрались вокруг большого стола и с азартом играют в лото на деньги; ставка - копейка.

"Самый большой азарт написан на лице Гриши... Играет он исключительно из-за денег. Не будь на блюдечке копеек, он давно бы уже спал. ... Страх, что он может не выиграть, зависть и финансовые соображения, наполняющие его стриженную голову, не дадут ему сидеть спокойно, сосредоточиться.

...  
Сестра его, Аня, девочка лет восьми, ... тоже боится, чтобы кто-нибудь не выиграл. Она краснеет, бледнеет, зорко следит за игрока-

ми. Копейки её не интересуют. Счастье в игре для неё вопрос самолюбия. Другая сестра, Соня, девочка шести лет, играет в лото ради процесса игры. По её лицу разлито умиление. Кто бы ни выиграл, она одинаково хохочет и хлопает в ладоши.

Алёша, пухлый, шаровидный карапузик ... У него ни корыстолюбия, ни самолюбия. Не гонят из-за стола, не укладывают спать - и на том спасибо. По виду он флегма, но в душе порядочная бестия. Сел он не столько для лото, сколько ради недоразумений, которые неизбежны при игре. Ужасно ему приятно; если кто ударит или обругает кого. Пятый партнёр, кухаркин сын Андрей ... К выигрышу и чужим успехам он относится безучастно, потому что весь погружён в арифметику игры, в её несложную философию; сколько на свете этом разных цифр и как это они все не перепутаются".

Какими мотивами побуждаются действия участников игры? Как через мотивы проступают личностные и возрастные особенности каждого ребёнка?

#### Задача 15

1. Вслед за Айзенком и В.М.Русаловым Вам предлагается соотнести типы, выделенные первым, с гиппократовскими типами темперамента.

К каким типам темперамента в классификации Гиппократа будут близки

- экстраверт стабильный,
- интроверт стабильный,
- интроверт лабильный,
- экстраверт лабильный?

Полным ли будет совпадение их типов?

2. Попробуйте распространить теорию функциональной системы П.К.Анохина на организацию поведения человека.

Как Вы думаете, с каким функциональным блоком в понимании П.К.Анохина можно соотнести шкалу экстраверсии - интроверсии; а шкалу нейротизма?

3. Темперамент - динамическая, но ещё и формально-динамическая система, число измерений и их содержание в которой соответствует  $4^X$  блоковой структуре функциональной системы человека.

Сравните данные понятия между собой и расклассифицируйте их на две группы. Каков критерий классификации?

Афферентный синтез, темп, пластичность, блок исполнения, эргичность, порог эмоциональной чувствительности, блок программирования, обратная связь.

Как соотносятся данные понятия между собой? Кто разработал соответствующую структуру темперамента? Назовите её основные поведенческие измерения и подизмерения.

/ По В.М.Русалову /

#### Задача 16

Как соотносятся между собой понятия "темперамент" и "характер", "темперамент" и "личность"? Что общего и в чём заключается отличие в приведённых примерах?

А. Геринг и Гиммлер были людьми разного темперамента (циклотимический и пизотимический – по классификации Кречмера). С точки зрения субъективных предпочтений тому, кому импонирует пиклотимический темперамент, должен "нравиться" Геринг, а другому – Гиммлер. Однако, с точки зрения оценки характера, им обоим присуща одна общая черта: честолюбивый садизм.

Б. При использовании понятия темперамента К.Г.Юнга, мы определяем человека как интровертированную и экстравертированную личность. Те, кто предпочитает экстравертированный тип, стремятся описывать интровертов как заторможенных аутичных невротиков; и, напротив, кто предпочитает интровертов, описывают экстравертов как поверхностных, неустойчивых и неглубоких.

В чём заключается "ошибка"? Почему противопоставление опасной личности однозначно закрепляется за разными типами темперамента?

#### Задача 17

Торможение спонтанности человека (адекватной реакции на новые условия или новой реакции на старые условия) – требует диагно-

стического выяснения его характера и психодрамотерапевтических процедур.

А, может быть, торможение спонтанности связано с темпераментальными характеристиками?

Проанализируйте структуру свойств темперамента героев следующих примеров по В.М.Русалову. Предлагается охарактеризовать их эргичность, пластичность и темп в сферах предметной и коммуникативной деятельности; а также предметную и коммуникативную эмоциональную чувствительность.

А. Н. страдает из-за недостаточного знания иностранных языков, испытывая при этом комплекс неполноценности. Этот комплекс усиливает частые посещения иностранных коллег его предприятия. Он рассказывает, как недавно при одном только виде зарубежных гостей его бросило в дрожь. Из-за всего этого он не знает, как надо себя вести. Небольшой городок, в котором он живёт, не предоставляет возможностей научиться как следует разговаривать на иностранном языке. И вообще он чувствует, что ему в этом городке тесно.

Б. Молодой человек обладал достаточным акциональным голодом, чтобы реализовать имевшуюся у него возможность изучить курс медицины, что в результате привело к появлению у него роли врача. Однако в эту роль - несмотря на свою высокую научную квалификацию - он никак не может вжиться. Ему не удаётся завоевать ни доверия пациентов, ни уважения врачебного персонала. Из-за состояния фрустрации его поведение становится всё более скованным и безразличным. В конце концов он начинает страдать от огромного нежелания работать, чувства неполноценности и т.д. Это наносит ещё больший ущерб его межличностным отношениям.

В. Молодой человек настолько идентифицировался с ролью врача, что постоянно нагружает в больнице себя всё новыми обязанностями. В конце психодраматического изображения одной из таких сцен им овладевает огромная тоска по дому и своей семье. Он стремглав бежит с работы домой. В следующей сцене становится ясно, какое большое наслаждение он получает от своей роли молодого отца семейства. Вскоре, однако, мысль о несрочной, но незавершённой работе гонит его поздно вечером назад в больницу. Он долго задерживается на работе.

Совершенно неожиданно он снова начинает тосковать по дому... Усталый и подавленный, он бредёт домой.

/ Г.Лейтц /

### Задача I8

1. Какие качества характеризуют экстравертированный психологический тип, а какие - интровертированный?

Инициативность, необщительность, склонность к самоанализу, импульсивность, беззаботность, мечтательность, социальная адаптированность, аутизм, вдумчивость, подвижность, расчётливость, заградительность поведения.

2. Используя шкалы экстраверсии - интроверсии, невротизма - стабильности, постройте профиль личности

а/ свой;

б/ товарища по группе;

в/ известных сказочных и литературных героев.

Сравните автопортрет с полученным портретом. Обсудите, в чём состоит сходство, а в чём отличие. Как Вы объясняете отличие: особенностью рефлексивных процедур, казуальными схемами и т.д.

### Задача I9

Как связаны темперамент и общие способности? Как Вы думаете, почему исследования, направленные на анализ связей между ними так немногочисленны?

Проанализируйте некоторые результаты исследований в отечественной и зарубежной психологии. Как Вы объясняете полученные в них результаты? Как Вы оцениваете их научно-практическое значение?

1. В.С.Мерлин считал темперамент и общие способности равноуровневыми психическими образованиями, которые детерминируются разными закономерностями и характеризуют соответственно динамические и содержательные качества. Он полагал, что темперамент не следует включать в структуру способностей во избежание редукционизма снизу.

2. К.К.Платонов снимает вопрос о связи темперамента и общих

способностей на поведенческом уровне, рассматривая темперамент как потенциальную способность, которая становится актуальной, проявляясь в деятельности.

3. Ещё в 60-<sup>е</sup> годы вопрос о возможной связи темперамента и общих способностей, а также некоторой общности их психофизиологических механизмов ставился представителями школы Б.М.Теплова – В.Д.Небылицина, но развёрнутого экспериментального решения не получил.

4. Как показали исследования, проведённые Э.А.Голубевой и сотрудниками, общие свойства нервной системы и типы ВНД (по схеме И.П.Павлова), лежащие в основе темперамента, связаны со специально человеческими типами ВНД, являющимися задатками общих способностей. Кроме того, В.В.Печенков и А.Кепалайте обнаружили связь между такой характеристикой темперамента, как эмоциональность, и показателями успешности выполнения задания по методике Д.Векслера.

5. Я.Стреляу утверждает, что подвижность, понимаемая как способность перехода от одного действия к другому, положительно связана с характеристиками общих способностей – гибкостью и беглостью мышления.

6. В исследованиях Г.Айзенка, Д.Саклофске и Д.Костура утверждается, что интеллект не имеет связи с такими свойствами, как интроверсия – экстраверсия, невротизм – эмоциональная стабильность. Из трёх шкал только психотизм обнаружил связь с интеллектом.

7. В исследованиях Д.Робинсона только по шкале "нейротизм" не было получено значимых корреляций со шкалами Д.Векслера.

Автор показал, что интроверты имеют преимущество при решении вербальных задач, а экстраверты успешнее в невербальных субтестах.

8. По мнению В.М.Русалова связь темперамента и общих способностей обусловлена единым для них механизмом формирования. Если темперамент – это наследственно обусловленная структура формально-динамических характеристик поведения человека, то общие способности – совокупность устойчивых динамических характеристик познавательной сферы человека, сформированных в деятельности под влиянием темпераментальных задатков. Структуру свойств темперамента образуют восемь составляющих. Шесть параметров характеризуют

формально-динамический аспект активности человека: эргичность, пластичность и темп в сферах предметной и коммуникативной деятельности. А два других отражают формально-динамический аспект эмоциональности: предметную и коммуникативную эмоциональную чувствительность. К основным свойствам общих способностей, характеризующих их психологическую сущность, относятся интеллектуальная активность (интеллектуальные эргичность, пластичность, темп) и саморегуляция.

Взаимодействие темперамента и общих способностей осуществляется через такой общий для них компонент, как активность, который, однако, имеет разное психологическое содержание на темпераментальном и интеллектуальном уровнях индивидуальности.

Исследуя взаимосвязь темперамента и общих способностей на моделях деятельности человека в детерминированной и вероятностной средах, В.М.Русалов показал, что взаимодействие темперамента и общих способностей осуществляется через темпераментальную и интеллектуальную активность. Эта связь прослеживалась как на психологическом уровне индивидуальности, так и в значительно большей степени на уровне нейродинамических процессов, которые оказывают одновременное влияние и на темпераментальную активность, и на характеристики активности общих способностей.

9. Исследование, проведенное С.И.Дудиным, подтвердило, с одной стороны, перспективность рассмотрения темперамента и общих способностей как разноуровневых структур индивидуальности, как полагал В.С.Мерлин, а с другой – тесную связь, которая обусловлена общим механизмом их формирования и развития, как считает В.М.Русалов. Список темпераментальных свойств, обнаруживших значимые связи с характеристиками интеллектуальной сферы человека значительно расширен. Подтверждено также ключевое положение специальной теории индивидуальности В.М.Русалова: в процессе своего функционирования темперамент взаимодействует с общими способностями через характеристики их активности.

/ С.И.Дудин /

Задача 20

Дайте психологический анализ процедуры проведения деловой

игры "Стресс", которая в краткой форме излагается нами по описанию В.К.Тарасова.

После краткого слова о бытовых стрессовых ситуациях ведущий произнёс:

... Вы хотя бы раз бывали в стрессовой ситуации и знаете, как на неё реагируете. Потому сами можете решить, следует ли Вам в неё попадать.

После того, как я закончу говорить, будет объявлен технический перерыв на три минуты. На это время все должны покинуть зал. Никто не может в нём остаться. А после перерыва те из вас, кто решит всё же принять участие в деловой игре "Стресс", займут свои места за столами.

При этом надо иметь в виду, что в решении уклониться от стрессовой ситуации нет ничего предосудительного... Поэтому решившие воздержаться от участия займут в зале место для зрителей и посмотрят, кто кому может завидовать: наблюдатели - участникам игры или наоборот? ... А теперь - перерыв!

Люди покинули зал и сгрудились около него. Всё, что переживает человеческая масса в условиях дефицита информации, можно наблюдать здесь. Прошло три минуты, и мы пригласили занять места... Места заняли. Из восьмидесяти участников воздержались всего шесть или семь.

... Опыт показывает, что участники по тону и неуловимым деталям в поведении ведущего угадывают, ждёт их действительно нечто необычное и неприятное или их просто запугивают.

Ведущий должен хорошо войти в роль, вместе с другими организаторами слегка "вибрировать" от волнения (... незаметно для участников в зал провели врача с аптечкой)...

Ведущий объявляет задание: за 20 минут написать законченный художественный рассказ на любую тему объемом не менее половины страницы и не более 5 страниц, плагиат (пересказ) исключается.

... Каждый раз является проблемой и то, какое задание дать тем, кто решил участвовать в игре.

Приведём ряд вариантов заданий, к которым мы прибегали на различных конкурсах:



- 1) написать художественный рассказ;
- 2) составить "Обращение к народу" - двухминутный текст выступления перед телекамерой;
- 3) дать художественную автохарактеристику со всеми плюсами и минусами;
- 4) дать характеристику любого из руководителей высшего ранга;
- 5) "съесть участника", т.е. дать одному из участников "вольный билет";
- 6) ответить на вопросы теста Равена;
- 7) написать напутственное письмо первокурсникам.

... Ведущий должен меняться на глазах аудитории, становится постепенно, по мере произнесения вступительного слова всё более жёстким, даже безжалостным. И достигать это не явными средствами, а исподволь, чтобы аудитория не могла сообразить, в какой момент и почему он так сильно изменился.

Другой важный момент - тон, манера, в которой ведущий отвечает на вопросы участников. В данном случае очень уместна манера: отвечать "мимо" обратившегося к Вам, в пространство, как если бы он, подобно Чеширскому коту, уже растаял, оставив после себя только висящий в воздухе вопрос...

Как Вы думаете, зависит ли поведение участников и ведущего от типа темперамента? Почему?

Изменяется ли понимание происходящего в зависимости от роли наблюдателя или активного участника игры?

Какие подструктуры темперамента являются "лакмусовой бумагой" в тревожной ситуации?

## Задача 31

В литературе хорошо известны попытки создания специальных опросников темперамента, опирающихся на ту или иную биологическую модель поведения.

1. Модель Айзенка Г. в опроснике темперамента (рис. 2 ) предусматривает три базальных свойства темперамента:

- 1) экстраверсия - интроверсия;
- 2) нейротизм-эмоциональная стабильность;

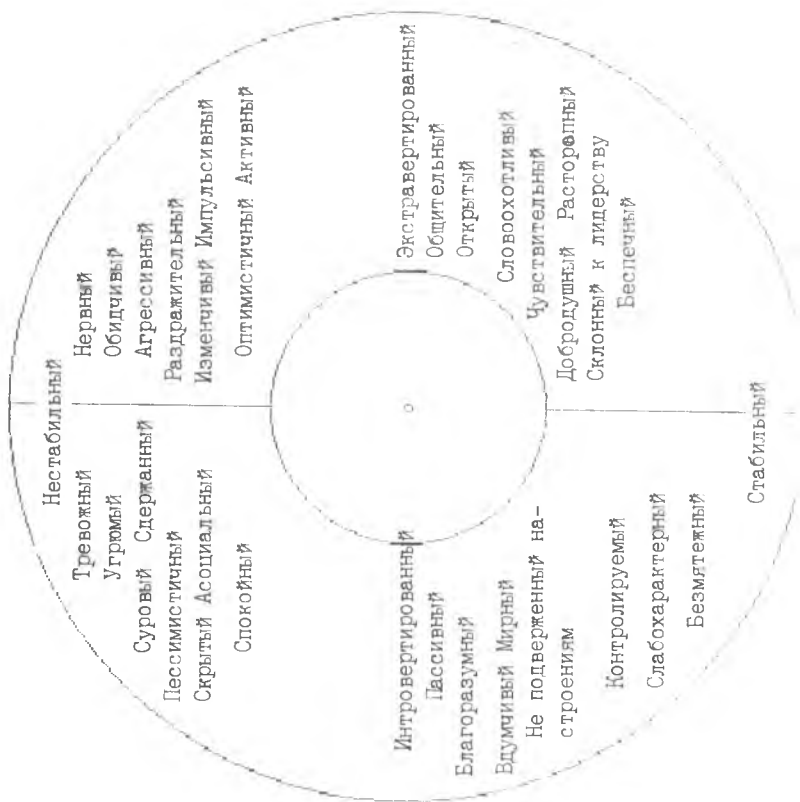


Рис. 2 Распределение черт личности в координатах осей "интроверсии-экстраверсии" и "стабильности-нестабильности". / По Айзенку /

3) психотизм - адаптивность.

2. Опросник Я.Стреляу, позволяющий оценить силу возбуждения, силу торможения и подвижность нервной системы.

3. Характерная особенность ОСТ, разработанного В.М.Русаловым - темперамент выступает не только как совокупность формальных способов деятельности и общения, но и как совокупность формальных способов их эмоционального регулирования.

Отметьте недостатки биологических моделей, на которых построены опросники Айзенка и Стреляу.

Какие из этих недостатков были преодолены в ОСТ В.М.Русалова?

## Задача 22

Познакомьтесь с двумя взаимно дополняющими направлениями исследований, сформировавшимися в рамках "биологического" подхода к изучению психологических различий полов.

I. Согласно концепции В.А.Геодакяна, дифференциация полов выступает как специализация по двум главным аспектам эволюции – сохранения и изменения генетической информации как выгодной для популяции формы информационного контакта со средой. Половой деморфизм по любому признаку (в том числе и психологическому) тесно связан с его эволюцией: появляется с её началом, сохраняется пока она идёт и исчезает, как только она кончается. Половой деморфизм является следствием не только полового, как считал Ч.Дарвин, но и любого естественного и искусственного отбора. Если по какому-либо признаку существует популяционный половой деморфизм, то в онтогенезе этот признак меняется от женской формы к мужской, т.е. женские формы признаков с возрастом должны ослабевать, а мужские – усиливаться.

Эволюционно стабильных признаков в биологии человека довольно много: многоклеточность, теплокровность, общий план строения тела и т.д. По этим признакам половой деморфизм в эволюции исчез довольно давно.

Что касается психологических признаков, то, согласно В.А.Геодакяну, здесь эволюция находится "на марше": на уровне психологических характеристик можно ожидать довольно большое количество признаков, по которым мужчины должны существенно отличаться от женщин.

Если какие-то признаки являются более выраженными у мужчин, и дисперсия этих признаков у них также более выражена, то эти признаки можно отнести к разряду начинающих эволюцию. Если дисперсия признака одинакова у мужчин и женщин, то эволюция идёт параллельно, если же дисперсия данного признака больше у женщин – это указывает на конвергентную конечную фазу эволюции: происходит сближение, "подтягивание" признака у женщин к значению данного признака у мужчин.

2. Нейроандрогенетическая теория половых различий Ли Эллиса утверждает, что половые различия в поведении обусловлены воздействием андрогенов на мозговые структуры. Показано, что половые гормоны влияют на мозг в две стадии. Первая – так называемая "организационная" – имеет место во время беременности, вторая – "активационная" стадия – начинается в период полового созревания.

На основе анализа исследований, в которых подтверждается приоритет биологических факторов в происхождении психологических половых различий, Ли Эллис выделяет 12 устойчивых поведенческих различий, которые связаны с мужским полом, т.е. находятся под андрогенетическим контролем:

- 1) наступательное эротическое поведение;
- 2) агрессивное поведение;
- 3) пространственная ориентация;
- 4) территориальное поведение;
- 5) выносливость к боли;
- 6) медленное усвоение оборонительных условных рефлексов;
- 7) слабое проявление эмоциональных реакций в ответ на угрозу;
- 8) настойчивость, или персистентность при выполнении задания без подкрепления;
- 9) слабая связь с ближайшими родственниками;
- 10) периферизация (тяга к созданию "групп" у подростков);
- 11) поиск приключений, новых и сложных раздражителей;
- 12) "хищническое" поведение, связанное с охотой.

Итак, если первый подход объясняет в наиболее общем виде причины половой дифференциации, эволюцию и темпы половых различий, то второй предлагает конкретные механизмы формирования этих различий.

В.М.Русалов полагает, что удачной территорией, на которой они могут встретиться, является изучение половых различий в сфере темперамента человека. Почему он так считает? Приведите по меньшей мере три довода в пользу его точки зрения.

Как Вы думаете, может ли ответить теория В.А.Геодакяна на такие вопросы: Какие именно свойства темперамента будут более выражены у мужчин, а какие – у женщин;

какие признаки темперамента станут более эволюционирующими, а какие – менее? Может ли ответить на эти вопросы теория Ли Эллиса?

Какие гипотезы относительно того, какие именно признаки темперамента чаще выражены у мужчин по сравнению с женщинами Вы можете сформулировать исходя из общебиологической теории дифференциации полов В.А.Геодакяна и нейроандрогенетической теории Ли Эллиса?

### Задача 23

Чем обусловлены половые различия у людей в сфере психики? Обобщите результаты экспериментальных исследований половых различий.

Психологические проявления половых различий были обнаружены фактически с самого зарождения экспериментальной психологии.

1. К.Макнемар установил, что девочки обладают более развитыми эстетическими вкусами, у них лучше развита речь, более тонкая координация, в то время как мальчики обладают лучшими механическими и математическими способностями.

2. Джон Р.Кобсон, Р.Джон Хавигхурст и Ф.Н.Бриз показали, что у девочек по сравнению с мальчиками более выражена беглость речи.

3. Н.Марш, Дж.Антилл, Дж.Куннингам показали, что женщины более воспитуемы, адаптивны, обучаемы, у них выше уровень социальной желательности, в то время как мужчины – чаще более находчивы, сообразительны, изобретательны.

Показано, что мужчины предпочитают и решают лучше новые задачи, которые предъявляют максимальные требования к новаторству и минимальные – к совершенству решения.

4. Женщины предпочитают и успешнее решают задачи стереотипные, требующие минимум новаторства, но максимально долго высокого ритма, они чаще подвергаются нервно-психическим расстройствам в тех видах работы, которые требуют стереотипных, однотипных форм поведения.

/ С.Бенбоу, Р.Бартон, С.Факлин и др. /

5. Все виды новых профессий, новые виды игр, спорта, хобби и т.д. в начале осваиваются мужчинами, а только потом женщинами. Известно, что среди композиторов и исполнителей, режиссёров и актёров, даже среди визажистов в прошлые века да и сейчас, наблюдается разное соотношение полов.

6. Особенно яркие отличия проявляются в психомоторике, что находит своё выражение в почерке. Так, у женщин почерк правильный, единообразный, точный, красивый, стандартный, симметричный, в то время как у мужчин неправильный, неравномерный, размашистый, некрасивый, ошибочный, индивидуально оригинальный и т.д.

/ К.Диукс и др. /

7. В исследовании Ч.М.Русалова у 773 студентов (241 – мужчины, 532 – женщины в возрасте 18–25 лет) изучались половые различия в структуре темперамента, измеряемого с помощью метода ОСТ, разработанного автором. Оказалось, что по трём шкалам (эргичность, пластичность, темп) средние значения существенно выше у мужчин, по трём другим (социальная пластичность, эмоциональность и социальная эмоциональность) – у женщин. По шкалам социальной эргичности и социальному темпу существенных различий между мужчинами и женщинами не обнаружено.

Как Вы полагаете, есть ли практическая необходимость отличать собственно половые различия (т.е. различия биологически обусловленные, например, в структуре темперамента), и различия в поло-ролевом поведении?

Как можно объяснить психологические различия полов с точки зрения общепсихологической теории дифференциации полов В.А.Геодакяна и с точки зрения нейроэндокринологической теории этиологии половых различий, развиваемой Ли Эллисом? Известны ли Вам исследования в области дифференциальной психологии, где данные подходы были бы объединены?

Какое значение имеют половые различия в сфере темперамента и как они могут быть учтены в системе психодиагностики, в педагогической, правовой и других сферах практики?

#### Задача 24

Как Вы считаете, можно ли описанные обусловленности поведения ребёнка отнести к темпераментальным? Почему? Обоснуйте свой ответ.

А. Период новорожденности на соматическом уровне характери-

зуются перестройкой всех систем с целью адаптации к новой среде: появляется желтушность, потеря в весе.

Восстановление веса происходит неравномерно:

а/ у одной группы детей имеет место до 3/4 потери в весе; восстанавливается в течение 3 дней, проявляется повышенный тонус, более высокие темпы развития;

б/ у другой группы детей отмечается 5/6 потери в весе, которые восстанавливаются в течение 7 дней.

Б. Уровень активности у разных детей может существенно различаться. Уже в первые месяцы жизни дети обнаруживают различный уровень общей двигательной и, что особенно важно, ориентировочной активности.

Одни дети жадно ищут, "ловят" впечатления, другие остаются сравнительно безучастными.

В. Дети гораздо в большей степени подвержены переменам настроения, чем взрослые. Их легко развеселить, но ещё легче огорчить или обидеть. Поэтому они способны пережить целую гамму чувств и волнений за необычайно короткий промежуток времени. Ребёнок, который катался по полу от смеха, может внезапно расплакаться или прийти в отчаяние, а минуту спустя, с ещё не высохшими глазами, опять заразительно смеяться.

Г. В семье, где частые скандалы, к ребёнку предъявляются чрезмерно суровые требования, дети бывают чрезмерно подвижны: у них часто меняется настроение, они сосут пальцы, грызут ногти, плохо спят, часто мочатся в постель.

Д. Энергичных, общительных родителей может раздражать их вялый, пассивный ребёнок, и, напротив, спокойную, уравновешенную маму может утомить чрезмерная подвижность и непоседливость её малыша.

В чём отличие активности ребёнка от реактивности и двигательной расторможенности?

Передаётся ли темперамент по наследству? Какое значение для коррекции детско-родительских отношений имеет согласование темпо-



ритмических характеристик поведения?

Укажите на основные отличия проявления темперамента в детском и во взрослом периодах?

В каких случаях родителей всерьёз тревожит живость или пассивность детей?

Какие рекомендации Вы бы дали родителям по воспитанию таких детей?

## Задача 25

Познакомьтесь с результатами экспериментальных исследований темперамента шестилеток.

А. Белорусский психолог Л.А.Вяткина изучала, как общаются в ролевых играх дети с преобладанием интроверсии (меланхолики, флегматики). В ходе эксперимента удалось выделить некоторые особенности их стиля общения. Оказалось, что экстраверты более инициативны в начальной, организующей фазе игры, обсуждении при выборе темы, распределении ролей и выборе собственной роли. Интроверты же чаще "общаются" с игровыми атрибутами, "обращаются" к игрушке, спрашивают других, что делать дальше, планируют свои действия без побуждений со стороны других детей, чаще проговаривают, что они делают, какие игровые действия выполняют.

Б. У ста шестилеток из десяти детских садов изучались динамические показатели тревожности (эмоционально окрашенное ожидание неблагоприятного исхода в разнообразных ситуациях) по отношению к учебной и трудовой деятельности, к общению со сверстниками и взрослыми. Как оценить тревожность?

Учёные пришли к выводу, что её нельзя рассматривать однозначно только как тормозящее явление.

В. Экспериментальное изучение, проведённое Т.И.Чирковой, показало, что тревожность может явиться и условием, которое будет стимулировать активность, саморегуляцию деятельности ребёнка.

Оказалось, например, что детям-меланхоликам свойственна аритмия деятельности, высокая чувствительность к допущенным ошибкам

и в то же время высокий уровень самоконтроля. Это обеспечивает достаточно высокую продуктивность, качество работы.

Вместе с тем обнаружено, что у некоторых нетревожных, беспечных шестилетних детей эффективность деятельности была низкой.

Выявленные в данном исследовании повышенная чувствительность к оценке и способность к высокому самоконтролю у тревожных меланхоликов, обеспечивающие в значительной степени их высокую обучаемость, были обнаружены у первоклассников.

/ По Я.Л.Коломинскому, Е.А.Панько /.

Какие педагогические выводы по адаптации детей к школьному обучению, общению со сверстниками и учителем Вы можете сформулировать?

Какие рекомендации по индивидуально-психологическому подходу к детям с учётом показателей темперамента Вы можете высказать?

## Задача 26

Рассмотрим некоторые зарубежные методики оценки темперамента по возрастному принципу.

### А. "День младенца".

Методика предложена известным французским исследователем Женевиев де Галегеер. Направлена на выявление темперамента на самых ранних стадиях развития человека: от года до 36 месяцев. С её помощью оцениваются 4 темпераментальные шкалы:

- 1 - напряжение,
- 2 - контроль,
- 3 - ориентация,
- 4 - настроение.

В настоящее время получены нормы.

Каким образом, по каким поведенческим параметрам можно оценить у младенца темпераментальные шкалы?

### Б. "Опросник поведения малыша".

Автор методики - Килл Голдсмит. Методика позволяет оценить

5 устойчивых черт поведения ребёнка:

- 1) пугливость;
- 2) злость;
- 3) радость;
- 4) настойчивость;
- 5) активность.

Методика рассчитана на детей 2-5 лет.

#### В. "Опросник поведения детей".

Разработан известным американским исследователем М. Ротбарт. Методика, ориентировочно рассчитанная на детей от 3 до 12 лет, позволяет оценить 19 параметров, относящихся, по мнению автора, к категории темперамента:

- 1) уровень активности;
- 2) злость;
- 3) приближение;
- 4) фокусирующее внимание;
- 5) переключение;
- 6) дискомфорт;
- 7) слабое удовольствие;
- 8) печаль;
- 9) улыбку и смех.

Отсутствуют какие-либо психометрические данные о надёжности, норме,

#### Г. "Комплексный опросник Гилфорда-Циммермана".

Это известная классическая методика, которая позволяет оценить темперамент подростков и взрослых от 13 до 60 лет.

Методика включает 10 темпераментальных шкал:

- 1) общую активность;
- 2) сдержанность;
- 3) доминантность;
- 4) социальность;
- 5) эмоциональную стабильность;
- 6) объективность;
- 7) дружелюбие;
- 8) задумчивость;

9) личные отношения;

10) маскулинность.

Имеет все необходимые психометрические характеристики: надёжность, валидность, половые различия и норму.

Постарайтесь воспроизвести примерные теоретические концепции, которые положены в основу построения методики. Какие темпераментальные шкалы измеряют "динамические аспекты" поведения, а какие - эмоциональность?

Какие методики делают больший акцент на исследование "предельно формальных" особенностей поведения, а какие - на "содержательные" психические свойства? Не дублируют ли некоторые шкалы друг друга?

Как авторы методик реализуют возрастной переход при построении методик?

#### Задача 27

Укажите те особенности поведения, которые обусловлены темпераментом, и те, которые обусловлены мотивацией.

По каким признакам это можно установить?

У детей старшего дошкольного возраста холерического темперамента при выполнении различных трудовых заданий могут проявляться следующие особенности поведения:

а/ они невнимательны при объяснении задания, даже тогда, когда интересно;

б/ часто не выслушивают объяснения до конца и приступают к работе;

в/ при неудачах бывают срывы: дети рвут тетради, бросают работу, когда что-нибудь не получается;

г/ в новых заданиях с красочным материалом при объяснении внимательно следят за каждым движением воспитателя;

д/ в работах соревновательного характера проявляют терпение и настойчивость при неудачах;

е/ в однообразной работе проявляют торопливость, неряшливость, неаккуратность.

/ По В.С.Мерлину /

Определите, с каком из описанных случаев наблюдается маскировка и в каком – изменение свойств темперамента.

Если наблюдается маскировка, то в чём в данном случае маскируются свойства темперамента – возрастными особенностями, мотивами или функциональными состояниями нервной системы?

Дайте обоснование своего ответа.

А. Пётр М. в детстве отличался спокойным, уравновешенным темпераментом. Был сдержан, терпелив, настойчив. В младших классах учился хорошо. Изменения в поведении стали наблюдаться с 12 лет: часто срывался, грубил учителю, отцу, чего раньше никогда не бывало. Разорвал тетрадь "от злости, что задача не получается". Резок, нетерпелив, раздражителен, часто ссорился с товарищами. Указанные изменения наблюдались в течение четырёх лет в разных ситуациях семейной и школьной жизни. В IX классе он стал спокойнее, сдержаннее. Школу окончил хорошо.

Б. Александр В. в раннем детстве перенёс тяжёлую болезнь. До заболевания, по словам родителей, отличался спокойным и бодрым настроением и вполне уравновешенным поведением. После заболевания замедлилось физическое развитие и резко изменилось поведение – появились нервозность, повышенная возбудимость, а в подростковом возрасте – резкость, раздражительность, грубость. Эти проявления наблюдались в самых различных ситуациях семейной и школьной жизни при различных мотивах и отношениях личности. В 16 лет поведение снова приобрело уравновешенный характер.

/ По И.М.Палеев /

В. В детстве Тося А. отличалась настойчивым и агрессивным поведением. Крайне несдержанная и неприветливая, она вызывала постоянные порекания учителей и товарищей, хотя училась хорошо. Когда девочка училась в VII классе, семья сменила место жительства. В новой школе Тося была избрана в учком. С большой ответственностью отнеслась она к поручению. Поведение её изменилось. В учебной и общественной работе Тося проявляла большую активность и настойчивость. С завидным терпением и сдержанностью работала с подшефными

мальчиками. Изменения в поведении были устойчивы и наблюдались в течение всех последующих лет обучения в школе. Вспыльчивость и несдержанность проявлялись только дома по отношению к родителям, чрезмерно опекавшим девочку.

/ По А.И.Ильиной /.

Г. Игорь М. в подростковом возрасте пережил конфликт в связи с разрушением семьи. До этого мальчик отличался спокойным, бодрым, жизнерадостным настроением, был вполне эмоционально уравновешенным, сдержанным. В результате конфликта стала наблюдаться повышенная раздражительность, капризность. Мать говорит, что с Игорем дома трудно сладить. Для него характерны срывы в поведении. Когда в X классе у него начались неудачи в школе, он совсем вышел из равновесия и устраивал дома скандалы по пустякам. В школе он вёл себя более уравновешенно, но и тут наблюдались "взрывы".

/ По И.М.Палеев /.

### Задача 39

Как индивидуально-устойчивые свойства личности влияют на эффективность деятельности? Какое практическое значение имеет экспериментальное исследование взаимосвязи свойств личности нескольких человек (например, операторов), работающих вместе, с успешностью их деятельности?

Как Вы думаете, почему является распространённым мнение, что показатели темперамента оказывают влияние только на динамику деятельности (скорость, интенсивность, темп и др.), а не на её конечный результат?

Поиску ответов на поставленные вопросы было посвящено исследование В.М.Русалова. Эффективность вероятностного прогнозирования у операторов с разным типом личностных базальных свойств была несколько отличной:

1. В ситуации индивидуальной деятельности лучше всех (68,7%) прогнозировали интроверты лабильные; затем (68,5%) экстраверты лабильные и интроверты стабильные.

2. В невербальной ситуации взаимного наблюдения на первом месте по прогнозированию (75,9%) были экстраверты лабильные, затем

(75.6%) эстраверты стабильные и интроверты стабильные, а наихудшие результаты (74.5%) были у испытуемых с типом личности интроверты лабильные.

3. В ситуации вербального общения и взаимобмена информацией эффективность прогнозирования также намного выше, чем в индивидуальной ситуации, однако достоверное повышение эффективности было у операторов с выраженными чертами эмоциональной устойчивости (у экстравертов стабильных и интровертов стабильных).

Можно ли утверждать, что в ситуации совместной деятельности за счёт взаимного стимулирования (эмоциональной активации, увеличения объёма памяти, взаимного обмена информацией) независимо от характера взаимодействия отличается повышение эффективности? Почему?

Как соотносятся формально-динамические и содержательные характеристики психики человека в индивидуальной и совместной деятельности?

Какие перспективы в исследованиях по дифференциальной психологии открывают экспериментальные результаты В.М.Русалова?

### Задача 30

Зависит ли успешность вероятностного прогнозирования в совместной деятельности от типа личности партнёра? В исследовании В.М.Русалова было установлено, что:

1) сангвиник несколько лучше прогнозирует, если его партнёром является меланхолик или холерик. Но если его партнёром является флегматик или (особенно) сангвиник, то эффективность в совместной деятельности растёт несколько меньше по сравнению с индивидуальной деятельностью.

2) Холерики в значительно большей степени повышают свою эффективность, если они работают совместно с флегматиками и меланхоликами, но это повышение несколько ниже, если их партнёрами являются сангвиники или (особенно) холерики.

3) Меланхолики улучшают свои показатели прогнозирования в большей степени тогда, когда с ними в диаде работают сангвиники или холерики, однако улучшение эффективности несколько ниже, если

их напарниками являются флегматики или (особенно) меланхолики.

4) На флегматиков оказывает благотворное влияние напарники с тем же (т.е. флегматики) или противоположным типом (т.е. холерики). В случае, если флегматики работают с меланхоликами или сангвиниками, то улучшение эффективности прогнозирования наблюдается в меньшей степени.

Какой тип личности и при каком типе взаимодействия улучшает показатели прогнозирования при взаимодействии со сходной структурой личности?

Испытуемые какого типа особенно чувствительны к структуре личности партнера?

В каких случаях эффективность прогнозирования в совместной деятельности в целом повышается?

Какая форма совместной деятельности более благоприятна для повышения эффективности прогнозирования?

Может ли служить ситуация вероятностного прогнозирования моделью для психолога? Почему?

### Задача 31

Опираясь на концепцию К. К. Платонова о динамической функциональной структуре личности, В. А. Васильев, с помощью специально разработанного методического аппарата, систематизировал наиболее информативные свойства личности пострадавшей, предрасполагающие к совершению с ней насильственных действий.

А. Например, Людмила Т., 14 лет. Вечером, гуляя с подругой по поселку, познакомилась с тремя военнослужащими, которые завели её в лес и изнасиловали в извращённой форме. Девочка вернулась домой, легла спать, скрыла от родителей случившееся, поделилась с подругой, которая рассказала своим родителям, и в результате было возбуждено уголовное дело. У подэкспертной были выявлены низкий уровень психической адаптации, высокая степень фрустрационной напряжённости личности. Выявлены стойкие личностные особенности, снижающие пороги фрустрации: высокая степень конформности, низкий самоконтроль, эмоциональная неустойчивость. Высокие показатели по



фактору тревожности свидетельствуют о доминировании тревожно-депрессивного фона настроения, недооценка своих возможностей, склонность к самоупрекам. На следствии девочка была замкнута, обвиняла в случившемся себя, проявляла негативизм к интересующим следствие обстоятельствам.

Б. Елена К., 14 лет, поздно вечером возвращалась из города в спортивный лагерь по шоссе. Водитель "Москвича" предложил её подвезти. Девушка охотно согласилась. По дороге слушали музыку, разговаривали, курили. В двух километрах от лагеря водитель остановил машину и изнасиловал девушку. До лагеря она добралась пешком ночью, легла спать, никому не рассказала о случившемся. Через месяц поделилась с подругой, пошла на обследование к гинекологу в связи с появлением на венерическое заболевание. После осмотра гинеколога обратилась в милицию.

В. Оксана М., 12 лет, после переезда родителей в другой город поступила в школу, где чувствовала себя поначалу очень скованно, одноклассники относились к ней недружелюбно. В связи с этим девочка испытала дискомфорт, переживала негативное отношение одноклассников, пыталась утвердить себя в классе распространением порнографических открыток, рассказами о своих "былых похождениях". Этим вызвала интерес у мальчиков старших классов, с одним из них вступила в интимные отношения, затем по его настоятельной просьбе вступила в половые контакты с его друзьями. На протяжении года мальчики преследовали пострадавшую, в случае отказа избивали её. Девочка рассказала о случившемся матери, и было возбуждено уголовное дело.

Выделите наиболее существенные, базальные и программирующие компоненты личности пострадавших. Каково место и роль биопсихических и индивидуально-типологических характеристик?

Комплексы каких экстенсивных и интенсивных методов предполагается применить в полях психодиагностики и психокоррекции пострадавших?

## Упражнения

### I. Измерение индивидуальных особенностей темперамента.

Для выполнения упражнения предлагается определить (см. рис. 3 ):

а/ "Я скорее интровертированный, т.е. мне в определённой степени свойственны необщительность, замкнутость, склонность к углубленному самоанализу, к выполнению действий в медленном темпе" или "Я скорее экстравертированный, т.е. мне свойственны повышенная общительность, открытость внутреннего мира, интерес к другим людям, склонность к выполнению действий в быстром темпе";

б/ "Я скорее устойчивый, т.е. мне в определённой степени свойственны уравновешенность и слабое реагирование на несовпадение полученного результат деятельности с ожидаемым" или "Я скорее неустойчивый, т.е. мне в определённой степени свойственны неуравновешенность и острое реагирование на несовпадение полученного результата деятельности с ожидаемым", или "Я нечто среднее между устойчивым и неустойчивым".

Теперь можно провести через точки - значения перпендикулярно осям (интровертированности -экстравертированности, устойчивости - неустойчивости) прямые и на их пересечении получить искомое значение, по которому можно судить об индивидуальных особенностях темперамента. При этом, во-первых, можно конкретизировать зону совместимости "резонансного" типа. В неё войдут собственный и смежный подтипы. Например, если конкретное значение оказалось в рационально-действенной модальности, в секторе, соответствующем подтипу "поддающийся настроениям", то смежными с ним окажутся подтипы "возбуждаемый" и "импульсивный". Поэтому для деятельности и поведения, которые требуют наращивания совместных усилий, будут показаны лица с аналогичными чертами.

Во-вторых, можно конкретизировать зону совместимости по принципу дополнительности. Так, в деятельности и поведении, требующих стабильности и уравновешенности, эффективнее будет взаимодействие

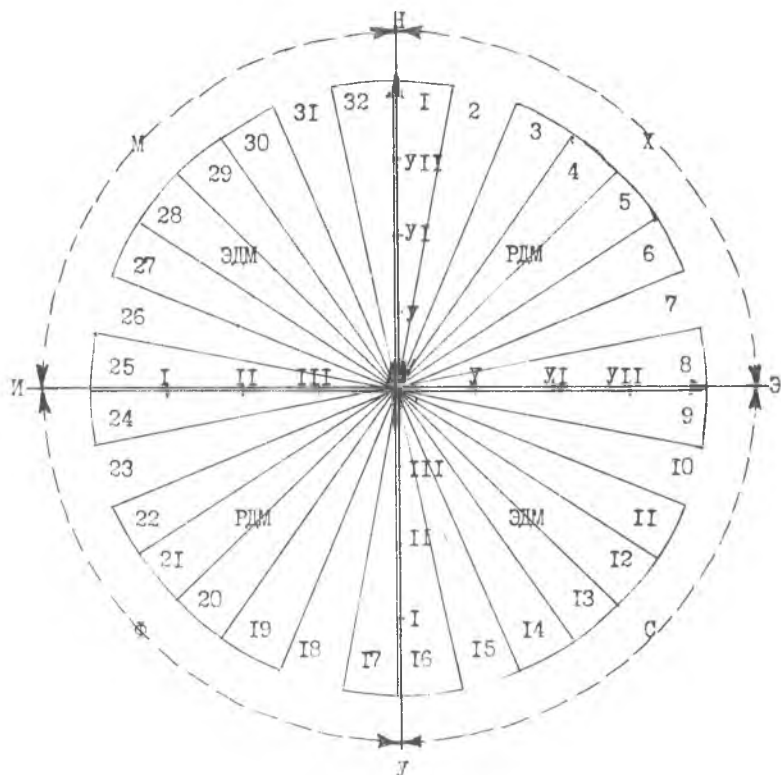


Рис. 3

Арабскими цифрами обозначены особенности деятельности и по-

ведения, характерные для подтипов темперамента:

- |                        |                              |                     |
|------------------------|------------------------------|---------------------|
| 1 -- обидчивый;        | 2 - беспокойный;             | 3 - агрессивный;    |
| 4 - возбудимый;        | 5 - поддающийся настроениям; |                     |
| 6 - импульсивный;      | 7 - оптимистический;         | 8 - активный;       |
| 9 - общительный;       | 10 - открытый;               | 11 - разговорчивый; |
| 12 - доступный;        | 13 - живой;                  | 14 - беззаботный;   |
| 15 - любящий удобства; | 16 - инициативный;           | 17 - спокойный;     |
| 18 - размеренный;      | 19 - надменный;              | 20 - направленный;  |
| 21 - миролюбивый;      | 22 - вдумчивый;              | 23 - старательный;  |
| 24 - пассивный;        | 25 - необщительный;          | 26 - сдержанный;    |
| 27 - пессимистический; | 28 - трезвый;                | 29 - ригидный;      |
| 30 - неподатливый;     | 31 - тревожный;              | 32 - раздражённый.  |

с лицами той же модальности, но уже противоположного по свойствам темперамента. Для приведенного выше примера это будут флегматики, которым свойственны миролюбие, вдумчивость и направленность. Указанные свойства позволяют использовать избыточную активность, обусловленную экстравертированностью холерического темперамента, для компенсации (преодоления) в той же мере выраженную избыточную инертность, присущую интровертированности флегматического темперамента. Именно эти свойства способствуют большему успеху в роли "ведущего" для экстравертированных лиц, в роли "ведомого" для интровертированных. Благодаря этому повышается адекватность взаимодействия требованиям деятельности и поведения.

## II. Измерение индивидуальных особенностей поведенческого акта.

Для выполнения упражнения предлагается определить по семи-балльной системе и отметить "собственное положение" на каждой шкале соответствующего блока (рис. 4 ).

Шкала I.1: "Я включаюсь в предметную деятельность скорее энергично" - выше 4-х баллов, "Я включаюсь в предметную деятельность скорее с прохладцей" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственны: **желания** в свободное время заняться чем-либо; **потребность** в работе, требующей полной отдачи сил.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: **предпочтение** несложным делам (не требующим затрат большого количества энергии); **желание** работать без особого напряжения.

Шкала I.2: "Я включаюсь в общение скорее энергично" - выше 4-х баллов, "Я включаюсь в общение скорее с прохладцей" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственна способность свободно держаться в большой компании, легко общаться с разными людьми.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: **обособленность** на вечеринках или в компаниях; **желание** подолгу бывать наедине с собой.

Шкала 2.1: "Я программирую собственную предметную деятельность и поведение пластично и изобретательно" - выше 4-х баллов, "Я программирую собственные предметную деятельность и поведение жестко и просто" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственна способность легко находить другие варианты решения известной задачи, легко **генерировать** новые идеи, связанные с работой.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: **предпочтение** выполнению только одной операции; **затруднение** при переключении внимания с одного дела на другое.

Баллы	I		2		3		4	
	I.1	I.2	2.1	2.2	3.1	3.2	4.1	4.2
7	+	+	+	+	+	+	+	+
6	+	+	+	+	+	+	+	+
5	+	+	+	+	+	+	+	+
4	---	---	---	---	---	---	---	---
3	+	+	+	+	+	+	+	+
2	+	+	+	+	+	+	+	+
I	+	+	+	+	+	+	+	+

Рис. 4

Шкала 2.2: "Я программирую собственные коммуникацию и поведение пластично и изобретательно" - выше 4-х баллов, "Я программирую собственные коммуникацию и поведение жестко и более просто" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственно желание высказывать своё первое впечатление без особых раздумий, задавать цекотливый вопрос другому человеку без долгих размышлений.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: потребность мысленно долго готовиться перед тем, как высказать своё мнение; способность легко удерживаться от высказывания неожиданно возникшей идеи.

Шкала 3.1: "В предметной деятельности я выполняю действия в быстром темпе" - выше 4-х баллов, "В предметной деятельности я выполняю действия в медленном темпе" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственно: получать удовольствие от быстрых движений; охотно выполнять работу в высоком темпе.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерно: любить сидячую работу; предпочитать работать медленно.

Шкала 3.2: "В коммуникации я выполняю действия в быстром темпе" - выше 4-х баллов, "В коммуникации я выполняю действия в медленном темпе" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственны: способность говорить свободно, без запинок; разговорчивость.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: склонность говорить медленно и неторопливо; усталость, когда приходится говорить долго.

Шкала 4.1: "Я очень остро реагирую на несовпадение полученного результата предметной деятельности с ожидаемым" - выше 4-х баллов, "Я очень слабо реагирую на несовпадение полученного результата предметной деятельности с ожидаемым" - ниже 4-х баллов

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственны: чувство тревоги (как правило) от того, что выполнил работу не так, как нужно; склонность преувеличивать в своём воображении неудачи,

связанные с работой.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: отсутствие волнения из-за ошибок, допускаемых в работе; спокойное отношение к неполадкам на работе.

Шкала 4.2: "Я очень остро реагирую на несовпадение полученного результата общения с ожидаемым" - выше 4-х баллов, "Я очень слабо реагирую на несовпадение полученного результата общения с ожидаемым" - ниже 4-х баллов.

При значениях выше 4-х баллов человеку свойственны: ранимость; склонность легко обижаться, когда близкие люди указывают на его недостатки.

При значениях ниже 4-х баллов для человека характерны: отсутствие чувства неуверенности в себе при общении с другими людьми; отсутствие потребности в людях, которые бы ободрили и утешили.

Соединив точки-значения, которые Вы получили на шкалах I.1, 2.1, 3.1, 4.1, получим тенденцию, отражающую собственную предрасположенность к роли "ведущего" или "ведомого" в предметной деятельности. А проведя линии через точки-значения на шкалах I.2, 2.2, 3.2, 4.2, мы получим такую же тенденцию, но только для социальной деятельности (общения). При этом, если в блоках I-3 соединительная линия располагается выше линии 4-х баллов, то и в предметной деятельности, и в общении мы можем брать на себя роль "ведущего". В случае же расположения линии ниже линии 4-х баллов нам будет более подходить роль "ведомого".

Когда в каком-либо из блоков точка-значение полярна значениям в двух других блоках, это свидетельствует о том, что именно для этого фрагмента поведенческого акта будет органичнее роль противоположного содержания.

Если в блоке 4 точка-значение расположена выше линии 4-х баллов, при программировании предполагаемого результата необходимо предусматривать "вилку", т.е. искусственно расширять диапазон его приемлемости, и тем самым уменьшать вероятность несовпадения предполагаемого результата с запрограммированным. Если же точка-значение расположена ниже линии 4-х баллов, то больше внимания следует уделить проектированию необходимых и достаточных "параметров" предполагаемого результата.

/ П.Анохин, В.Русалов, К.Судаков /.



## РАЗДЕЛ IV ХАРАКТЕР

### Заполнить пробелы.

1. В отечественной психологии характер определяется как совокупность ..... свойств индивида, в которых выражаются способности его ..... и способы ..... реагирования.
2. Свойства характера можно отнести к ..... особенностям поведения.
3. Черты ..... отражают то, ..... действует человек, а черты личности - то, ..... он действует.
4. З. Фрейд интерпретировал ..... природу черт характера как проявления ..... источника.
5. Главное отличие теории характера ..... от теории ..... в том, что основа ..... заключается не в типах организации либидо, а в типах ..... к миру.
6. .... определяет характер как относительно постоянную форму, в которой ..... энергия человека в процессах ..... и .....
7. Характер имеет различную степень выраженности : ..... характеры, ..... характеры и .....
8. .... - своеобразные заострения характера подразделяются на ..... и .....
9. Акцентуированные характеры отличаются от психопатии по критериям .....
10. .... в книге "Клиника психопатий, их статистика, динамика, систематика" описал два вида .....
11. Первый тип психопатий принадлежит к ..... группе, которая включает две разновидности: ..... и .....
12. Общие свойства представителей астенической группы - ..... и .....
13. П. Б. Ганнушкин описал другой тип психопатий - ....., физиологическую основу которого составляют сила ..... и ..... процессов.

14. .... - крайние варианты нормальных характеров.

15. А. Е. Личко ввёл понятие ..... характера, а также дал описание этих мест применительно к каждому типу.

16. .... выделяет следующие типы акцентуаций:  
.....  
.....  
..... и .....

17. В ..... проявляется типичность, и, следовательно, закономерность ..... определённых черт характера с определёнными .....

### Верно или неверно?

1. Характер – совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении.

2. В характере его индивидуальное своеобразие, порождаемое неповторимыми ситуациями социализации, вступает в противоречие с социально-типическим.

3. Э. Кречмер рассматривал характер в связи со строением тела как психическую конституцию человека, соответствующую его соматической (телесной) конституции.

4. В психоанализе образование типов характера рассматривается как результат напряжённой работы человека по разрешению конфликтных ситуаций.

5. Изучение характера не связано с изучением сил, "мотивирующих поступки людей"; то, как человек действует, чувствует, думает, определяется не спецификой его характера, а является результатом рациональных ответов на ситуацию.

6. По Г. Салливану, социальный характер содержит выборку черт, которые образуют структуру личности, существенное ядро структуры характера большинства членов группы.

7. С характером рождаются, а личностью становятся.

8. Одни черты характера индивида выступают как ведущие, другие как второстепенные; они могут и гармонизировать и резко контрастировать между собой, что образует цельные или противоречивые характеры.

9. В "типах характеров" проявляется типичность, закономерность сочетания: определённых черт характера с определёнными чертами личности, так что можно говорить о "личностно-характерологических типах".

10. С развитием личности человек начинает действовать более нормативно: личность в своём развитии "снимает" характер.

11. Так как поведение относительно образом определяется характером человека, то при изменениях характера оно остаётся неизменным.

Выбрать правильный ответ.

1. В отношении характера используются такие прилагательные, как:

- а/ "высокий";
- б/ "жёсткий";
- в/ "выдающийся";
- г/ все ответы верны.

2. Э. Кречмер объяснил характер - психическую конституцию человека:

- а/ эндокринными факторами;
- б/ социальными;
- в/ наследственно-приобретёнными.
- г/ Все ответы неверны.

3. Э. Фрейд полагал, что энергетическим источником характера являются:

- а/ динамические тенденции;
- б/ чувствования;
- в/ сексуальные побуждения.
- г/ Все ответы неверны.

4. Различные черты характера Э. Фрейд объяснял, как:

- а/ "реактивные образования" против сексуальных побуждений;

б/ сопротивления;

в/ "сублимацию".

г/ Все ответы верны.

5. В процессе социализации развиваются следующие виды межличностных отношений:

а/ симбиотические отношения;

б/ отчуждённость;

в/ разрушение;

г/ любовь.

д/ Все ответы верны.

6. Э. Фромм определяет характер, как форму, в которой канализируется энергия человека в процессах

а/ приобретения и потребления вещей;

б/ установления отношений с другими людьми;

в/ установления отношений с самим собой.

г/ Все ответы верны.

7. Э. Фромм выделяет в качестве функции характера:

а/ биологическую функцию;

б/ установочную функцию;

в/ функцию гармонизации между внутренним и внешним миром;

г/ селективную функцию.

д/ Все ответы верны.

8. Непродуктивные ориентации характера включают:

а/ рецептивную ориентацию;

б/ эксплуататорскую;

в/ накопительскую;

г/ рыночную ориентацию.

д/ Все ответы верны.

9. По степени выраженности характера различают:

а/ "средние" характеры;

б/ акцентуированные;

в/ психопатии.

д/ Все ответы верны.

10. Характер можно считать патологическим, если он:

а/ относительно стабилен во времени;

б/ имеет тотальное проявление;

в/ социально дезадаптирован.

г/ Все ответы верны.

II. Книгу "Клиника полхоспатий, их статистика, динамика, систематика" (1933) написал:

а/ П. Б. Ганнушкин;

б/ К. Леонгард;

в/ А. Е. Личко.

г/ Все ответы неверны.

12. Для психастеников характерны некоторые соматический расстройства:

а/ неприятные ощущения;

б/ головные боли;

в/ усиленное сердцебиение.

г/ Все ответы неверны.

13. В характере психастеников проявляются:

а/ нерешительность;

б/ твердость;

в/ инициативность.

г/ Все ответы верны.

14. Характерным признаком эпилептоидного характера являются:

а/ раздражительность;

б/ приступы ярости и гнева;

в/ расстройства настроения;

г/ моральные дефекты.

д/ Все ответы верны.

15. Акцептуации характера

а/ крайние варианты нормальных характеров;

б/ своеобразные заострения характера;

в/ имеют скрытую и явную форму.

г/ Все ответы верны.

16. Для истероидного акцептуанта труднее всего:

а/ вступать в эмоциональные контакты с людьми;

б/ переносить переживания к своей особе;

в/ ориентироваться в социальной обстановке.

г/ Все ответы неверны.

17. Детерминанты свойств характера следует искать:

а/ в особенностях генотипического фона;

б/ в учёте средовых влияний;

в/ в сравнении генотипических и средовых влияний.

г/ Все ответы верны.

## Задачи

### Задача I

Из числа нижеприведённых положений о характере выберите те, которые наиболее адекватно с точки зрения отечественной психологии, раскрывают это понятие. Дайте обоснование своего ответа:

- 1) черты характера проявляются в любых обстоятельствах и условиях;
- 2) черты характера проявляются лишь в соответствующих им типичных обстоятельствах;
- 3) свойства характера есть не что иное, как отношения личности к определённым сторонам действительности;
- 4) свойства характера есть не что иное, как определённые способы действий;
- 5) в характере проявляются и отношения личности, и способы действий, при помощи которых эти отношения осуществляются;
- 6) характер индивидуально своеобразен;
- 7) черты характера социально типичны и индивидуально своеобразны;
- 8) характер – отражение общественных отношений.

Какие приёмы умственной деятельности позволили Вам решить поставленную задачу? Отметили ли Вы, с помощью логической рефлексии, когда произошёл переход от первоначального грубого анализа и синтеза к более тонким и глубоким прогрессам? Исходя из общего понятия "характер", определите, что означает черта характера.

В каких примерах альтруизм рассматривается как черта характера? Почему?

А. По воспоминаниям современников, Ф. М. Достоевский никогда не выходил из дому без мелких денег для раздачи нищим, что, однако, не всегда одобряла его жена Анна Григорьевна, на плечи которой была возложена забота о бюджете и благополучии семьи великого писателя.

Б. Другой выдающийся гуманист нашего времени - А. Швейцер - для поддержания своей миссионерской деятельности в Ламбарене был вынужден периодически возвращаться к профессии органиста, что приносило ему доход, позволяющий и дальше следовать своему предназначению.

В. Известный американский психотерапевт Э. Шостром сознаётся: "... И, как некая промежуточная стадия между психологом и бизнесменом, тоже переживаю глубокий душевный конфликт," который был связан с физической невозможностью оказать помощь всем нуждающимся.

/ Якобсон С. Г. /

## Задача 2

Проанализируйте понятие "типология характера". Типологии характера каких известных авторов отражают приведённые названия (установите соответствие). Какие типологии описывают нормальные характеры, а какие психопатические? Какие здесь используются критерии?

/ Рис. 5 /

Названия типов характера	Авторы типологий				
	П. Б. Ганнушкин	К. Г. МнГ	Э. Фромм	А. Е. Личко	А. С. Лазурский
Неврастеник					
Гипертимный тип					
Истероидный тип					
Психастеник					
Эксплуататорская ориентация					
Экстравертирован- ный тип					
Пизоидный					
Продуктивная ориентация					
"Рассудочные"					
"Аффективные"					
Интровертирован- ный тип					
"Активные"					
Эпилептоид					
Рецептивная ориентация					

Рис. 5



### Задача 3

Проанализируйте тип характера, рассмотренный Э. Фроммом. Какой ориентацией отличается данный характер?

Человек, обладающий такой ориентацией характера, полагает, что "источник всех благ" находится во внешнем мире, и считает, что единственный путь обрести желаемое — будь то нечто материальное или какое-то чувство, любовь, знание, удовольствие — это путь получения извне. В этом случае проблема любви почти исключительно сводится к тому, чтобы "быть любимым", а не любить самому. Такие люди неразборчивы в выборе любовных партнёров, поскольку быть любимым для них настолько захватывающее переживание, что они отдаются любому, кто даёт им любовь или по крайней мере, нечто похожее на любовь. В сфере мышления ориентация характера проявляется аналогичным образом. Если такие люди умны, они будут лучшими слушателями, поскольку их ориентация связана с поглощением идей, а не с выработкой их; предоставленные самим себе, они чувствуют себя несостоятельными. Таким людям свойственно искать кого-нибудь, кто дал бы им требуемую информацию вместо того, чтобы приложить хотя бы минимум усилий и получить её самостоятельно.

Если же такие люди религиозны, то их понимание Бога таково, что всё, что они ожидают, они ожидают от Бога, а не от собственной деятельности. К руке дажей они всегда испытывают особое чувство преданности и вечно испытывают страх её потери. Но поскольку они нуждаются в поддержке многих, чтобы чувствовать себя в безопасности, то они вынуждены проявлять преданность к большинству людей. Им трудно сказать "нет", и они легко, в подтверждение своей преданности, дают обещания, что делает их в высшей степени зависимыми от других. Они зависимы не только от родителей и авторитетов в делах знания, но и вообще от людей, оказывающих им хоть какую-то поддержку. В одиночестве они чувствуют себя совсем потерянными, ибо не в состоянии ничем заниматься без посторонней помощи. Эта беспомощность сказывается особенно в тех делах, которые по самой своей природе требуют самостоятельности: принятие решения и несение ответственности за него.

В целом, люди с данной ориентацией обладают оптимистическим

мировоззрением и дружелюбием. Они испытывают определённое доверие к жизни, но впадают в состояние тревоги и даже бездумия, если "источник их поддержки" находится под угрозой. Они часто бывают искренне сердечны и испытывают искреннее желание помочь другим, но помощь другим предполагает определённую поддержку со стороны тех, кому она направляется.

#### Задача 4

Какой тип ориентации характера проявляется в следующих примерах? Что позволяет понять природу развития и кристаллизации ориентаций характера?

А. Юсен в "Пер Гюнте" пишет, что Пер Гюнт, пытаясь найти себя, обнаруживает, что он подобен луковице, в которой много слоёв, но нет сердцевины. Поскольку человеку невозможно жить вне самоидентификации, он должен самоутверждаться, опираясь на мнение о нём других, а не на собственные силы. Его престиж, статус, успех, факт, что его знают как такого-то и такого-то, — всё это заменяет его подлинное чувство самоидентификации. Такое положение делает его крайне зависимым от того, как смотрят на него другие, и заставляет его играть именно ту роль, в которой он пользуется наибольшим успехом. Логика характера такова, что если я и мои силы существуем порознь, тогда, безусловно, моё "я" утверждается той ценой, которую мне дают.

Б. В современной экономической ситуации каждый включён в одну и ту же конкурентную битву, разделяет те же стремления к успеху, что и его конкурент. Конкурентный и поверхностный характер отношений внушает многим иллюзорную надежду, что глубину и силу чувств можно найти в любви. Но любовь к себе и любовь к другому неразделимы; одиночество, к которому приговорён человек с этим типом ориентации, не может вылечиться любовью.

Такой ориентацией охвачена не только сфера чувств, но и сфера мышления. Начиная со школы и вплоть до аспирантуры цель обучения для таких людей состоит в том, чтобы приобрести как можно больше информации. Не интерес к изучаемому предмету, не заинтересованность в познании, как таковом, а обеспечение знанием — главное побуждение

в получении образования. При этом наблюдается пренебрежительное, скептическое отношение и утверждение в бесполезности мышления.

Что является предпосылкой данной ориентации характера?

Какова особенность самоидентификации, общего самочувствия таких людей? Какой формулой можно кратко передать их общее самочувствие: "Я есть то, что я делаю", "Я таков, каким вы хотите меня видеть"? Почему?

Какие черты данной ориентации Вы отмечаете в своём характере?

#### Задача 5

Какое отношение к миру, другим людям, самому себе выражает данная ориентация характера? Какие психические процессы, свойства и состояния она охватывает?

В поэтической форме концепция такого характера замечательно выражена Гёте и Ибсеном.

А. В "Прологе на небе" Господь говорит, что не ошибки мешают, человеку быть счастливым, а совсем другое.

Г О С П О Д Ъ (Мефистофелю):

"Тогда ко мне являйся без стеснения.

Таким, как ты, я никогда не враг.

Из духов отрицанья ты всех мене

Бывал мне в тягость, плут и весельчак.

Из лени человек впадает в спячку.

Ступай, расшевели его застои,

Зертись перед ним, томи и беспокой,

И раздражай его своей горячкой.

(обращаясь к ангелам)

Вы ж, дети мудрости и милосердия,

Любуйтесь красотой предвечной тверди.

Что обретется, страдает и живёт,

Пусть в вас любовь рождает и участие,

Но эти превращения в свой черёд

Немеркнущими мыслями украсьте".

В конце второй части Фауст выигрывает пари у Мефистофеля. И хотя он совершает и ошибки, и грехи, но всё-таки он не совершает самого страшного греха.

Последние слова Фауста, дерзнувшего отвоевать сушу у моря, ясно выражают эту мысль:

"Болото тянется вдоль гор,  
Губя работы наши вчуже.  
Но, чтоб очистить весь простор,  
Я воду отведу из лужи.  
Миллионы я стяну сюда  
На девственную землю нашу.  
И жизнь их не обезопасю,  
Но богатностью труда  
И вольной волею украсю.  
Стада и люди, нивы, села  
Раскинутся на целине,  
К которой дедов труд тяжёлый  
Подвёл высокий вал извне.  
Внутри по-райски заживётся.  
Пусть точит вал морской прилив,  
Народ, умеющий бороться,  
Всегда заделает прорыв.  
Вот мысль, которой весь я предан,  
Итог всего, что ум сконил.  
Лишь тот, кем бой за жизнь изведан,  
Жизнь за свободу заслужил.  
Так именно, вседневно, ежегодно,  
Трудясь, борясь, опасностью шутя,  
Пускай живут муж, старец и дитя.  
Народ свободный на земле свободной  
Увидеть я б хотел в такие дни.  
Тогда бы мог воскликнуть я: "Мгновенье!  
О, как прекрасно ты, повремени!  
Воплощены следы моих борений,  
И не сотрутся никогда они".  
И, это торжество предвосхищая,  
Я высший миг сейчас переживаю."

Б. Пер Гюнт Ибсена убеждён, что действуя энергично с целью достижения богатства и успеха, он всё делает для себя, на пользу своей личности. Он живёт по принципу "Будь сам по себе", провозглашённому Троллем, а не в соответствии с принципом человеческой морали "Будь самим собой". Но в конце жизни он вдруг обнаруживает, что не смог полностью реализоваться. Нереализованные возможности Пер Гюнта "предъявляют ему обвинение" в "грехе" пренебрежения и даже отказа от творческой личностной деятельности, что и привело его в конце концов к краху.

Клубки (на земле)

Мы - твои мысли; но нас до конца  
Ты не трудился продумать,  
Жизнь не вдохнул в нас и в свет не пустил, -  
Вот и свились мы клубками!  
Крыльями воли снабдил бы ты нас, -  
Мы бы взвились, полетели,  
А не катались клубками в пыли,  
Путаясь между ногами.

Сухие листья (гонимые ветром)

Лозунги мы, - те, которые ты  
Провозгласить был обязан!  
Видишь, от спячки мы высохли все,  
Лениности червь источил нас,  
Не довелось нам венком вокруг плода -  
Светлого дела обвиться!

Шелест в воздухе

Песни, тобою не спетые, - мы!  
Тщетно рвались мы на волю,  
Тщетно просились тебе на уста,  
Ты нас глушил в своём сердце,  
Не дал облечься нам в звуки, в слова!  
Гора тебе!

Капли росы (скатываясь с ветвей)

Слёзы мои – те, что могли бы  
Тёплой влагой своей растопить  
Сердца кору ледяную,  
Если б ты выплакал нас! А теперь  
Сердце твоё омертвело;  
Нет больше силы целительной в нас!

Сломанные соломинки

Мы – те дела, за которые ты  
С юности должен был ввязаться.  
Нас погубило сомнение твоё.  
Против тебя мы в день судный  
С жалобой выступим и – обвиним!"

/ Ибсен Г. /

Чем отличается гётевский Фауст от Пер Гюнта Ибсена?

Что помешало Пер Гюнту, активному и деятельному в достижении богатства и успеха, стать тем, кем он мог бы стать?

Задача 6

Как формируется ориентация характера? В чём проявляется социализация? Какие виды межличностных отношений, формирующих отношение к миру, выделяет Э. Фромм? Какая форма симбиотических отношений раскрывается в следующем примере? Как они влияют на ориентацию партнёров?

О. Бальзак в "Утренних грёзах" описал отношения между молодым Люсьеном и заключённым, назвавшим себя аббатом. Вскоре после того, как он познакомился с молодым человеком, который пытался совершить самоубийство, аббат сказал ему: "Я вытащил вас из реки, и вернул вас к жизни, вы принадлежите мне, как творение принадлежит творцу, как эфрит в волшебных сказках принадлежит гению, как чеглан принадлежит султану, как тело – душе! Могучей рукой я поддержу вас на пу-

ти к власти, я обещаю вам жизнь, полную наслаждений, почестей, вечных празднеств... Никогда не ощутите вы недостатка в деньгах... Вы будете блистать, жить на широкую ногу, покуда я, копясь в грязи, буду закладывать основание блистательного здания вашего счастья. Я люблю власть ради власти! Я буду наслаждаться вашими наслаждениями, запретными для меня. Короче, я перевоплочусь в вас... Я хочу любить своё творение, создать его по образу и подобию своему, короче, любить его, как отец любит сына. Я буду мысленно развезжать в твоём тильбюри, мой мальчик, буду радоваться твоим успехам у женщин, буду говорить: "Этот молодой красавец - я сам!"

/ О. Бальзак./

### Задача 7

Наиболее интересные и жизненно правдивые описания характера возникли на стыке двух дисциплин: психологии и психиатрии.

Как Вы считаете, можно ли с помощью такого модного типа исследования, как корреляционное или факторное исследование "черт личности" установить "гроздь" черт характера, причины и механизмы их формирования? Проанализируйте высказывание Г. Олпорта: современный психолог, пишет он, "обычно находит безопасное убежище в чащах статистической корреляции... Будучи запуганы инструментами естественных наук, многие психологи отвергают более тонкий регистрирующий инструмент, специально предназначенный для сопоставления и правильной группировки фактов, - свой собственный разум".

/ Олпорт Г./

Можно ли утверждать, что именно этот "инструмент" не отвергали авторы клинических исследований характера? Почему?

### Задача 8

Познакомьтесь с примерами типов характера - закономерным сочетанием психических свойств. Как Вы считаете, в каком случае тип

характера установлен на основе факторного анализа, а когда – на базе первичных "измерений"? Почему?

А. В исследовании В. Шелдона было установлено, что если человек обнаруживает любовь к комфорту, то он с большой вероятностью будет отличаться хорошим аппетитом, приветливостью, контактностью, жадной похвалы и одобрения. А вот тревожности, как правило, у него не будет.

Б. Исходная чувствительность и истоцаемость астеника, как это показал П. Б. Ганнушкин, постепенно приводят к наслоению целого комплекса дополнительных свойств. Из-за быстрой истоцаемости и утомительности астеник действует малоэффективно. Малая успешность его деятельности на фоне повышенной чувствительности тяжело им переживается. Это приводит к формированию чувства неполноценности, робости, застенчивости, депрессивности и в то же время обостряет самолюбие. В результате процесс развивается дальше. Сочетание низкой оценки себя и болезненного самолюбия порождает напряженность и подозрительность: человеку начинает казаться, что окружающие следят за ним, смеются над ним. Иногда в порядке компенсации он начинает вести себя развязно и заносчиво.

В. Другой пример, также из Ганнушкина, касается аутизма шизоида. Аутизм не является в полной мере исходным свойством шизоида: он формируется и усиливается в процессе жизни. Как и любой другой человек, шизоид время от времени пытается войти в эмоциональные контакты с окружающими, поделиться своими переживаниями. Однако, в виду парадоксальности его эмоциональной сферы, (одновременно раздражительности и холодности), он не находит понимания. В результате он замыкается и уходит в себя. Отмечаемые "аристократическая сдержанность", "холодность", "чопорность" и "сухость" шизоида являются скорее вторичными свойствами – средствами, которые он "наработал", чтобы отдалиться от окружающих и тем самым защитить себя от эмоциональных травм.

Приведите примеры из истории клинических исследований, многолетнего опыта работы Шелдона, Ганнушкина, подтверждающие Ваши выводы.



Рассмотрим пример характера Гавриила Ардалионовича Иволгина, или просто Гани, как его называют в романе Ф. М. Достоевского "Идиот".

"Ганя – мелкий чиновник, он служит секретарём у генерала Епанчина". Уже с самого начала Достоевский даёт нам почувствовать какое-то внутреннее напряжение, присущее этому герою. Так, при первом знакомстве с ним князь Мышкину показалось, что улыбка Гани слишком тонка, а взгляд – неестественен. "Он, должно быть, когда один совсем не так смотрит и, может быть, никогда не смеётся", – подумал князь".

И, действительно, внутренний мир Гани – клубок мелких страстей, противоречий, неудовлетворённых желаний. Он очень тщеславен, считает, что заслуживает положения гораздо более высокого, чем то, которое занимает. Ради этого он как будто соглашается жениться на Настасье Филипповне за крупную сумму денег, которую предлагает ему генерал.

Однако решение этого далеко не окончательно. Он весь в сомнениях. В мучительных колебаниях он проводит два месяца и в последний день, когда должен дать окончательный ответ, говорит генералу, что да, он согласен, генеральше – что нет, никогда этого не сделает, а Аглае пишет, что по первому её слову он порвёт этот договор окончательно.

Одновременно Ганя подозревает, что Настасья Филипповна известна его истинные мотивы, что она смеётся над ним, презирает его и, более того, будто бы что-то против него замышляет.

В эти же два месяца ему рисуются и снятся мучительные сцены встречи Настасьи Филипповны с его матерью и сестрой. Заметим, что это сны по поводу предстоящего будущего. "Может быть, – замечает Достоевский, – он безмерно преувеличивал беду; но с тщеславными людьми всегда так бывает".

В обществе генерала, членов его семьи, других лиц из высшего света Ганя сдержан, приличен, вежлив. Однако маска светских манер слетает с него, когда он остаётся один или в обществе князя, которого он ни во что не ставит. Так, получив презрительный ответ от

Аглаи, он устраивает в присутствии князя гневную сцену: "А! так вот как! - скрежетал он ... - А! Она в торги не вступает! - так я вступаю! И увидим! ... В бараний рог сверну! ...

Он кривился, бледнел, пенился; грозил кулаком".

В доме он деспот, не желающий считаться с чувствами, интересами и даже мольбами матери и сестры.

Однако острые сцены не для него. Дав князю пощёчину, он тут же сникает, теряется, просит прощения. При словах князя о Рогожине, что такой, пожалуй, женится а потом через неделю зарежет, он так вздрагивает, что князь отшатывается от него. Наконец, в одной из кульминационных сцен романа, когда Настасья Филипповна бросает в огонь принесённые ей Рогожиным 100 тысяч, Ганя падает в обморок.

Опишите черты, характерные для поведения Гани. Какова степень выраженности его характера: относится к зоне "нормальных" характеров или психопатии?

По каким критериям Вы делаете вывод?

К какому типу психопатии (по П. Б. Ганнушкину) относится описанный тип характера? Почему?

#### Задача 10

А вот ещё пример характера из романа Ф. М. Достоевского "Идиот". На этот раз им служит образ Парфёна Рогожина.

Рогожин в каком-то смысле антипод Гане. Это человек без колебаний и сомнений, без размышлений, одной страсти. Его страсть к Настасье Филипповне зарождается с первого взгляда. "Я тогда... через Невский перебежал, - рассказывает он князю, - а она из магазина выходит, в карету садится. Так меня тут и прожгло" ... И дальше, на протяжении всего романа, он добивается Настасьи Филипповны, сметая всё на своём пути.

В острых ситуациях Рогожин как рыба в воде. Возьмём к примеру сцену с горящими тысячами. Посмотрим, кто как ведёт себя в ней: Ганя падает в обморок, Настасья Филипповна стоит с "раздувающимися ноздрями и мечет огненные взгляды", Лебедев ползает на коленях, умоляя разрешить ему самому залезть в камин и положить седую голову

на пачку денег; Птицын – бледный, дрожит, не в силах отвести взгляда от денег; князь наблюдает всё в грустной задумчивости. Рогожин же обратился в один неподвижный взгляд, прикованный к Настасье Филипповне. Он упивался и был на седьмом небе: "Вот это так королева! – повторял он поминутно ... – Вот это так по-нашему! ... Ну кто из вас, мазурики, такую штуку сделает, а?"

Рогожин крайне эгоистичен. Добиваясь Настасьи Филипповны, он не считается с её чувствами, с её растерзанным внутренним миром, с её отчаянием. "Ты вот жалостью, говоришь, её любишь, – замечает он князю. – Никакой такой во мне нет к ней жалости". ... Он знает, что выйти за него Настасья Филипповне всё равно что в воду и даже хуже. И тем не менее упорно преследует её.

Его страсть постоянно окрашивается злобой и гневом. Он сжимает кулаки на всех возможных или воображаемых соперников. Выслеживает князя – тот постоянно ловит его тяжёлый, горячий взгляд, в толпе на вокзале, на улице, в парке.

"Я, – признаётся князю Рогожин, – как тебя нет перед мною, то тотчас же к тебе злобу и чувствую... Так бы тебя взял и отравил чем-нибудь!"

Кончается тем, что Рогожин выходит на князя с ножом и только чудом тот остаётся жив. Эти насильственные действия распространяются и на Настасью Филипповну. Психологического насилия ему недостаточно; в один прекрасный день он избивает её, а в конце концов убивает.

/ Достоевский Ф. М./

Какой тип психопатии рассмотрен в примере? Что составляет физиологическую основу такого характера? Какие черты его ярко выступают в повседневных ситуациях? Какое влияние на окружающих оказывают черты такого характера, какое отношение к их носителю они вызывают?

## Задача II

Как определённые свойства характера способствуют формированию определённых свойств личности? Каковы механизмы возникновения личностных качеств в связи с некоторыми ярко выраженными чертами характера?

А. С. Я. Рубинштейн приводит пример проявления угодливости и ханжества у эпилептоидных психопатов. Эпилептоидный тип характера отличается повышенной гневливостью и злобностью. Получая в ответ на частые аффективные вспышки законные "возмездия" от сверстников и взрослых, ребёнок с таким характером ищет способы самозащиты.

/ С. Л. Рубинштейн. /

Б. Известно, насколько решающее значение для развития личности подростка имеет отношение к социальным нормам и ценностям. Но из-за особенностей своего характера, подросток обнаруживает разное отношение к ним. Так, у гипертима обычно очень выражена "реакция эмансипации", т. е. отделение от взрослых, что, конечно, осложняет процесс усвоения социальных норм. Напротив, сензитивный подросток, как правило, сохраняет детскую привязанность к взрослым, охотно подчиняется их требованиям. В результате у него рано формируются чувство долга, чувство ответственности, повышенные и даже завышенные моральные требования к себе и к другим.

/ Личко А. Е. /

## Задача 12

Что означает выражение "нормальный характер"? Означает ли это "неотличающуюся индивидуальность" или "нехарактерную характерность" или нет? Почему?

Один московский журналист рассказывал коллегам следующее: "Проводил я однажды лето в глухой деревне Калужской области. Сяжу как-то в доме и слышу: идут огородами бабы и разговаривают, и вдруг понимаю, что речь идёт обо мне: "А он, - говорит одна женщина, - мужик ничего, бессловесный, бесхарактерный!" Я так и сел: "Ничего себе, - думаю, - какое впечатление я произвожу".

А надо сказать, что мужчина он живой, энергичный, вполне соответствует своей бойкой профессии.

"На следующий день, - продолжает он, - разговариваю с соседкой

и как бы между прочим спрашиваю: "Тётя Настя, а какой это человек такой бессловесный?" - "А это, - говорит, - который бранными словами не ругается" - "А бесхарактерный?" - "А это, - говорит, - который своего характера не жает, не куражится!"

/ По Ю. Б. Гиппенрейтер /

Что народное сознание определяет как "бесхарактерность"? Кто ещё, из психологов и клиницистов подвергал сомнению понятие "нормальный характер"? Можно ли заключить, что человек, который не психопат и не акцентуант - серый и безликий и о нём ничего особенного сказать нельзя?

Какие психологические подходы существуют для описания индивидуальности в случае гармоничного (с точки зрения характера) человека?

### Задача 13

Назовите неблагоприятные индивидуальные характеристики, составляющие психофизиологические предпосылки асоциального поведения детей и подростков.

Какое место в ряду этих факторов занимает акцентуация характера? Какие условия и ситуации приводят к социальной дезадаптации и асоциальному поведению подростков с акцентуированным характером?

А. Выборочное изучение нервно-психического здоровья подростков, состоящих на учёте в ИДН г. Тюмени, проведённое А. В. Лебедевым, показало, что среди исследуемых у 12% диагностирована психопатия, у 50% - акцентуация характера. Свыше 60% случаев встречается акцентуация по неустойчивому типу, характеризующаяся расторможенность, затем по гипертивному типу (около 20%), которая близка по своим поведенческим проявлениям к неустойчивому типу.

Главное, что их отличает, - это затруднение выработки любых тормозов, "бестормозность", шумливость, подвижность, поведенческая неустойчивость.

Остальные типы акцентуаций, согласно этому исследованию, встречаются у подростков-правонарушителей значительно реже.

Б. Были проведены также исследования, изучающие нервно-психическое здоровье дезадаптированных, плохо справляющихся со школьной программой, недисциплинированных школьников. Так, по данным диссертационного исследования М.С. Логиновой, среди выборочной совокупности исследуемых учащихся Москвы 58% составили психически здоровые, хорошо адаптированные к условиям школы учащиеся, около 3,1% — школьники без пограничных психических явлений, но обнаруживающие те или иные признаки дезадаптации к школьным условиям и 32,9% дезадаптированные школьники с пограничными нарушениями и акцентуациями характера, т. е. большинство дезадаптированных школьников — дети с пограничными явлениями и акцентуациями характера.

В. По данным А. Е. Личко, делинквентное поведение, проявляющееся в прогулках, мелком воровстве, драках, хулиганстве, отмечается у 40% подростков, наблюдавшихся по поводу нервно-психических нарушений без психоза, главным образом, при психопатиях, акцентуациях характера.

Г. В исследовании И. Ф. Мягкова и Ю. В. Юрова указывается, что психические патологии тесно связаны с неблагоприятными, конфликтными отношениями в семье. Авторами отмечен достаточно высокий коэффициент корреляции (0,43%) между агрессивным поведением родителей, старших братьев в семье с проявлением аффективности, склонности к дракам, дерзкими нарушениями дисциплины у подростков с эпилептоидными чертами характера, тогда как при благоприятной семейной обстановке эта связь менее отчетлива (коэффициент корреляции 0,16).

## Задача I4

Вам известно понятие "акцентуации характера". В соответствии с типами акцентуации, с тем, на каких чертах характера поставлен акцент, можно выделить несколько типов трудных подростков. У каждого из них есть свои сильные и слабые стороны. Если жизненные обстоятельства оказывают воздействие на слабые черты характера, то их формирование может быть деформировано. Познакомьтесь с рассказами, подготовленными для Вас из работы ведущего подросткового психиатра, профессора А.Е.Личко "Эти трудные подростки". Постарайтесь определить главные черты характера описанных в них подростков, типы воспитания в семьях, особенности семейных и внутренних конфликтов. Укажите, какие черты характера оказываются "местом наименьшего сопротивления" внешним неблагоприятным воздействиям; какие сильные стороны личности имеет каждый из подростков? Определите тип акцентуации каждого из них, определите пути и средства педагогического воздействия в целях психокоррекции.

А. Гриша был неугомонным с раннего детства, шумный, всюду лез и всем интересовался. "Живой ребенок", — говорила бабушка. Школьный путь у него был тоже беспокойным. Усидеть за партой ему было трудно, особенно без активной работы. Учительница младших классов предоставляла ему возможности больше действовать: он все время что-то собирал, раздавал, приносил и уносил. В четвертом классе у Гриши начались осложнения: слишком неровные отношения сложились со школьными учителями. С некоторыми учителями с первой встречи установилась глухая вражда, других учителей Гриша искренне уважал. Ребята его любили за веселый нрав, за смелость, находчивость и остроумие, называли: "заводи́ла парень". В лагере труда и отдыха ребята сначала потянулись к Грише, но постепенно ситуация изменилась. Гриша стал вызывать у ребят глухое раздражение: "Чего командуешь, чего везде лезешь!"

Чем только Гриша не увлекался! Собирал марки, значки, ходил в секцию бокса, потом вольной борьбы, пробовал собирать радиоприемники, фотографировать... Все его увлекало, всем он интересовался, за все брался, но вскоре остывал.

Осложнения в семье начались лет с 12–13. Почему бабушка и мама смотрят на него как на маленького, суются в его дела, за всем следят? В ответ на требование взрослых быть дома к 9 часам, нарочно стал гулять на улице до 10–11, хотя все приятели к этому времени уже расходились, а

одному ему было скучно. Это и привело его в компанию ребят постарше. В выборе знакомств Гриша никогда не отличался шепетильностью. Итог получился плачевный—невывученные уроки, прогулы, двойки, конфликты.

Новые знакомства втянули мальчика в карточную игру. Азартный, горячий, он сразу проиграл большую сумму денег. Гриша унес из дома дорогую книгу—отдал ее в счет карточного долга.

В восьмом классе все пошло кувырком с самого начала. На групповом собрании за двойки и прогулы ему устроили жесткую проработку. Он всплыли, наговорил много дерзостей и грубостей. Тогда Гриша решил больше в школу не ходить, дома тоже ничего не сказал. С парой приятелей, у которых тоже были нелады в школе, поехали на пустующую дачу. Прихватив из дома денег, еды, по дороге купили вина. Вечером навеселе отправились в местный клуб, с кем-то подрались. На следующий день его, грязного, побитого и обдранного передали с рук на руки в милиции отцу и матери.

Б. Игорь сразу обращал на себя внимание особой манерой дергаться—словно все время выставляя себя напоказ.

Его детство было безоблачным и безмятежным. Мать воспитывала его одна и любила беспредельно—для нее он был кумиром. В школу его отвели в особую— "английскую". Учился он шутя, играя, хватал все буквально на лету.

В 13 лет у Игоря появился отчим. Мысль о том, что у матери может появиться кто-то другой, кроме него самого, вызвала в душе Игоря гневный протест. Учиться Игорь стал хуже. Объяснял все тем, что дома у него теперь нет условий, а на самом деле с годами учиться становилось труднее, не удавалось все хватать на лету, как раньше. Привычки же работать не было, он подолгу сидеть за уроками не мог. Чтобы как-то выделиться среди ребят, он стал придумывать про себя разные невероятные истории.

Случилось так, что в ответ на требование матери в первом часу ночи идти и ложиться спать, разбросал тетради и учебники по полу и убежал из дома. Надеялся, что мать бросится ему вслед, но она из дома не вышла. Тогда Игорь в центре большого проспекта, на глазах у постового милиционера, стал укладываться спать прямо на скамейке. Рассчет оказался верным—хмурого, молчаливого мальчика отвели в милицию. Там он рассказал, что бежал из дома, от "невыносимой жизни" с отчимом. Из милиции позвонили домой, и мать вместе с отчимом примчались за ним.

В. Сережин поступок был полной неожиданностью для всех. Вылез на виду у всех одноклассников из школьного окна на четвертом этаже, прошел по карнизу к соседнему окну и влез обратно. На пол спрыгнул бледный, с трясущимися губами.



Одноклассники относились к Сереже со снисходительной усмешкой, а сам он то послушной тенью следовал за ними, то изо всех сил старался обратить на себя внимание. Одно время вздумал играть роль классного шута, но из этого у него ничего не вышло. Мечтал стать отличником, старался изо всех сил, но отвечать у доски было для него пыткой. Был период, когда он, чтобы преодолеть себя, сам вызывался отвечать, но ему все время казалось, что все думают, какой он маленький, щуплый, неказистый. В конце концов он утратил последнюю веру в себя.

В классе Сереже нравилась одна девочка, но даже приблизиться к ней он стеснялся, ему казалось, что девочка тайком насмехается над ним. Однажды в присутствии ее один одноклассник назвал Сережу воробышком. Сергей решил, что его хотят унижить, напомнить о его малом росте, щуплой фигурке. Тут он и полез в окно...

## Задача 15

Как Вы понимаете выражение "невротический характер"? Какие внешние и внутренние причины способствуют образованию синдрома? Постарайтесь определить на основе описанной симптоматики тип характера (истерический, неврастенический, опсессивно-психоастенический синдром). Приведите примеры соответствующих типов характера.

А. Данный тип характера отличается повышенными требованиями к окружающим по сравнению с требованиями к себе. Человек с таким характером стремится к доминированию над другими людьми и проявляет деспотическое отношение к окружающим. Он отличается неадекватным уровнем притязания и самооценки, эмоциональной лабильностью, повышенной способностью к вытеснению аффекта. В отличие от психопатии невротического характера не так выражены, и всегда являются следствием влияния прижизненных факторов воспитания. Травмирующей ситуацией для данного типа характера является игнорирование.

Б. Данный типа характера обусловлен прежде всего противоречиями между собственными внутренними тенденциями, неуверенностью в себе, мучительной трудностью сделать выбор, заниженной самооценкой и уровнем притязаний, страхом возможных неудач, борьбой между моральными принципами и личностными привязанностями. Главной психотравмирующей ситуацией является ситуация выбора. Длительность напряжения зависит от противоречивого, несовместимого характера особо значимых отношений к ситуации, а выбор затруднен.

Т.о. состояние неопределенности является источником и содержанием конфликта. Симптомы: задержать ситуацию, не пускать, не воспринимать новую информацию, разрушающую сложившийся паттерн.

В. Данный тип характера представляет собой противоречие между возможностями личности, с одной стороны, и завышенными требованиями к себе, с другой стороны. Симптоматика представляет собой стремление оправдать себя в своих и чужих глазах.

Соколик и Малевски отмечают субъективное чувство переутомления, недостаток энергии таких людей – как результат систематического расходования энергии на обеспечение невротических механизмов. А сами невротические состояния служат человеку защитой от вовлеченности в ситуации реакции тревоги.

Проанализируйте, влияние каких главных прижизненных факторов (в т.ч. дефектов воспитания и самовоспитания) приводят к формированию невротического характера?

1. Мясисев впервые выделил и описал первичные, вторичные и третичные образования, приводящие к неврозу. Первичные образования – это эгоцентризм, чрезмерная аффективность, низкий самоконтроль. Вторичные – склонность к ухищрениям и уловкам для достижения целей, лживость, театральность, демонстративность. Все эти образования в

совокупности дают конверсивный перенос в соматику.

2. Авторитарная гиперопека.
3. Лишение собственной инициативы.
4. Проявление к ребенку противоречивых требований.
5. Чувство неуверенности, неполноценности.
6. Суеверный страх нового (диффузный, генерализованный страх).
7. Высокие требования, предъявляемые нарастающими темпами современной жизни.
8. Нездоровое стремление к личному успеху без учета реальных сил и возможностей.

### Задача 16

Психопатия — патологическое развитие характера, характеризующееся дисгармонией в волевой и эмоциональной сферах. Существует множество классификаций психопатий. Одни исследователи (Е. Крепилин, П. Б. Ганнушкин и др.) исходят из положения, что при психопатиях речь идет о количественном заострении и усилении тех или иных черт характера. распределяют психопатии по группам, приближая их вплотную к классификации характеров. Другие (М. С. Певзнер, Г. Е. Сухарева) пытаются классифицировать по этиологическому признаку. Существуют классификации, построенные на обобщении указанных выше классификаций (А. Е. Личко, В. В. Ковалев).

Принята следующая тематика психопатий:

— конституциональные, имеющие наследственное происхождение: степень их тяжести в значительной мере определяется влиянием среды, для каждого типа этого вида психопатий имеется свой критический возраст, на который приходится развертывание психопатических черт.

Определите, в каких примерах описаны различные конституциональные психопатии: шизоидные, психоастенические и истерические. Ниже приводятся примеры обращений в центр "Семья" Красноглинского района г. Самары.

А. К., мальчик 8 лет, обратился к психологу по собственной инициативе, без рекомендации и сопровождения взрослых. Проживает К. с бабушкой и дядей 26 лет.

Мальчик обеспокоен проявлением злобы, драчливости и мстительности. Он говорит: "Если меня обзовут, я дерусь, дерусь, у меня в глазах темнеет, руки сами бьют, не могу остановиться. Он ходит в синяках, у меня ноги слабеют, из глаз слезы льются. Знаю, что так нельзя, а как меня обзовут, так опять начинаю. Бью долго, пока кто-то не разнимет." Аффективные вспышки возникают у мальчика и в ответ на шутки и замечания в его адрес, а также в связи со стремлением к самоутверждению. Учится мальчик неважно. Большую часть свободного от посещения школы времени проводит в праздных развлечениях; иногда просто

катается на автобусе по городу. Какие либо планы на будущее отсутствуют. В школе у него друзей нет, во дворе есть товарищ, но с ним часто дерется. Эмоциональных привязанностей в его жизни нет. Где-то на Севере, по его рассказу, живет его мать, но ее он плохо помнит. Дядя его молчалив и часто выпивает. "Так сильно пьет, потому что ушла жена", - говорит мальчик.

Б. М., девочка 14 лет.

С раннего детства родители девочки стремились, чтобы их дочь ни в чем не нуждалась. С ранних лет девочка отличалась капризностью, озадачивала родителей невероятными вымыслами. Посторонние люди всегда обращали внимание на девочку, восхищались ею.

В подростковом возрасте очень чувствительна к своей внешности; болезненно относится к тому, как одета и как одеты ее подруги. Если у подруги появляется вещь лучше, как ей кажется, чем у нее самой, она злится, плачет, устраивает бурные сцены своим родителям, требуя, чтобы ей купили такие же вещи. Про одноклассниц, которые носят дорогие вещи, отзывается очень плохо (даже непристойно). При хорошем интеллекте успехи в учебе оказываются значительно ниже возможностей. Для поведения девочки в школе характерны кокетство, склонность к интригам и сплетням. Проблемы и переживания близких ее не волнуют.

В. С., мальчик 11 лет. С детства не мог оставаться в комнате один: пугается малейшего шума, стука, шорохов. Тревожные опасения возникали по поводу новых игрушек, новых людей, всего нового и незнакомого.

Хотя в доме царит спокойная обстановка, режим дня выполняется, сон у ребенка чуткий и нервный со дня рождения. В 4-х летнем возрасте был оставлен родителями на 3 дня на попечение бабушки: непрерывно плакал, успокоить его было невозможно. Дважды родители пытались отвести мальчика в детский сад. Безуспешно. Мальчик рыдал нескончаемо, с детьми не играл, отказывался принимать пищу (хотя дома отличался хорошим аппетитом); после чего заболел, замолчал на 8 месяцев.

С пятилетнего возраста посещал детский сад. Слезы и истерики происходили ежедневно при расставании с матерью; ее руку на улице сжимал до кровавых царапин и синяков. Друзей у С. нет кроме двух мальчиков, которые приходят к нему домой. Засыпает мальчик только держа маму за руку. Когда родители получили новую квартиру и переехали в другой район, мальчик перестал ходить во двор, боялся новых, незнакомых людей.

К школе мальчик адаптировался с большим трудом. Интеллект у мальчика хороший: он много читает, придумывает интересные игры. С детьми в классе мальчик сходится с большим трудом, иногда проявляется ипохондрия. Засыпает только укрывшись с головой одеялом.

"Моя классификация неполна и не включает, конечно, целый ряд существующих возможностей (например, развитие проститутки и правонарушительницы), и касается только тех изменений, которые я имела возможность наблюдать непосредственно или могла реконструировать у взрослых пациенток, которые приходили для лечения. Кроме того, это деление произвольно, как неизбежно будет всякое деление по типу поведения, подразумевающее фиктивный "чистый тип поведения", тогда как реальность всегда допускает любую смесь черт и любые промежуточные состояния."

1. Девочки первой группы проявляли естественный интерес к анатомическим и функциональным различиям полов и к загадкам размножения. Этим девочек влекло к мальчикам, и они любили с ними играть. Ко времени пубертата они неожиданно углубляются в размышления, в религию, этику, искусство или науку, теряя интерес к эротической сфере. Собычно девочка, проходящая через такие изменения, в это время не приходит для лечения, потому что семья в восторге от её серьёзности и отсутствия желания флиртовать. Трудности ещё не очевидны. Они проявятся позже, особенно после замужества. Патологическую природу таких перемен легко проглядеть по двум причинам:

1 - от человека в эти годы идут именно интенсивного развития интереса к умственной деятельности;

2 - сама девочка по большей части не осознаёт, что действительно испытывает отвращение к сексуальности - она только чувствует, что теряет интерес к мальчикам, и ей больше не нравятся танцы, вечеринки, флирт, и она постепенно уходит от этого.

2. Вторая группа даёт противоположную картину. Очень одарённые, многообещающие девочки теряют интерес ко всему, кроме мальчиков, не могут сосредоточиться и бросают любую умственную деятельность, едва занявшись ею. Они полностью вовлекаются в эротическую сферу. Такую перемену, как и противоположную ей предыдущую, тоже считают "естественной" и защищают с помощью похожей рационализации: для девочки в этом возрасте "нормально" переключаться на мальчиков, танцы и флирт. Это, конечно, так, но как насчёт вот таких склонностей?

Девочка судорожно влюбляется в одного мальчика за другим, реально не интересуясь ни одним, и после того, как уверится в том, что мальчик завоёван, бросает его или провоцирует его бросить её. Она чувствует себя ужасно непривлекательной, несмотря на все доказательства противоположного, и обычно уклоняется от реальных сексуальных отношений, выставляя в качестве рационализации общественные запреты, хотя реальная причина — её фригидность, что выясняется, если она наконец рискнёт сделать такой шаг. Она впадает в депрессию или ждёт несчастья, когда вокруг нет мужчин, чтобы ею восхищаться. С другой стороны, её небрежное отношение к работе вовсе не является "естественным" следствием того, что в связи с сосредоточенностью на мальчиках, другие интересы отодвинулись на задний план, как это подразумевает её защита. Девочка на самом деле очень честолюбива и страдает от чувства неспособности что-то завершить.

3. У третьего типа девочек запреты касаются как работы, так и любви. Это не всегда легко заметить. Поверхностному наблюдателю девочка может показаться хорошо приспособленной к жизни. У неё нет трудностей в установлении контактов, она дружит с девочками и мальчиками, очень развита, откровенно разговаривает на сексуальные темы, делает вид, что у неё совсем нет никаких затруднений, и иногда вступает в те или иные сексуальные отношения, не вовлекаясь в них эмоционально. В некотором роде, она — отстранённый наблюдатель над самой собой, зритель в собственной жизни. Она может не признаваться себе в своём равнодушии, но, по крайней мере иногда, она остро сознаёт, что у неё нет глубокой, настоящей эмоциональной привязанности ни к кому и ни к чему. Ничто для неё не имеет значения. Есть сильное противоречие между её витальностью, одарённостью и её замкнутостью. Обычно она чувствует, что жить ей и пусто, и скучно.

4. Четвёртую группу характеризовать легче всего. В неё входят девочки, отвернувшиеся от мальчиков полностью и пылко дружащие с девочками. Сексуальный характер этой дружбы может быть сознательным, а может и не быть таковым. Если девочка осознаёт сексуальный характер своих наклонностей, она может страдать от сильного чувства вины, ощущая себя преступницей. Её отношение к учёбе или работе обычно изменчиво. Она честолюбива и временами проявляет большие способности,

но ей часто не хватает напористости или она впадает в "нервное расстройство" в промежутках между двумя периодами продуктивности.

Все четыре обсуждаемых типа различным путём ограждают себя от тревоги в связи со своими базисными конфликтами. Различие путей объясняется различием типов. У разных типов развиваются противоположные черты характера и противоположные склонности, хотя цель у них всех общая - оградить себя от одной и той же тревоги.

Как это делают девушки каждой группы? Установите однозначное соответствие:

А. Одна группа девушек, потенциально гомосексуальная, пытается решить проблему своей деструктивной враждебности к женщинам с помощью сверхкомпенсации. Силу их страстей лучше всего выражает почти парадоксальная формула: "Я не ненавижу тебя, я тебя люблю". Можно описать эту перемену как полное, слепое отрицание ненависти. Насколько далеко это зайдёт, зависит от индивидуальных обстоятельств. Сновидения девушек из этой группы обычно отражают высшую степень насилия и жестокости по отношению к девочке, к которой они чувствуют сознательную привязанность. Неудача в отношениях с девушками приводит их в отчаяние и часто доводит чуть ли не до самоубийства, что указывает на обращение агрессии вовнутрь.

Подобно девушкам из другой группы, они отрицают свою женскую роль полностью, создавая фикцию мужественности. На внесексуальном уровне их отношения с мужчинами часто свободны от конфликтов. Более того, в то время, как одна из групп совсем отрекается от сексуальности, эти девушки отказываются только от гетеросексуальных интересов.

Б. Решение, к которому стремится эта группа, фундаментально отличается от остальных. Цель остальных - избавиться от страха, привязавшись эмоционально к чему-либо, к достижениям, к мужчинам, к женщинам. Путь девушек из этой группы - заглушить свои чувства вообще и тем самым заглушить свой страх. "Не вовлекайся эмоционально, и тебе не будет больно", - этот принцип разъединения, возможно, самая эффективная и самая прочная защита от тревоги, но и цена её, по-видимому, слишком высока, потому что обычно это сочетается с общим снижением жизнерадостности и спонтанности, и значительным

уменьшением жизненной энергии.

В. Девушка из этой группы не отказывается от соревнования с другими женщинами. Её всегда готовый вырваться наружу протест против всех других особей женского пола стимулирует её желание победить их, и, в противоположность девочке из другой группы, она постоянно испытывает довольно сильную тревогу. Её типичный способ оградить себя от тревоги – вцепиться в мужчину. В то время, как та бежит с поля битвы – эта, вторая, ищет союзников. Её ненасытная жажда мужского восхищения вовсе не указывает, что ей от природы нужно сексуальное удовлетворение. Фактически, в реальных сексуальных отношениях, она тоже оказывается фригидной. Мужчины служат для неё только средством успокоения, и это становится очевидно, как только у неё разладятся отношения с мальчиком, или позднее – с женщиной. Её тревога выходит наружу, ей становится беспокойно: она чувствует себя одинокой, брошенной всеми сразу и потерянной. Завоевание мужского восхищения служит, вдобавок, средством избавления от страха, что она "ненормальная". Я уже говорила об этом чувстве, как о прорвавшемся страхе перед ущербом, нанесённом себе мастурбацией. С сексуальностью у неё связано слишком много вины и страха, чтобы позволить ей построить удовлетворительные отношения с женщиной. Таким образом, только новые и новые "победы" могут успокоить её.

Г. Девушка из этой группы защищается от страха, уклоняясь от соревнования с другими женщинами и почти полностью избегая женской роли. Её потребность состязаться отрывается от исходной почвы и пересаживается на почву интеллектуальную. Соревнование за самый лучший характер, самые высокие идеалы, за то, чтобы быть самой лучшей студенткой – настолько удалено от соревнования за мужчину, что её страхи значительно ослабевают. Её стремление к совершенству одновременно помогает ей преодолеть чувство вины.

Такое радикальное решение даёт колоссальные временные преимущества. Она годами может чувствовать себя удовлетворённой. Обратная сторона медали обнаруживается, когда она, наконец, соприкасается с мужчинами и, особенно, если выходит замуж. Часто можно наблюдать, как при этом рушится её чувство самодостаточности и самоуверенность, и неожиданно весёлая, способная и независимая девушка превращается в



глубоко неудовлетворённую женщину, потрясённую ощущением своей ничтожности, легко впадающую в депрессию и не желающую ни за что брать на себя ответственность (прежде всего — в семье). Она оказывается сексуально фригидной и вместо любовного отношения к мужу начинает с ним соревноваться.

/К.Хорни /

## Упражнение

Самооценка характера методом  
оценочных шкал.

Поупражняйтесь в самооценке черт своего характера. / Рис. 6 /

Здесь приведены три оценочные шкалы (А, Б, В). При работе с каждой из них нужно выполнить следующую инструкцию:

а/ внимательно прочитать предлагаемые утверждения;

б/ если вы согласны с данным утверждением, поставить точку в соответствующей графе;

в/ посчитать сумму набранных баллов.

### А

Утверждение	Варианты ответов	Никогда	Иногда	Часто
	Кол-во баллов	0	1	2
1. Я хочу быть похожим на кого-то				
2. Чувствую себя уверенно				
3. Осознаю свои ошибки				
4. Люблю давать советы				
5. Слушаю советы				
6. Признаю авторитеты				
7. Мысленно ставлю себя на место другого				
8. Осознаю свои слабые стороны				
9. Осознаю свои сильные стороны				
10. у меня есть желание стать лучше				

## Б.

Утверждения	Варианты ответов	Никогда	Иногда	Всегда
	Кол-во баллов	1	2	3
1. Принимать решения трудно 2. Переключение внимания с одного дела на другое связано с сильным нервным напряжением 3. Будущее кажется неопределённым, и это тревожит 4. Если делают замечание, то появляется чувство, что ко мне несправедливо 5. Мне необходимо подробно объяснить любое новое дело 6. Я люблю ясные, конкретные поручения 7. Мне трудно проявлять личную инициативу				

Утверждение	Варианты ответов	Иногда	никогда	Всегда
	Кол-во баллов	2	1	3
1. Если меня хвалят, я не скрываю, что мне это приятно 2. Я люблю быть в центре внимания 3. Когда меня ругают, это вызывает резкий протест 4. Я злюсь на людей, делающих мне замечания 5. Возникает желание выделиться 6. Когда меня хвалят, хочется всё делать лучше				

Рис. 6

Результаты: посчитайте сумму набранных баллов по каждой шкале.

А. Если Вы наберёте 20 баллов, значит, вы оцениваете себя достаточно объективно. Правда, в вашем поведении появляется некоторая самоуверенность.

Если, ответив на половину вопросов - "Иногда", а на остальные - "Часто", Вы набрали 15 баллов, можно сделать вывод, что всякая самооценка оптимально сочетается у Вас с критическим отношением к себе. Если преобладают ответы "Иногда" и Вы набрали 10 баллов,

значит, Вы излишне критично относитесь к себе.

Если Вы набрали менее 10 баллов, и из них по 2 балла получено за 3, 4, 8 - й вопросы, а за все остальные - 0 баллов, значит, Вы самоуверенны и самодостаточны.

Если же Вы набрали менее 5 баллов, то излишняя самокритичность становится помехой в Вашей жизни.

Б. Если Вы набрали 7-9 баллов, такая черта, как решительность, у Вас в достаточной степени развита. Если сумма баллов в интервале 10-15, значит, у Вас отмечается некоторая неуверенность и тревожность. Если больше 15 баллов, Вам свойственны чрезмерная нерешительность и неуверенность.

В. Если Вы набрали 10-12 баллов, у Вас заметно проявляются эгоцентризм, стремление быть в центре внимания. Если Вы набрали 13 баллов и выше, указанные свойства выражены в значительной степени, и необходимо обратить внимание на их преодоление.

/ Некрасов В. П. /

Самостоятельно разработайте систему упражнений по коррекции выявленных путём самооценивания черт характера.

Составьте программу, предусматривающую их выполнение и оценку достигнутых результатов (методом самооценки или оценки компетентными судьями).

Заполните пробелы

1. О способностях говорят как об ..... - ..... особенностях, т.е. выделяют такие способности, которые имеют ..... природу и ..... 'варьируют'.

2. Устанавливая связь ..... с ..... выполнением деятельности, мы ограничиваем круг ..... - ..... особенностей теми, которые обеспечивают эффективный результат .....

3. Способности определяются как ..... - ..... особенности человека, которые выражают его готовность к овладению определенными видами ..... и их ..... осуществлению.

4. Понятие ..... к освоению и осуществлению деятельности ограничивает ..... свойства, исключая из их рассмотрения знания, умения и навыки.

5. В ..... - ..... годах четко обозначилось противостояние теоретических подходов к пониманию способностей.

6. Один из самых сложных и волнующих - вопрос о ..... способностей: ..... способности или они ..... прикизненно?

7. По мнению С.Л.Рубинштейна, способности ..... и ..... в процессе .....: в неразвитой форме они существуют ..... и служат ..... ее освоения.

8. Известно высказывание Б.М.Теплова, что "способности..... существуют до .....".

9. По мнению ..... классификация способностей должна исходить из ..... анализа соответствующих .....

10. На практике диагностика способностей осуществляется как ..... уровня развития .....

II. Психические функции, выступая ..... деятельности, реализуют ..... формы деятельности.

12. Психические функции характеризуются ....., т.е. могут включаться в ..... формы .....

13. В.Д.Шадриков определяет ..... как свойство ....., реализующих отдельные психические .....

14. .... свойство способностей реализуется конкретной ..... и отличает одну функцию от .....

15. Системно-функциональный подход к пониманию ..... предполагает их ....., ....., .....

16. Качественная специфика ..... объясняется не столько ..... свойством способности, сколько ее ..... другими .....

## Верно или неверно?

1. Вопросы о структуре, происхождении способностей, выявлении механизмов формирования и развития способностей являются полностью решенными в психологии.

2. Доказательством врожденности способностей служат факты существенных индивидуальных различий в способностях и факты их раннего проявления.

3. По мнению Айзенка, в формировании способностей факторы среды обладают несоизмеримо большим весом по сравнению с факторами наследственности.

4. Природные предпосылки развития способностей—задатки можно назвать "родовыми" свойствами человека.

5. По мнению С.Л.Рубинштейна, развитие способностей сводится к накоплению "опыта", овладению знаниями, умениями и навыками.

6. Противоречивость подходов к проблеме генезиса способностей заключается в том, существуют или не существуют способности до того, как началась соответствующая деятельность.

7. Разнесение всех способностей по различным специальным видам человеческой деятельности (Б.М.Теплов) ведет к утрате общего психологического ядра, затрудняет понимание структуры способностей.

8. Проблема структуры способностей рассматривается в двух аспектах: как структура способности (конкретной) и как структура способностей (в их взаимосвязи).

9. С.Л.Рубинштейн, В.П.Мясищев, Г.С.Костюк и др. психологи утверждали, что способности не связаны с мотивацией.

10. По мнению В.Д.Шадрикова, целостная структура едина для всех способностей, аналогична структуре деятельности; онтологически реализуется целостностью мозга и определяется целью и мотивами деятельности.



Выбрать правильный ответ

1. Способности определяются как:

- а) индивидуально-психологические особенности человека;
- б) индивидуальные особенности, имеющие отношение к успешности выполнения одного или многих видов деятельности;
- в) такие особенности, которые не сводятся к знаниям, умениям и навыкам;
- г) Все ответы верны.

2. Задачки как анатомо-физиологические предпосылки развития способностей:

- а) формируются прижизненно;
- б) многозначны;
- в) направлены на содержание конкретной деятельности;
- г) Все ответы неверны.

3. По А.Ф.Лазурскому, критерием выделения основной способности является:

- а) сравнительная простота;
- б) несложность;
- в) значительные индивидуальные колебания;
- г) значительная распространенность;
- д) связь с другими наклонностями.
- е) Все ответы верны.

4. Практическая реализация утверждения "способности не существуют до деятельности" привела к:

- а) отсутствию научно-обоснованной классификации способностей;
- б) всеобщей специализации способностей;
- в) окончательному отрыву способностей от общих родовых человеческих качеств;
- г) слабой теоретической обоснованности методов диагностики.
- д) Все ответы верны.

5. Утверждение, что "классификация так называемых психических функций не может являться основой для классификации способностей" было высказано:

- а) С.Л.Рубинштейном;
- б) А.Ф.Лазурским;
- в) Б.М.Тепловым;
- г) Т.И.Артемьевой.
- д) Все ответы неверны.

6. В.Д.Шадриков выделяет в качестве единицы психологического анализа деятельности:

- а) психические функции;
- б) отдельные действия;
- в) технологическую целесообразность.
- г) Все ответы верны.

7. Психические функции:

- а) реализуют общие родовые формы деятельности;
- б) являются молекулярными единицами деятельности;
- в) характеризуются полифункциональностью.
- г) Все ответы верны.

8. Впервые перспективность для психологии введения понятий системы и функции определил:

- а) А.Н.Леонтьев;
- б) Л.С.Выготский;
- в) С.Л.Рубинштейн.
- г) Все ответы неверны.

9. В.Д.Шадриков определяет способности; как:

- а) свойства функциональных систем, реализующих конкретные психические функции;
- б) ориентировочные действия;
- в) то, что формируется на основе задатков.
- г) Все ответы верны.

10. Функциональные и операциональные механизмы отдельных способностей:

- а) функционируют разрозненно;
- б) осуществляют реципрокное функционирование;
- в) интегрируются в режиме взаимодействия.
- г) Все ответы верны.

11. Качественная специфика отдельных способностей объясняется:

- а) общим свойством способности;
- б) обусловленностью другими способностями.
- в) Все ответы верны.

Задача 1

"Сила укоренившегося в умах предрассудка о внутренних источниках духовного развития человека столь велика, что она нас заставляет видеть условия этого развития как бы перевернутыми с ног на голову: не в усвоении достижений науки — условие формирования научных способностей, а в способностях к науке — условие ее усвоения; не в овладении искусством — условие развития художественного таланта, а в художественном таланте — условие овладения искусством. При этом обычно ссылаются на факты, свидетельствующие о способности одних и полной неспособности других к той или иной деятельности. При этом даже не ставят перед собой вопроса об источниках самих этих способностей и принимают обычно стихийный характер их первоначального формирования за якобы их врожденность."

/А.Н. Леонтьев/

Выскажите согласие или несогласие с этой точкой зрения. Приведите типичную схему дискуссии о природе способностей, основные аргументы сторонников "врожденности" и "формируемости". Какой будет в перспективе судьба этого спора? Можно ли провести "чистый" эксперимент, однозначно подтверждающий одну из этих точек зрения и опровергающий другую?

Задача 2

Вашему вниманию предлагается несколько видов деятельности и перечень психических свойств. Определите, из каких свойств складываются способности, как такие индивидуально-психологические особенности человека, которые выражают его готовность к овладению определенными видами деятельности и к их успешному осуществлению.

Выделите стержневые свойства.

**В и д н д е я т е л ь н о с т и:** математическая деятельность, деятельность музыканта, техническое творчество, изобретательская деятельность, чтение художественных текстов.

**С в о й с т в а л и ч н о с т и:** способность чувствовать эмоциональную выразительность в движении музыкальных звуков ("ладовое чувство");

способность к комбинированию пространственных образов, пространственное воображение;

хорошее запоминание общих схем рассуждений, доказательств, выводов, обобщенных способов решения вопросов;

целостность восприятия, т.е. умение видеть отдельные части предмета в их соотношении с другими частями;

полнота, яркость представлений наглядных образов;

способность к слуховому представлению сочетаний музыкальных звуков;

умение находить рациональный подход к практическим задачам с учетом свойств и возможностей материалов;

многообразный подход к решению вопроса;

умение оценивать соотношение пропорций и размеров;

легкая способность к воссозданию образов по словесному описанию;

способность переживать и чувствовать эмоциональную выразительность музыки;

острота наблюдательности за работой и устройством механизмов;

легкое переключение от одной умственной операции к другой;

точность восприятия цветовых оттенков;

чуткость к языковым особенностям;

способность тонко различать звуки по высоте;

последовательность, обоснованность, логичность рассуждения;

точное запечатление и сохранение в памяти зрительных впечатлений;

эмоциональная отзывчивость на происходящее, способность представить себя на месте другого человека и сочувствовать другому человеку;

способность к абстрактным рассуждениям;

изобретательность, находчивость в решении вопроса;

умение передавать свои мысли и чувства с помощью наглядных образов;

способность к анализу и синтезу образного материала.

/Мерлин В.С./

Как Вы относитесь к следующему высказыванию С.Л.Рубинштейна:  
"Дифференциация и специализация способностей в действительности  
зашла далеко, что для ряда ученых утраченными оказались их общая  
основа и внутреннее единство. При этом в процессе этой всеобщей  
специализации способности к различным специальным видам деятель-  
ности-технической, изобразительной, музыкальной и т.д. - стали  
представляться совершенно не связанными друг с другом"/Рубинштейн С.Л.  
Основы общей психологии.-М., 1935 г. С.645/.

### Задача 3

Какой важнейшей психологической проблеме посвящены приведен-  
ные наблюдения и исследования? В чем заключается дилемма происхож-  
дения способностей? В чем убеждают Вас приведенные примеры? Каковы  
их альтернативы?

А. В процессе биографических исследований, направленных на изу-  
чение родословных выдающихся представителей науки и искусства были  
получены интересные факты. Так, было установлено, что прабабушка  
Л.Н.Толстого - Ольга Трубецкая и прабабушка А.С.Пушкина - Евдокия  
Трубецкая были родными сестрами.

Пять крупнейших представителей немецкой культуры - поэты Шил-  
лер и Гельдерлин, философы Шеллинг и Гегель, а также физик Макс  
Планк состояли в родстве: у них был общий предок - Иоганн Кант,  
живший в XV в.

Б. Известно, что музыкальная одаренность у Моцарта обнаружи-  
лась в 3 года, у Гайдна - в четыре года; Рафаэль проявил себя как  
художник в 8 лет, Ван-Дейк - в 10; Гаусс как чрезвычайно способный  
к математике - в 4 года.

В. В родословной Иоганна Себастьяна Баха было более 26 музы-  
кантов. Известны примеры одаренных семей и даже целых династий:  
Дарвинов, Джемсов и др.

Г. При обследовании на Аляске Эскимосских детей, не получив-  
ших образования и живущих в трудных условиях арктической пустыни,  
при научной постановке тестирования, выявили, что показатель их  
интеллектуального развития намного превышает показатели для некото-  
рых групп образованных и благополучных европейских детей.

/Дж. Брунер/

Д. Специальные тестовые исследования однояйцовых и разнояйцовых близнецов показали, что хотя в некоторых изученных случаях однояйцовые близнецы были разлучены при рождении и росли в разной среде, они оказались гораздо ближе друг другу по умственному развитию, чем воспитывающиеся вместе разнояйцовые близнецы.

/Р.Заззо/

Е. При исследовании приемных детей, которые были усыновлены при рождении, оказалось, что, когда они стали взрослыми, их умственные способности (по результатам многих психологических тестов) существенно больше соответствуют умственным способностям биологических, а не приемных родителей.

/Р.Заззо/

#### Задача 4

Патриция Гринфелд изучала некоторые феномены мышления людей в Синегале. Экспериментальная выборка: родовой строй, традиционная культура, сельская община. В исследовании брали детей родового общинного строя, сельской школы, также из столицы Синегала Докар. Изучалась способность к развитию принципов сохранения, количества вещества (феномены на сохранение Пиаже) -рис.7.

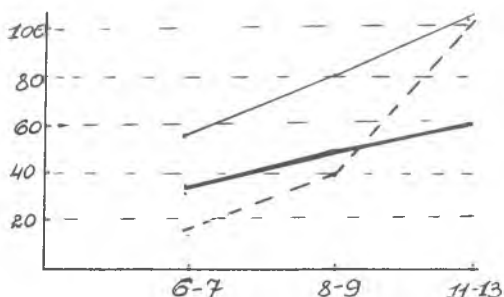


Рис. 7

На графике по оси ординат отражен процент детей, которые решают задачу правильно, по оси абсцисс - возраст детей.

- 1 - дети общ.-родов. строя  
у детей мощные внимание, высокая мотивация, терпение к занятиям, заинтересованность, хотя никогда не посещали
- 2 - сельские дети - школьники

Как Вы можете объяснить полученные экспериментальные результаты?  
С какой теорией интеллекта /Л.С.Выгодский, Дж.Брунер, Ж.Пиаже / соотносятся экспериментальные результаты? Какова роль врожденных механизмов /одаренности/ и культуры в формировании интеллекта?

#### Задача 5

Какие из перечисленных точек зрения на происхождение способностей (развитие способностей зависит только от воспитания, развитие способностей зависит от задатков и воспитания, при одних и тех же задатках степень развития способностей обусловлена воспитанием) имеют место в следующих примерах?

Какие из точек зрения являются идеалистическими и какие — материалистическими?

А. В Англии каждый ребенок в 11 лет подвергается испытанию на коэффициент умственной одаренности (IQ), после чего одних детей определяют в школе, дающие возможность получить широкое образование, других — в школе, которые готовят детей к производственной деятельности.

Б. Японский педагог С. Судзуки готовит музыкантов-скрипачей. В его школу принимаются все дети без отбора. То же делает преподаватель Химкинской музыкальной школы М.П. Кравец.

В. Отечественный психолог А.Р. Лурия наблюдал за развитием однояйцевых близнецов-дошкольников. Их по-разному учили играть со строительным материалом. В результате у одного из близнецов постройка были сложнее, разнообразнее и оригинальнее.

Г. Отечественный психолог А.Н. Леонтьев путем индивидуальной тренировки восстанавливал процесс "внутреннего пения", который был нарушен у людей, не имеющих музыкального слуха, и тем самым "делал слух".

Д. Было замечено, что очень многие студенты, успешно и творчески занимающиеся математикой, поступили в университет после окончания одной и той же школы, где учились у одного и того же педагога-математика.

Е. Некоторые ученые-биологи считают, что назрела необходимость решить проблему создания богатой человеческой природы путем пересадки ядер половых клеток.

/В.С.Мерлин/

### Задача 6

В примерах выделите условия, благоприятствующие развитию способностей.

А. Отец и мать Коли – художники. Ребенок часто наблюдал их работу, стремился "помочь" им. С раннего детства Коля много рисовал. Он любил помещать сложные композиции на бумажке величиной со спичечную коробку. На седьмом году жизни Коля совершенно самостоятельно постиг законы перспективы. Мальчик буквально не расставался со своими блокнотами, куда зарисовывал все, что поражало его воображение, будило в нем чувство. Коля много наблюдал, рано начал читать специальную литературу, изучал жизнь и деятельность великих художников, посещал картинные галереи, выставки. Двенадцатилетний мальчик увлекся красками, цветом, поисками собственного колорита. К своему творчеству относился с исключительной требовательностью и самокритичностью, работал постоянно и увлеченно. В деревне не ленился вставать ранним утром, чтобы написать восход солнца или пастушка в поле, не упускал случая сделать этюд при луне. Коля прилежно учился в средней художественной школе. (По Е.П.Ересь.)

Б. Ученицу Зину в I классе все считали тупой и бездарной: она не умела связно говорить, не знала, сколько на руках пальцев. Особенно трудно давалась ей арифметика: не умела считать даже до четырех и не имела никакого представления об отвлеченном числе, не умела производить никаких действий над числами. Складывалось впечатление, что у девочки нет памяти и отсутствует сообразительность. Учительница нашла метод, при помощи которого Зина усвоила состав и названия чисел. Учительница заметила, что девочка твердо помнит названия букв. Тогда она решила каждую цифру, начиная с трех, обозначить начальной буквой и составила таблицу из рисунков, цифр и букв – наверху нарисовала морковки, под каждым рисунком – цифру, соответствующую количеству нарисованных морковок, и под ней букву, с которой начиналось название нарисованной цифры. Девочке давалось задание найти соответствующее число. После недельных упражнений она ус-



воила состав и названия чисел, могла их называть и показывать без букв. Ощувив результаты своего труда, Зина начала упорно работать и поверила в себя. Учительница пристально следила за ее успехами и поощряла девочку. Зина научилась настойчивости, умению преодолевать трудности. Она сравнялась с классом и не отличалась по способностям от сверстников. (По Е.П.Ересь)

В. Мальчик попросил отца купить игрушечное паровое судно. Отец оттягивал покупку и предложил сыну самому построить модель парусной лодки, что и было сделано с небольшой помощью отца. Но лодка перевертывалась в воде. Мальчик стал доискиваться причины. Отец объяснил, что для постройки лодки надо знать законы механики и разбираться в чертежах. Сын стал внимательно взглядываться в рисунки и чертежи кораблей. Повысился его интерес к черчению и физике. Он построил ряд моделей, они уже не перевертывались. Появился интерес к военной истории и морским сражениям. В старших классах мальчика всерьез заинтересовали законы судостроения, которые он умело применял в моделировании кораблей. (По П.М.Якобсону).

#### Задача 7

Познакомьтесь с определениями способностей ведущих отечественных психологов. В чем Вы усматриваете их сходство и различия? Обоснуйте свой ответ.

1. Под способностями подразумеваются индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого; способностями называют не всякие вообще индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности или многих видов деятельности; понятие "способность" не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека.

/Б.М.Теплов/

2. "Способности-индивидуально устойчивые свойства личности, состоящие в специфической чувствительности к объекту, средствам, условиям деятельности и нахождению (т.е. созданию) наиболее продуктивных способов получения искомых результатов в ней"

/Н.В.Кузьмина/

3. Природные способности – "это не задатки, а то, что формируется на их основе".

/А.Н.Леонтьев/

4. Способности – ориентировочные действия.

/Л.И.Венгер/

5. Способность – это сложная синтетическая особенность личности, которая определяет ее пригодность к деятельности. Более или менее специфические качества, которые требуются для определенной деятельности и через посредство ее могут сформироваться на базе тех или иных задатков. Все специальные способности человека – это в конце концов различные проявления, стороны общей его способности к освоению достижений человеческой культуры и ее дальнейшему продвижению.

/С.Л.Рубинштейн/

6. Способности – свойство функциональных систем, реализующих отдельные психические функции, которые имеют индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии выполнения деятельности".

/В.Д.Шадриков/

#### Задача 8

Группе предлагается принять участие в обсуждении проблемы способностей.

Проанализируйте различные подходы к проблеме происхождения способностей (отечественной школы: Б.М.Теплов, С.Л.Рубинштейн, А.Ф.Лазурский, Н.С.Лейтес, Т.И.Артемьева, А.Н.Леонтьев и различных зарубежных школ: Брунер, Пиаже/.

Насколько правомерно деление способностей на качественные и количественные аспекты? Для чего используют такое деление? Проанализируйте подход Айзенка в его тестах общих интеллектуальных способностей. На какой теории основывается данный тест? Какие методы фиксации качественной и количественной сторон способностей Вы знаете?

Как Вы понимаете содержание понятий "способность", "одаренность", "талант"?

Какие мероприятия проводятся для выявления и правильного развития способных, талантливых детей/рассмотрите на примерах мас-

совой и элитарной школы в России, в США и Японии/?

Целесообразны ли эти мероприятия? Каковы последствия массовой, тоталитарной дифференциации? (См: Н.М.Магомедов Дифференцированный подход к обучению, воспитанию школьников: Проблемы. Перспективы.-Самара, Из-во Самарский университет, 1993 г.).

Обсудите проблему взаимодействия возраста и способностей. Что такое сенситивный период? Какие сенситивные периоды развития способностей Вам известны?

Что происходит с качественной и количественной сторонами способностей с течением возраста? А каковы взаимовлияния возраста, способностей и вида деятельности (математики, полководцы, ремесленники, художники)?

В связи с чем возникло разделение способностей на общие и частные? Правомерно ли такое деление? Каково взаимоотношение общих и частных способностей?

Как соотносятся способности и ориентации личности? Всегда ли соотносятся интерес к данной области со способностями к этому виду деятельности? Почему это происходит?

Каковы аспекты диагностики профессиональных и познавательных способностей?

#### Литература

1. Айзенк Г. Проверьте свои способности - М., Алфавит, 1993.
2. Ананьев Б.Г. Очерки психологии.-Л., 1945.
3. Анастаси А. Психологическое тестирование; В 2т. - М., 1982.
4. Артемьева Т.И. Методический аспект проблемы способностей.- М.: Наука, 1977.-С.8-47; 94-151.
5. Брунер Д.Х. Психология познания.-М., 1977.
6. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М., 1991.
7. Богоявленская Д.Б. Интеллектуальная активность как проблема творчества. - Ростов, 1973.-С.36-79.
8. Бодалев А.А. О направлениях и задачах научной разработки проблемы способностей.  
// Вопросы психологии.-1984 г.-№ 1.-С.779-124.
9. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в психологию.-М; Из-во Моск. ун-та, 1988.-С.234-245.

10. Грановская Р.М. Элементы практической психологии.-Л.; Из-во Ленингр. ун-та, 1988,-С.354-363.
11. Диагностика профессиональных и познавательных способностей.  
/Отв.ред. В.Д.Шадриков, В.Н.Дружинин - М., 1988 .
12. Лейтес Н.С. Умственные способности и возраст.-М., 1971.
13. Лейтес Н.С. Одаренные дети.  
/ Психология индивидуальных различий Тексты//Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я.Романова.-М.;Из-во Моск. ун-та 1982. С.140-148.
14. Пиаже Ж. Избранные психологические труды.-М., 1970.
15. Платонов К.К. Проблемы способностей. - М., 1972.
16. Развитие познавательных способностей в процессе дошкольного воспитания /Под ред. Л.А.Венгера. - М., 1986.
17. Способности и интересы /Под ред. Ф.Н.Гоноболдина и Б.М.Теплова.-М., 1962.
18. Рубинштейн С.Л.Проблема способностей и вопросы психологической теории; Теплов Б.М. Способности и одаренность /Психология индивидуальных различий: Тексты//Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я.Романова. - М., 1982.
19. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий.-М., 1961.
20. Флэйк-Хобсон К., Робинсон Б.Е., Скин П. Мир входящему: Развитие ребенка и его отношений с окружающими: Пер. с англ. /Общ. ред. и предисл. М.С.Мацковского - М.; Центр общечеловеческих ценностей, 1992.-С.374-381.
21. Чудновский В.Э.Актуальные проблемы психологии способностей//Вопр. психол.-1986-№3-С,78-89.
22. Шадриков В.Д. О содержании понятий "способности" и "одаренность" //Психологический журнал,-1983,-Т.4-№ 5-С. 3-11.
23. Шадриков В.Д. Проблемы познавательных способностей в психологии труда и обучения. //Системный подход в инженерной психологии и психологии труда. /Под ред. В.А.Бодрова, В.Ф.Венды.-М.; Наука, 1992.-С.48-60.
24. Эфроимсон В.П. Загадка гениальности. - М.. 1991.

## Задача 9

Вопрос о структуре способностей – один из центральных в психологической теории. В конце 50-х начале 60-х годов достаточно четко обозначилось противостояние в теоретических подходах к пониманию способностей.

1. Анализируя вопрос о природе способностей, С.Л.Рубинштейн отмечал, что в большинстве работ способности "рассматриваются вне связи с теми общими всем людям свойствами, которые пользуясь термином К.Маркса, можно назвать "родовыми" свойствами человека – такими, как, например, чувственность... Отрыв способностей от этих исходных человеческих свойств и законов их формирования сразу же исключает возможность объяснения развития способностей и ведет к мистифицированным представлениям о них". При этом С.Л.Рубинштейн постоянно подчеркивал, что "вопрос о способностях должен быть слит с вопросом о развитии... Развитие человека в отличие от накопления "опыта", овладения знаниями, умениями и навыками, – это есть развитие его способностей, а развитие способностей человека – это и есть то, что представляет собой развитие как таковое, в отличие от накопления знаний и умений". Способности развиваются и специфицируются в процессе деятельности, но они именно развиваются, а не создаются. В неадекватной для данной деятельности форме они существуют до нее и служат предпосылкой для ее освоения. Следует, правда, отметить, что вопрос об общих формах способностей остался в работах С.Л.Рубинштейна неразработанным.

2. Иной подход к проблеме генезиса способностей высказал Б.М.Теплов. Он сформулировал положение о том, что "нельзя понимать дело так, что способности существуют до того, как началась соответствующая деятельность, и только используются в этой последней"... "Способности не существуют до деятельности".

Т.о. с одной стороны утверждается, что способности в своей общей "родовой" форме существуют до деятельности и служат предпосылкой для ее освоения, а с другой – не существуют до деятельности. Возникает проблема: что же выступает в роли внутренних условий, через которые реализуются деятельность?

Анализируя проблему выделения отдельных способностей, Б.М.Теплов положительно оценил четыре критерия, сформулированные А.Ф.Лазурским: сравнительная простота, несложность, значительные индивидуальные колебания, значительная распространенность; большое количество связей данной наклонности с другими.

. . . К перечисленным критериям Б.М.Теплов добавил еще один, наиболее, по его мнению, существенный — значение данной способности для той деятельности, о которой идет речь. Б.М.Теплов высказал ряд ценных тонких замечаний о природе способностей. Но, находясь под влиянием идеи о создании способностей в деятельности, Б.М.Теплов приходит к выводу о том, что "классификация так называемых психических функций не может являться основой для классификации способностей. Классификация способностей должна исходить из психологического анализа соответствующих видов деятельности".

3. Анализируя данную проблему, Т.И.Артемова справедливо отмечает, что "специальные способности в конечном счете представляют собой своеобразную форму проявления общих родовых человеческих качеств в данных конкретных специальных условиях. Однако разнесение всех способностей по различным специальным видам человеческой деятельности ведет к утрате общепсихологического единства в виде общего психологического ядра, оставляет в них только понятие "успешности", которое вообще не имеет никакого самостоятельного содержания, не говоря о собственно психологическом".

4. В специально проведенном исследовании В.Д.Шадриковым было экспериментально показано, что освоение профессиональной деятельности происходит через имеющиеся у субъекта деятельности способности, которые по мере освоения деятельности и повышения требовательности к способностям, сами могут придать движение. Однако факт развития способностей в деятельности мы наблюдаем только в случае, когда требования деятельности превышают необходимый для их реализации уровень развития наличных способностей".

/По В.Д.Шадрикову/

Каковы общие тенденции развития психологической теории способностей? Какое влияние на процесс развития оказало положение о том, что способности не существуют до деятельности? Как вы полагаете, если развивать идею классификации способностей по видам деятельности, можно прийти к заключению, что специализированные способности окажутся совершенно не связанными друг с другом? Почему? На какой уровень диагностики обычно выходит психолог, перед которым встает задача диагностики способностей?

## Задача IО

Обратимся к анализу функциональной системы способностей В.Д.Шадрикова (См. рис. 8 ). На какие понятия, систему понятий опирается В.Д.Шадриков, определяя способности? В определении способностей отражено "родовое" или специально приобретенное в деятельности свойство?

С одной стороны, психологами утверждается, что способности в своей общей "родовой" форме существуют до деятельности и служат главной предпосылкой ее освоения, а с другой – "способности не существуют до деятельности". Как разрешить данное противоречие?

Как в подходе В.Д.Шадрикова рассматривается проблема структуры способностей? Откуда, если можно так выразиться, берет свое начало структура способностей?

Каким образом должен быть осуществлен психологический анализ деятельности, чтобы исследователь мог в полной мере раскрыть, что же выступает в роли внутренних условий, через которые реализуется деятельность – т.е. каковы внутренние механизмы реализации деятельности?

Как работают в деятельности отдельные психические функции? Можно ли вычленивать единую для всех способностей структуру и что она собой представляет? Как онтологически и функционально реализуется эта целостная структура?

Сможете ли Вы сейчас, после подробного аналитического рассмотрения, восстановить схему В.Д.Шадрикова по памяти?

## Задача II

Какие из признаков хороших способностей (легкость и скорость усвоения знаний, умений и навыков; преодоление неблагоприятных жизненных обстоятельств; наличие глубокого интереса к определенной деятельности; высокая степень творчества в деятельности; раннее проявление способностей к определенному виду деятельности) проявляются в следующих примерах?

А. Софья Ковалевская, не зная еще первых четырех правил арифметики, решила задачи различными оригинальными способами. В возрасте десяти лет она освоила курс арифметики, преподававшийся в Пражском университете. Затем быстро овладела курсом алгебры и приступила к высшей математике. Интерес к алгебре был так велик, что

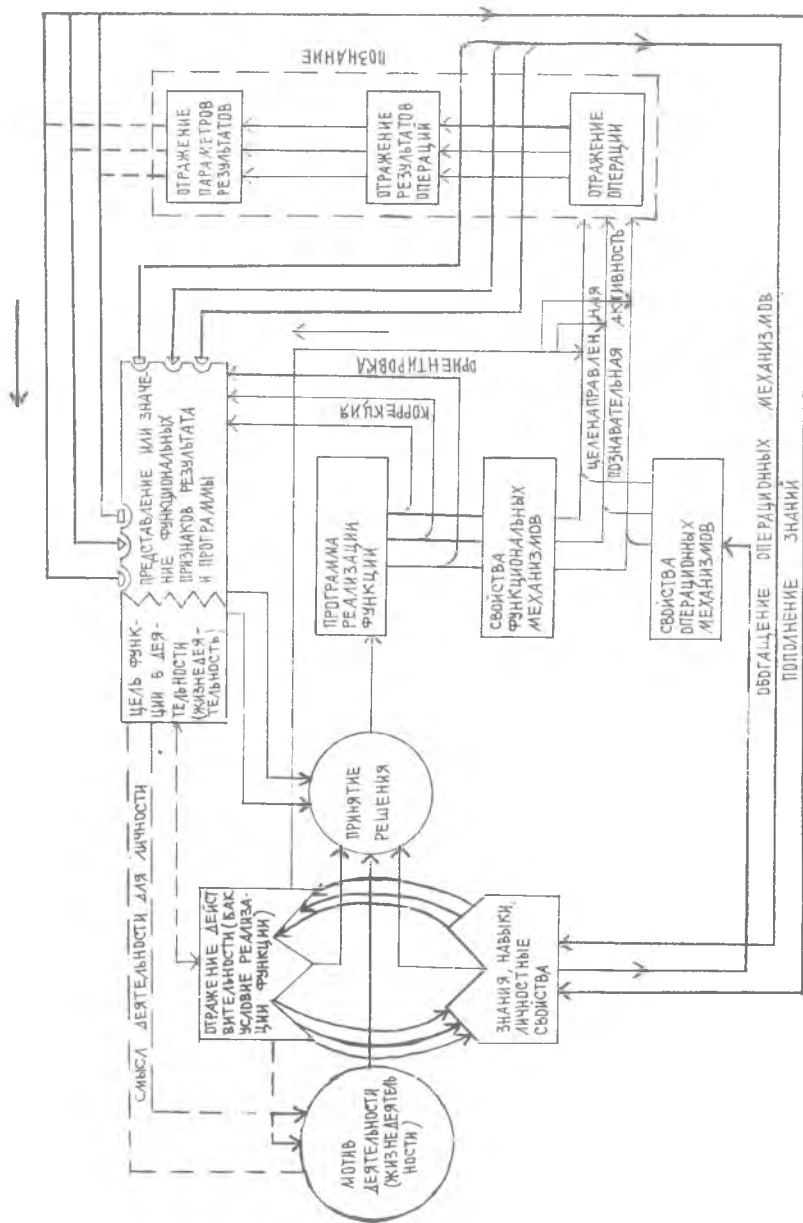


Рис. 8. Функциональная система "Способности" / по В.Д.Щадркиву/.



она даже ночью вставала и изучала материал. Встретив в курсе физики тригонометрические понятия, Софья Ковалевская самостоятельно разобралась в них, в возрасте четырнадцати лет повторив путь открытия тригонометрии.

/По А.Г.Ковалеву, В.Н.Мясищеву/

Б. В 1969 году в Киевском университете самым популярным из нескольких тысяч студентов был двенадцатилетний Саша Дворяк. Он успешно выдержал конкурсные экзамены и учился на I курсе механико-математического факультета.

Уже в четыре года он умножал, делил, извлекал корни, все устно; писать еще не умел. В школу от поступил семи лет, сразу во II класс, где занимался только месяц, в III классе учился, как все. За VI класс сразу сдавал экзамены. Среднюю школу закончил за пять лет с серебряной медалью.

/Р.Зайцев/

В. Эварист Галуа, учась в классе риторики, решил впервые заняться математикой, он стал знакомиться с "Началами геометрии" Лежандра.

Он читал страницу за страницей, и перед ним вставало здание геометрии. Читая быстро, он видел не только частые теоремы, но и их взаимосвязь, планировку целого. Он поймал себя на том, что угадывает, знает заранее, что будет сказано дальше.

Читая теоремы, он почти всегда молниеносно видел, как их можно доказать. Скоро он мог пропускать доказательства, многие теоремы он предвидел. У него было такое чувство, как будто он знает геометрию очень давно. На других уроках, в каждый свободный момент этого дня, он читал, поглощая теоремы, по-своему доказывая их, по-своему рассуждая. Вечером, лежа в кровати с открытыми глазами, он ясно видел все теоремы, с которыми познакомился за день. На другой день он опять читал "Начала геометрии" и усвоил этот курс геометрии, рассчитанный на два года занятий, за два дня.

/Леопольд Инфельд/.

Г. Наташа играла сонату Бетховена. Неожиданно раздался голос четырехлетней Тани: "Не так, не так! Неправильно играешь"! Таня взобралась на стул, и ее маленькие пальцы побежали по клавишам. Наташа посмотрела в ноты - Таня играла правильно. За два урока

она выучила всю нотную грамоту, выучила на память пьесы из "Детского альбома" Чайковского и пьесы С.С.Прокофьева, написанные для детей, прелюдии Баха, Д.Б.Кабалевского и произведения других композиторов. /По Е.А.Мальцевой/

### Задача 12

Познакомьтесь с предложенными примерами. Служат ли приведенные в них факты доказательством теории происхождения способностей? Какой именно?

А. В работе А.Р.Лурии группы детей выполняли творческие конструктивные задачи. Особенное значение имеет то обстоятельство, что в состав каждой группы входило по одному ребенку из пары однояйцевых близнецов.

Из пяти пар 5-6-летних однояйцевых близнецов создали две группы. Каждая группа занималась в течение трех недель конструированием моделей из мелких деревянных деталей. Первая копировала демонстрировавшуюся им постройку, в которой были видны все включенные в нее детали, и поэтому могла, подбирая похожие элементы, расставить и сориентировать их так, как они были даны в образце. Вторая группа получила те же конструкции, оклеенные бумагой. Конструировать в этом случае значительно труднее, так как ребенок не мог копировать, а должен был сам догадываться, из каких элементов сделана постройка. Накопленный опыт мысленного манипулирования привел к ускорению развития интеллекта. Это преимущество выявилось не только в более быстром и успешном решении контрольных задач на конструирование аналогичных моделей, но и в выполнении других типов зрительных головоломок и задач на мысленную пространственную трансформацию, и сразу после эксперимента и спустя полтора года дети из второй группы выполняли такие задания быстрее и легче, чем из первой группы.

/По Р.М.Грановской/

Б. Исследование звуковысотного слуха было проведено О.В.Овчинниковой и Ю.Б.Гиппенрейтер под руководством А.Н.Леонтьева. Отметим, что звуковысотный слух, или восприятие высоты звука, составляет основу музыкального слуха. Исследование данной перцептив-

ной способности с помощью специального метода обнаружило сильную недоразвитость ее примерно у одной трети взрослых русских испытуемых, эти же лица оказались крайне немusыкальньне.

Применение того же метода к испытуемым-вьетнамцам дало резкие отличные результаты: все они по показателю звуковысотного слуха оказались в группе лучших; по другим тестам эти испытуемые обнаружили также 100%-ную музыкальность. Эти удивительные различия авторы эксперимента объясняют особенностями русского и вьетнамского языков: первый относится к "тембровым", второй - к "тональным" языкам. Во вьетнамском языке высота звука несет функцию смысловоразличения, а русском языке такой функции у высоты речевых звуков нет. В русском, как и во всех европейских языках, фонемы различаются по своему тембру.

В результате все вьетнамцы, овладевая в раннем детстве родной речью, одновременно развивают свой музыкальный слух, чего не происходит с русскими или европейскими детьми.

В. Менее строгими, но достаточно впечатляющими являются результаты деятельности выдающихся педагогов. В частности, в Москве жил и работал учитель музыки М.П.Кравец. Он любил выбирать себе особенно неспособных в музыкальном отношении учеников и иногда доводил их до уровня Центральной музыкальной школы при Московской консерватории. Его увлекал сам процесс обучения, по его словам, неспособных детей вообще не бывает.

Ю.Б.Гиппенрейтер довелось наблюдать работу М.П.Кравца с начинающими учениками. Уроки всегда проходили в обстановке высокого эмоционального накала.

Ребенок вовлекался в живое и разнообразное общение с учителем он пел, отгадывал музыкальные загадки, подбирал к звукам картинки, бил в бубен, ритмично двигался под различный аккомпанемент. Все это сопровождалось радостным настроением и поощрениями учителя. Урок обычно заканчивался хорошо знакомой мелодией, которую издавала музыкальная модель "спутника", а под ней ребенок находил, открытку с большой, красной "пятеркой". Следующий урок ожидался с большим нетерпением.

Какие конкретные психические функции реализуют способности (рассмотрите каждый пример)? Ради чего данные психические функции сформировались в процессе эволюционного развития человека? Можно ли согласиться с определением Б.Г.Ананьева, что психическая функция есть "сложное сочетание весьма различных образований, -функцио-

нальных, операционных, мотивационных"?

Правомерно ли говорить о внутреннем единстве названных Вами психических функций? Почему? Проанализируйте каждую способность как свойство функциональных систем. /По П. Анохину /

### Задача I3

А. В. Петровский, анализируя структуру умственных способностей, выделяет специфические различия между одаренными детьми, обусловленные преобладанием сигнальной системы в психической деятельности человека.

Ситуация А. Вика И. ученица VIII класса. В ее ответах на уроке встречаются эмоциональные сравнения. Даже к алгебраическим формулам она относится эмоционально. Исследователь подмечает: увидев длинную цепь уравнений на доске, девочка, поморщившись, произнесла: "Длинное, как червяк"; алгебраическое преобразование она назвала "переодеванием"; завершив контрольную работу по геометрии на построение многоугольника, подобно, она позволила себе вовсе неуместную запись: "Они получились похожими на маму и ребенка". При решении геометрических задач (а решает она их хорошо) девочка предпочитает иногда не более простой способ, а такой, при котором "Чертеж красивее".

У нее заметен особый интерес к цвету. Она запоминает окраску химических веществ, с особенным удовольствием произносит в ответе, что калий серебристо-белый металл с синеватым отливом. В ее психологической характеристике приводится масса фактов, показывающих, что образ и чувство более значимы для этой девочки, чем мысль и строгая логика.

Ситуация Б. Эдик (10 лет, IV класс). Обнаруживая, как и все другие дети, тот же ансамбль способностей, и, прежде всего, устойчивую склонность к труду, Эдик отличается стремлением к умственным упражнениям в сфере математики и иных абстракций. Он составил несколько десятков больших сводных справочных таблиц (удельные веса, температуры плавления и проч.), перевел длинный ряд чисел из десятичной системы в двоичную, осуществлял бесконечные головомные вычисления, к примеру, переводил простые дроби в десятичные с точностью до 20 (!) знаков и т.д. Он придумывал язык, где

все правила были вывернуты на изнанку: окончания ставились впереди корня, а предлог — позади, глухие согласные заменялись звонкими и т.д. Как и всем детям, Эдику присуща фонгазия. Прочитав научно-фантастическую повесть о Зяльме, десятой планете Солнечной системы, двойнике Земли, он получил толчок для активной умственной работы и начал "населять" и "обживать" планету; Эдик занялся изобретением для них языков. "Лунатики", например, получили язык, состоящий только из гласных звуков. Для "мясоедов" были составлены огромные таблицы, где каждый слог мог выражаться одной буквой, таким образом оказалось в языке много знаков, но зато все слова стали короткими.

"Синегорцам" был дан язык иероглифов: на множестве листков выписаны самые употребительные слова, рядом с которыми нарисованы значки, состоящие из палочек, кружков, треугольников и т.п."

Воображение для него — удобный способ активизировать и приложить свои знания, толчок для работы абстрактного мышления. Фантазируя, он стремится к максимальному правдоподобию, и хотя его математические расчеты производятся по выдуманным данным и касаются выдуманных объектов, все математические правила им тщательно соблюдаются, а результаты тщательно проверяются.

Определите характерные особенности мыслительного и художественного типа одаренности детей. Выделенные Н.С.Лейтесом способности предопределяют вид деятельности человека? Как Вы относитесь к мнению, что наличие художественного типа одаренности означает слабость интеллектуальной деятельности?

Почему, имея дело с одаренными детьми, психолог на первый план выдвигает задачу формирования его личности?

Какими средствами выявления талантливых людей располагают сегодня дошкольные учреждения, школьные учебные заведения?

Как Вы понимаете роль практического психолога на этапе поиска, оценки, отбора одаренных детей?

#### Задача I4

Познакомьтесь с примерами проявления художественных способностей. В чем Вы усматриваете сходство и различие примеров?

А. Пожилая женщина, оставшись одна, наедине с инвалидной коляской, неожиданно для себя начала рисовать. Это занятие занимало весь ее день. Из-под ее карандаша и кисти выходили рисунки, ко-

торыми могли похвалиться любые начинающие художники. Бумага и карандаш были единственным общением для неё. Все свои переживания за свою трудную жизнь она отражала в своих рисунках.

Б. Японский художник Хокусай писал: "С шести лет мною владела страсть к рисованию, изображению различных форм. К пятидесяти годам у меня было сделано бесчисленное количество рисунков; но все, что я сделал к семидесяти, не стоит внимания. Только в семьдесят три я кое-что узнал о действительном строении природы-животных, растений, птиц, рыб и насекомых. Потом, когда мне будет восемьдесят, я узнаю еще больше; а в девяносто я постигну тайный смысл вещей; в сто - я безусловно достигну поразительных высот; а когда мне будет сто десять лет, все, что я ни нарисую, хоть линию, хоть точку, - все будет живым, будет дышать жизнью".

/Цит. по Э.Фромму/

Приведите психологические доводы, объясняющие "внезапное" проявление способностей в зрелом возрасте. Существуют ли возрастные границы развития способностей?

Каковы психологические причины деградации личности в старости, возникновения страха смерти и старости? Какие процессы и свойства личности могут успешно противостоять им?

#### Задача I5

Какие механизмы формирования и развития способностей раскрывают приведенные примеры?

А. Известно, что Чарли Чаплин впервые вышел на сцену в возрасте 5 лет. В тот день у его матери-актрисы сорвался голос. Ее освистали, и она ушла за кулисы. Возник неприятный разговор с директором театра, который боялся потерять денежный сбор. Но тут директору пришла в голову мысль вывести на сцену мальчика, который был здесь же с матерью за кулисами. Раньше ему доводилось видеть, как маленький Чарли пел и танцевал, подражая ей. Сказав несколько слов публике, директор ушел, оставив мальчика одного на ярко освещенной сцене. Тот начал петь, ему стали кидать деньги. Он воодушевился, и концерт продолжался с нарастающим успехом. В этот день Чарли испытал яркое эмоциональное потрясение; он понял, что сцена - его призвание.

Б. "Мне пришлось наблюдать одного мальчика, у которого очень рано, в 3,5 года пробудился интерес к числам. Едва с ними познакомившись, он провел много дней за пишущей машинкой, печатая последовательно числа натурального ряда от I до 2000. Очень скоро он освоил операции сложения и вычитания, практически не задерживаясь в пределах десятка. Больше всего его привлекало из окружения все то, что можно было измерить или выразить числом: возраст и годы рождения родственников, всевозможные веса, температуры, расстояния, количества страниц в книгах, цены, железнодорожные расписания и т.п. По всем этим поводам он активно спрашивал, переживал, размышлял. Персонажами его воображаемых игр были числа, многие из которых имели свой особый характер и поведение. Он сам "открыл" отрицательные числа, операцию умножения и т.п."

/Ю.Б. Гиппенрейтер/.

Как Вы думаете, существуют ли чувствительные периоды формирования способностей? Какие Вы знаете неблагоприятные условия для развития способностей? Приведите примеры.

#### Задача I6

Юноша К. в 16 лет поступил, приехав из провинциального города, в МГУ, выдержав при этом труднейший конкурс. Несомненно, юноша выделялся своим дарованием, живостью, эрудицией среди сокурсников, из которых многие уже прошли службу в армии, несколько лет работали и поначалу с трудом втягивались в учебу.

Студент К. схватывал все буквально на лету, к некоторым занятиям, например, по иностранному языку, мог вовсе не готовиться и все же отвечать на "хорошо" и "отлично".

Но шло время, бывшие производственники и армейцы втягивались в учебу, пошел такой учебный материал, который нельзя было схватить только на слух, но который требовал для своего усвоения усидчивости, систематических, регулярных занятий. И вдруг стало очевидно, что К. сначала постепенно сравнялся, а затем все заметнее стал отставать от сокурсников. Притязания у К. оставались по-прежнему высокими: ему нравилось (он уже привык) ходить в "выдающихся", выслушивать похвалы и одобрения.

Но К. попережнему занимался урывками, от случая к случаю. Иногда, например, он вдруг тщательно подготовится к какому-нибудь семинару, хорошо выступит, ответит на вопросы, вызывая общее одобрение преподавателя и сокурсников. Но такие успехи, в целом, играли даже отрицательную роль, потому что после них К. был полон гордости и надолго оставлял учебники.

К концу третьего курса встал вопрос о его отчислении за академическую неуспеваемость. Но и это не могло изменить прежнего стиля, хотя никто не сомневался, что серьезными занятиями он сумел бы наверстать упущенное и повысить успеваемость. Но К. стремился утверждать себя, защищать свои притязания другими способами. Он, например, пошел на прием к декану факультета – ведущему специалисту в своей области, ученому с мировым именем и заявил: "Вы напрасно думаете меня отчислять. Знайте, что через некоторое время я буду сидеть в вашем кресле, я буду деканом"...

Прошло время. Ему уже за тридцать. Он давно не учится, живет случайными заработками, дважды был женат. Последнее время стал выпивать. Внешне по-прежнему самоуверен, собирает редкие книги по психологии, говорит, что вскоре будет вновь восстанавливаться на факультет.

Но из беседы с ним становится ясно, что К. остался прежним, ставит нереальные цели, судорожно защищает свою самооценку талантливого человека, обвиняет во всем обстоятельства... Под конец разговора он спрашивает о своем бывшем сокурснике: "Неужели Р. дали доцента? А ведь на первом курсе он меня слушал с открытым ртом".

/Б.С.Братусь /

Как интегрированы способности в целостную личность К.?

Какое строение уровня притязания Вы можете вычленить в описанном примере? Умеет ли К., по Вашему мнению, различать разноразноуровневные цели, "разводить" идеальную, общую и актуальную цель? Почему?

Как отражается его "умение" на реализации функций уровня притязания в деятельности; на самоактуализации личности? Ориентируясь на какие критерии Вы можете охарактеризовать уровень способностей К.? Почему люди такого типа оказываются малопродуктивными в жизни, неспособными к самореализации творческого потенциала личности?

Как, на примере жизни К., соотносятся задатки, способности и работоспособность?



Юноше 17 лет, матери 40. Она по профессии музыковед. Физически здорова. Отец героя нашего рассказа последние 5 лет с семьей не живет. Отец музыкант, окружающие считают его человеком жестоким, грубым, эгоцентричным, несдержанным, неуравновешенным.

Материально-бытовые условия в семье очень хорошие, обстановка дома спокойная. Мать с бабушкой дружно живут. У матери много подруг, на работе ее уважают, советуются по разным вопросам.

Мать мальчика отмечает, что он всегда несколько замкнутый, больше любит играть с девочками и со всеми, кто им восхищается. С раннего детства обнаружил большой музыкальный талант, участвовал в различных музыкальных конкурсах, занимал призовые места. В школе учился хорошо, все схватывал на лету, к занятиям никогда не готовился, был сообразителен и находчив.

Чем больших успехов он добивался в школе и в музыке, тем больше внимания уделяли ему учителя, тем больше они подчеркивали его таланты и другие достоинства как вундеркинда и будущей музыкальной звезды. В связи с музыкальными успехами ребенка его выступления транслировали по телевидению, перед концертом за ним прислали персональную машину, что вызывало зависть и восхищение сверстников.

Педагоги единодушно отмечали талантливость ребенка, его большое музыкальное будущее и необыкновенную преданность любимому делу, отмечали и недостатки характера.

Мать стала обращать внимание на неровный и неприятный другим людям характер мальчика: его взрывчатость, нетерпимость к чужим мнениям, крайнюю безудержность реакций. Но она считала недостатки естественными для талантливого человека.

Мальчик вспоминает, что когда ему было 3-4 года, он однажды убил пролетающую муху и в то время, как она, мертвая, падала, вдруг испытал прилив сил, огромную радость, удовольствие, сходное с сексуальным. С тех пор, как он убивал мух или насекомых, он испытывал такое состояние /если подобных эмоций не появлялось, мальчик злился, становился хмурым, упрямым, неуправляемым/.

Когда ему было 6-7 лет, он поссорился с одним мальчиком и в драке стал душить его. В это время вдруг снова испытал то состояние, которое у него раньше было и которое с годами становилось все более редким. Ощущая шею побежденного мальчика, он вдруг испытал радость.

облегчение. После этого он целый день ходил под впечатлением пережитого. В дальнейшем, когда он вспоминал эту историю, то испытывал сильное и радостное душевное волнение.

В 9-10-летнем возрасте с ним произошла аналогичная история: подравшись в классе, он едва не задушил обидчика. Во время борьбы, и именно тогда, когда он повалил противника и стал его душить, он вновь испытал сильное возбуждение. С тех пор как он видел этого мальчика, у него при одном только воспоминании о прошедшей драке возникало сильное возбуждение.

В 12-летнем возрасте он подружился со сверстницей, много времени проводил с ней. Однажды они поссорились, и он в приступе ярости стал бить ее. Он испытывал в это время только злость, безотчетную ярость и никакого удовольствия не было. С тех пор он замечал, что возбуждение у него возникало только тогда, когда он дрался, душил, щипал мальчиков. Всякое возбуждение сопровождалось крайней яростью, во время которой он терял над собой самоконтроль, с большим трудом сдерживаясь. Однажды, когда мать сделала ему какое-то замечание, он схватил ее и подбежавшую бабушку и выбросил их из комнаты.

Однажды мальчик прочитал роман Золя "Человек-зверь" и очень заинтересовался образом главного героя Жака Лантье, и ему казалось, будто он сам человек-зверь.

В последний год стал проявлять повышенный интерес к жизни великих музыкантов. Стал более откровенным с матерью, расспрашивая ее об интимных сторонах жизни. Ему доставляло удовольствие, когда школьники говорили о нем как о необычном человеке не только из-за его музыкальных достижений, но из-за его яростности, безудержности. В школе его по-прежнему звали "психом", и он гордился этим прозвищем.

Мать решила показать мальчика психиатру. Во время беседы он охотно рассказывал врачу о своих переживаниях, отвечал на вопросы. В поведении много демонстративности, самолюбования, преувеличения своих способностей, о которых говорил без сомнения как о чем-то необычайном. Цель своей жизни видел в музыке, в дальнейшем развитии и усовершенствовании музыкальных способностей. После окончания школы настроен поступить в консерваторию.

Каких-либо жалоб не предъявляет, однако считает, что неумение ладить с людьми ему весьма мешает в жизни, однако считает, что без

вспыльчивости, безудержности, он, как талант, видимо, не смог бы развиваться.

Каковы бессознательные мотивы-установки героя?  
На какие возможные источники образования творческой энергии они указывают? Какое представление о жизни сформировалось у юноши на основе ранних воспоминаний? Как Вы полагаете, сможет ли юноша в дальнейшем развить в себе творческую индивидуальность?

РАЗДЕЛ VI ОБЩЕНИЕ И  
МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Заполнить пробелы.

1. Дистанция, позволяющая людям находиться друг от друга на расстоянии вытянутой руки, называется ..... ; дистанция, которая устанавливается между людьми на собраниях и в аудиториях, называется .....

2. К внешним факторам, способным вызвать серьезные нарушения психического равновесия человека, относятся ....., ..... и .....

3. Социальное положение человека связано с его ....., на которую рассчитывают другие члены группы и которая позволяет им ..... определенного поведения.

4. Конформизм особенно сильно развивается в тех случаях, когда велико ..... конформности, а человек испытывает большую потребность в .....

5. Влечение, которое мы испытываем к другим людям, чаще всего связано с такими ..... особенностями, как ....., ..... с нами, ....., а также .....

6. Как полагает Мерабян, смысл слов передает .....% содержания сообщения, а выражение лица - .....%.

7. Невербальный язык включает ....., ....., ....., ....., ....., ....., ....., .....

8. Наше восприятие других людей основано на впечатлениях, на которые часто влияет эффект ....., когда доминирует какая-то одна черта личности, или эффект ....., выражающийся в том, что наши первые впечатления наиболее .....

9. Казуальная атрибуция состоит в том, что поведение других людей объясняют либо свойственными им ....., либо ....., в которых эти люди оказались.

10. Из-за стереотипов мы часто имеем с другими людьми ..... сравнительно ..... представление.

II. Установка имеет три измерения: ..... , .....  
и .....

12. Многие из наших установок формируются в результате контакта с ..... ; свою ..... форму они, однако, приобретают в возрасте от ..... до .....

13. Установка легче изменяется в том случае, если коммуникатор внушает ....., если он говорит не слишком ....., если он ....., ..... и похож на нас самих.

14. Содержание передаваемого сообщения не должно слишком сильно ..... от мнения реципиента и должно показать ему, какие его могут ожидать ....., если он не ..... свою установку.

15. Механизм избирательного ..... позволяет человеку сохранять ..... и ..... своих установок, но в то же самое время редко делает его более .....

16. Согласно Фестингеру, стремление сохранить ..... своих установок заставляет нас делать всё возможное, лишь бы ..... возникающий ....., и искать доводы, чтобы ..... себя, что сделанный нами выбор – наилучший.

17. Чтобы поддерживать высокий уровень ..... с другими людьми, мы склонны ..... или даже ..... расхождение между нашими и их установками.

18. О предубеждении говорят в том случае, когда мы ..... о человеке или о группе людей, даже не ..... с ними и не зная причин их .....

### Верно или неверно?

1. Величина межличностной дистанции зависит от культурных традиций.

2. В большинстве случаев человек выбирает свою социальную роль добровольно.

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

4. Достижение человеком власти чаще всего зависит от обстоятельств или даже от случая, а не от своих внутренних качеств.

5. Коммуникация основывается на всём поведении человека в целом.

6. Эффект ореола состоит в том, что, усмотрев в человеке какое-то главное (по нашему мнению) качество, мы склонны видеть у него и другие качества, гармонирующие с этим качеством.

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

8. Стереотип – это сравнительно объективное представление о группе людей, с которой у нас были ограниченные контакты.

9. Установки "выкристаллизовываются" в период от 12 до 20 лет, и впоследствии изменить их очень трудно.

10. Сообщение может изменить установку реципиента благодаря механизму избирательного восприятия.

11. В случае когнитивного диссонанса мы всячески стараемся обосновать сделанный нами выбор.

12. Попытки достичь когнитивного равновесия часто приводят к изменению наших аффективных отношений с другими людьми.

13. Предубеждение всегда означает, что суждение о другом человеке или группе людей выносится априори.

14. Авторитарная личность менее подвержена предрассудкам, чем прочие люди.

Выбрать правильный ответ.

1. Чрезмерная плотность населения чаще всего усиливает у людей

- а/ чувство одиночества;
- б/ чувство "анонимности";
- в/ уход в себя.

2. Чрезмерный уровень шума может вызвать у людей

- а/ уменьшение агрессивности;
- б/ усиление взаимопомощи;
- в/ ухудшение успеваемости в школе.

3. Социальные роли связаны с:

- а/ социальным положением;
- б/ поведением, которого ждут от человека другие члены группы;

в/ фактическим поведением человека.

4. Конформизму особенно сильно подвержены

а/ очень дисциплинированные люди;

б/ сравнительно умные люди;

в/ люди, неустойчивые к стрессу.

5. Апатию свидетелей в критических ситуациях можно объяснить

а/ "распылением" ответственности ;

б/ уменьшением остроты ситуации;

в/ боязнь принять решение в присутствии других.

6. Вероятность увлечься другим человеком всрастает, если он

а/ часто находится поблизости;

б/ обладает качествами, противоположными нашим собственным;

в/ компетентен в тех областях, в которых мы сами плохо раз-

бираемся.

7. Интерес к другому человеку можно невербально выразить

а/ помещением на бедра руками;

б/ пронзительным голосом;

в/ пристальным взглядом, устремлённым на собеседника.

8. Склонность объяснять всё поведение человека на основе тех

качеств, которые, на наш взгляд, являются у него главными, называется эффектом

а/ первичности;

б/ ореола;

в/ плацебо;

г/ Пигмалиона.

9. Согласно Келли, мы объясняем поведение человека внутрен-

ними причинами, если это поведение является

а/ постоянным, мало отличающимся и необычным;

б/ постоянным, отличающимся и обычным;

в/ непостоянным, мало отличающимся и необычным.

10. Стереотипы

а/ представляют собой результат нашего личного опыта;

б/ укрепляются при тесном общении с другой группой людей;

в/ всегда являются предубеждениями;

г/ ни один из ответов не верен.

11. Установки

а/ определяются только нашими мнениями и убеждениями;

б/ являются результатами тех влияний, которыми мы подвергаемся с детства;

в/ с большим трудом меняются после 20-го года жизни.

12. Коммуникатору легче воздействовать на наши установки, если он

а/ внушает доверие;

б/ любезен;

в/ похож на нас самих;

г/ все ответы верны.

13. Если мы стараемся убедить себя, что сделанный нами выбор - наилучший, мы тем самым пытаемся

а/ усилить когнитивный диссонанс;

б/ создать когнитивное расновесие между своими чувствами и поведением;

в/ увеличить когнитивное расхождение;

г/ ни один из ответов не верен.

14. Предубеждения

а/ чаще всего создаются у авторитарной личности;

б/ основаны на потребности человека удостовериться в ценности собственной персоны;

в/ позволяют направить агрессивность на "группу-мишень".

15. Согласно теории когнитивного равновесия, мы склонны

а/ убеждать себя, что другие согласны с нашим мнением;

б/ преуменьшать расхождение между собственным мнением и мнением других;

в/ избегать установок, нарушающих наши взаимоотношения с другими людьми.



## Задача I

Проанализируйте основные направления в исследовании проблемы общения в отечественной психологии.

### I. Теоретический анализ общения в трудах В.М.Бехтерева.

Характеризуя роль общения в общественной жизни, Бехтерев выделяет его функции как механизма осуществления совместной деятельности и формирования ее коллективного субъекта, как условие сохранения и распространения индивидуального опыта, передачи его потомству, обеспечения исторической преемственности общественных ценностей. Общение у Бехтерева выступает как механизм объединения людей в группы, как условие социализации личности.

Социальную роль и функции общения Бехтерев анализировал на примере подражания и внушения.

Определяя внушение как одну из форм психического влияния людей друг на друга, Бехтерев относит его к области бессознательной психической деятельности, непосредственной передачи определенных "психических состояний от одного лица к другому", протекающему "без участия воли воспринимающего лица, нередко даже без ясного с его стороны сознания". Именно специфика внушения как форма "непосредственного прививания психических состояний, т.е. идей, чувствований и ощущений" без опоры на логические формы убеждения и доказательства определяют универсальность внушения.

Бехтерев вскрывает условия, при которых внушающие воздействия протекают эффективно: единство настроений, чувств, переживаний людей, однородность собрания, его моноидеизм, направленность на единую цель.

Бехтерев выделяет "непосредственное" общение без зависимости от наличия или отсутствия какого-либо "посредника". В понятие "посредники общения" Бехтерев включает широкий круг явлений, относящихся к числу средств общения, а также вещи, памятники истории и т.д.

Общение людей опосредуется не только определенными средствами, но и всем социальным контекстом их взаимодействия, ситуацией жизни и деятельности.

Бехтерев подробно рассматривает роль различных средств общения в организации взаимодействия: тактильных, зрительно-кинестетических, слуховых, моторных и т.д.

По мнению Бехтерева, способы общения членов группы зависят от конкретных характеристик коллектива: его размера, содержания совместно решаемой задачи, ситуации, в которой осуществляется взаимодействие.

## П. Теоретические проблемы в трудах В.Н.Мясищева.

Отличительной чертой научных разработок В.Н.Мясищева является то, что они зарождались и проходили апробацию в непосредственной и многолетней клинической практике, а их конечным результатом было решение прикладных задач психологии.

Психическое в целом и личностные образования в частном, по мнению В.Н.Мясищева, детерминирует общение. В процессе общения реализуется индивидуальный опыт внешних значимых для личности отношений с другими людьми. Эти отношения характеризуют степень интереса, силу эмоций, желаний или потребностей и выражаются в поведении субъектов, в их действиях и переживаниях.

Не ограничиваясь исследованием речевых коммуникаций, устанавливающихся между людьми, В.Н.Мясищев рассматривал содержательные и формальные характеристики общения целостно, как процесс взаимодействия конкретных личностей, определенным образом относящихся друг к другу и воздействующих друг на друга.

В общении, подчеркивал В.Н.Мясищев, выражаются отношения человека с их различной активностью, избирательностью, положительным или отрицательным характером. У человека отношения к разным сторонам действительности не бывают одинаковыми. "... противоположность таких проявлений, как грубость или нежность... определяется любовью или уважением к одним, враждой и пренебрежением к другим...."

Психологические причины, определяющие наличие или отсутствие между отношением и обращением у участников общения кроются не только в личностных качествах, системе отношений общающихся, но и в характере той малой группы, которую они составляют.

В.Н.Мясищев раскрыл глубокие психологические зависимости, которые существуют между тем, как человек ведет себя по отношению

к другим людям и тем, какой опыт познания, труда и общения он накопил.

Специально были рассмотрены причины, которые увеличивают или ослабляют результат словесного воздействия одного человека на другого. В.Н.Мясищев опытно-экспериментальным путем доказал, что слово, имея общий смысл для той или иной группы людей, имеет еще всегда у каждого конкретного человека индивидуальный и не только психологический, но и физиологический контекст, связанный с его индивидуальной зависимостью для человека, которая определяется местом, занимаемым в прошлом опыте предметами, символами и обстоятельствами, символизирующимися для данного человека тем или иным словом.

Каковы направления и механизмы влияния общения на психику, зависимости между общением и психическими процессами его участников?

Ответ на поставленный вопрос дало исследование больных неврозом. При возникновении отклонений во внутренней субъективной основе общения - отношениях человека-появляется более или менее сильное и устойчивое психическое состояние, которое обязательно влияет на их восприятие и память, на мышление и внимание, на аффективно-волевою сферу.

### III. Проблема общения в работах Л.С.Выготского.

Процесс развития психики (в отличие от ее функционирования) характеризуется прежде всего ее качественными и структурными изменениями. По мнению Л.С.Выготского, "сам процесс культурного развития надо понимать как изменение основной исходной структуры и возникновения на ее основе новых структур". Человек трансформируется прежде всего под влиянием общения: на базе существующих психических структур вступает в новые ситуации взаимодействия, общения и под влиянием структуры последней перестраиваются его психические структуры..." разумеется, переход извне внутрь трансформирует сам процесс, изменяет его структуру.

За всеми высшими функциями генетически стоят социальные отношения".

Л.С.Выготский пишет о необходимости моделирования механизма происхождения психических функций и в связи с этим "... разделение надвое того, что сейчас слито в одном, экспериментальное развитие

высшего психического процесса в ту драму, которая происходит между людьми".

Новообразованиями, которые складываются в психической функции в результате ее социального генеза, являются знаки.

Генез знаков начинается с ситуации общения: "Знак первоначально является средством общения, лишь затем становится средством поведения". Первоначально-означаемым является другой человек в ситуации общения и лишь затем-объект: "Сам механизм, лежащий в основе высших психических функций, есть слепок с социального... Человек и наедине с собой сохраняет функции общения". Процесс "вдвигания знака" как "среднего члена" в структуру психических функций протекает в три этапа: знак активно передается партнером, знак "поворачивается на себя", знак "врачивается внутрь" психической структуры.

Создавая свою теорию, собственно теорию социогенеза сознания, Выготский прочерчивает линию: общение - интериоризация (свертывание, трансформация) - ... внутренняя речь (слипшееся, свернутое общение, диалог-монолог) - экстериоризация (развертывание, ретрансформация) - внешняя речь, общение.

Итак, общение, взаимодействие в раннем онтогенезе меняет структуру психических процессов в их "законченном" виде; определяет их проявления - как вновь "открытых" на общение, взаимодействие, диалог.

#### IV. Вклад Б.Г.Ананьева в разработку психологических проблем общения.

В трудах, выполненных на стыке философии и психологии, Б.Г.Ананьев последовательно проводил мысль о том, что в своем повседневном бытии человек связан бесконечным числом отношений не только с предметным миром, но и с людьми. Эти отношения ус-танавливаются и развиваются в деятельности - познании, общении, труде, игре, учении и других ее видах.

Деятельность общения определяет характер социальной детерминации индивидуального развития личности и участвует в формировании всей психической организации человека.

Б.Г.Ананьев одним из первых указал на многоуровневую, иерар-

хическую и многомерную организацию общения; общение определяется системой общественных отношений, и также выступает как межличностная связь и индивидуальная форма деятельности, в связи с этим общение столь же социальное, сколь и индивидуальное явление.

Реализуя онтопсихологический подход к процессу развития человека, Б.Г.Ананьев утверждал, что в процессе развития интерличностная структура социальных связей человека, формирующаяся и реализующаяся в ходе различных видов совместной деятельности (общения), определяет развитие внутреннего, психологического содержания личности (ее интраиндивидуальную структуру), детерминируя индивидуальный склад ее психических свойств и качеств, индивидуальную структуру ее сознания и самосознания, оказывающих, в свою очередь, регулирующее влияние на организацию совместной деятельности и общения с другими людьми.

С одной стороны, многообразие связей личности с обществом определяет интраиндивидуальную структуру личности, ее внутренний мир, а, с другой стороны, устойчивые комплексы личностных свойств регулируют объем и меру активности социальных контактов личности, оказывают влияние на образование собственной среды развития. Распад интерличностных структур влечет ломку интраиндивидуальной структуры личности, возникновение острых внутренних кризисов, дезорганизующих не только индивидуальное поведение, но и совокупность индивидуального поведения участников объединений.

Б.Г.Ананьев пытается установить качественный и количественный оптимум общения, который необходим для нормального развития личности. "Самое важное — критерии избирательности в общении, мотивы, по которым осуществляется общение и которыми определяется объем общительности... В одной ситуации человек оказывается общительным, а в другой — замкнутым. Это целиком определяется мотивами его деятельности."

Б.Г.Ананьев четко и определенно показал значение комплексной разработки категории общения для общей, возрастной и педагогической психологии, а также психологии индивидуальных различий.

Какова история проблемы общения в отечественной психологии?

Традиции каких научных школ оказали существенное влияние на современные исследования общения в общей и прикладных областях психологии?

Какие условия образуют ту социально-психологическую ситуацию развития человека как личности, которая определяет содержание, уровень, структуру, форму общения с другими людьми?

### Задача 1 а

Раскройте психологическую сущность понятия "общения" на материале следующих высказываний:

А. "Отдельный человек, как нечто обособленное, не заключает человеческой сущности в себе ни как в существе моральном, ни как в мыслящем. Человеческая сущность налично только в общении, в единстве человека с человеком, в единстве, спиращемся лишь на реальности различия Я и Ты".

/ Л. Фейербах /

Б. "Для того, чтобы общаться, надо иметь то, чем можно общаться, т. е. прежде всего свои собственные переживания, чувства, мысли".

/ К. С. Станиславский /

В. "Я хочу определить философию как сознание вслух, как явленное сознание... Я бы сказал, что в запятой наших мыслей и поступков философия есть пауза... В этой... паузе, а не в элементах прямой непосредственной коммуникации и выражений осуществляется и соприсношение с родственными мыслями и состояниями других, их взаимознание и согласование, а главное - их жизнь... являющаяся великим чудом. Удивление этому чуду (в себе и в других) - начало философии (и... любви)".

/ М. Мамардашвили /

### Задача 2

Какие уровни в общении можно выделить? Каково психологическое воздействие метода "кавычек" на людей? Каковы психологические механизмы этого воздействия?

А. У вас есть знакомый с невысказанной агрессией, например, против своего начальника. Он не может её реально выразить, так как его могли бы после этого выгнать с работы. Однажды ваш знакомый

заходит к боссу и говорит: "Только что на улице какой-то человек наступил мне на ногу и сказал: Ты, глупый соплик. А я не знал, что ему ответить. А вы чтобы сделали, если бы вам кто-то сказал: ты - глупый соплик? Вот так, прямо на улице?"

Б. Р. Бэндлер однажды читал лекцию группе психологов, которые были очень обидчивы и задавали много глупых вопросов. Р. Бэндлер сказал: "Сейчас я вам расскажу историю про Милтона". / Он даже сказал, что делает! / Милтон Эриксон рассказал ему, как он остана-вливался на индюшачьей ферме. Индюки страшно шумели, а ночью он даже проснулся от этого шума, и не раз, не зная, что делать. Однажды он вышел из дома - и Бэндлер повернулся лицом ко всем психологам, которые сидели в зале - и увидел, что со всех сторон окружён индюками, согнями индюков. Индюки тут, индюки там, индюки везде. И он посмотрел на них и сказал: "Вы, индюки!". При этих словах рассказчик даже слегка отвернулся и сдержанно посмеялся. Потом он повернулся обратно и закончил рассказ: "Спасибо. Вы слышали историю о Милтоне? Я не хотел бы, чтобы вы думали, что эта история про а с ! "

В. Я вошёл в ресторан, подошёл к официантке и сказал: "Я зашёл в уличную, а этот парень подошёл ко мне и сказал: "Подмигни", - и посмотрел, что произойдёт дальше. Она подмигнёт, а я скажу: "Фу, не странно ли?" - и пойду прочь.

Г. На одной конференции для психотерапевтов Р. Бэндлер подошёл к коллеге и сказал: "Сейчас я был на лекции с доктором, и он сделал такую вещь, какую, я не видел, чтобы кто-нибудь делал. Он подошёл к одному человеку, поднял его руки вот так и сказал: "Смотри на эту руку". Затем он провёл с ним гипнотическое внушение и погрузил этого человека в гипнотическое состояние. Затем он хлопнул его по ливоту, чтобы вывести его из этого состояния и сказал: "Он себе позволяет странные вещи, не так ли?" Тот ответил: "Да, конечно, он не должен позволять себе ничего подобного". Тогда Бэндлер сказал: "Я никогда не позволяю себе ничего подобного. А вы?" - "О, никогда!" - ответил он.

Какое значение для совершенствования собственного поведения имеет этот приём?

/ Р. Бэндлер, Дж. Гриндер /

## Задача 2а

Проведите обсуждение в группах современных проблем психологии коммуникации.

### I. Онтология и гносеология.

Категориальная система коммуникативной деятельности.

Виды и уровни общения, критерии классификации. Динамические и статические характеристики общения. Личностный характер общения. Интерперсональные характеристики (Т.Лирш).

- Самораскрытие личности в общении. Значение личностной рефлексии в общении. Понятие о "Я-концепции", "Я-образе", "идеальном Я" и "идеальном Другом".

- Когнитивная сторона общения. Самопознание и познание других. Прогностическая деятельность и индивидуальный опыт общения.

- Функции общения (информационно-коммуникативная, регулятивно-коммуникативная, аффективно-коммуникативная, социально-перцептивная, социально-перцептивная, организация совместной деятельности и формирования межличностных отношений).

Социальная перцепция в структуре коммуникативного процесса. Интерактивные аспекты общения. Средства общения: классификации, критерии, виды. Речь как средство общения. Знаковые системы.

Эмоциональный, когнитивный и поведенческий уровни самопрезентации в общении. Когнитивная модель регуляции поведения как инструмент самоанализа.

### II. Потребностно-мотивационный базис общения.

Психическое отражение потребностей: источники, объекты потребностей; объективно-субъективная природа потребностей в общении. Мотивация общения.

Смыслообразующие мотивы общения (преобразования, конкуренция, достижение, кооперация).

Оценочные мотивы в общении (достижение социального статуса, признание референтной группой и обществом, достижения материального благополучия). Иерархия мотивов, доминирующий мотив. Совмести-



мость доминирующих мотивов. Идеальные мотивы (познания, творчества, компетентности).

### III. Понимание и взаимопонимание в общении.

Социокультурные предпосылки взаимопонимания.

Апперцепция в общении.

Эмпатия и её значение для межличностного контакта.

Конвенциональные роли и эмоционально-энергетические затраты на взаимодействие в общении.

Индивидуальный когнитивный опыт и коммуникативные навыки общения.

Роль ценностных ориентаций личности во взаимопонимании.

Понятие о межличностном конфликте. Конструктивные и деструктивные конфликты. Межличностный конфликт как нераскрытая возможность. Способы разрешения конфликтов. Активное восприятие и "Я-высказывание" в конфликтном взаимодействии. Картография конфликта.

Психологическая защита в общении: виды, позитивный и негативный аспекты.

## Литература:

- Агнев В.С. Психология межгрупповых отношений. - М.: МГУ, 1983.
- Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. - М., 1977.
- Васильк Ф.Е. Психология переживания. М.: Из-во МГУ, 1984.
- Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. - М.: Из-во МГУ, 1987.
- Горелов И.Н. Невербальные компоненты коммуникации. - М.: Наука, 1980.
- Корнелиус Х., Фэйр Ш. Выиграть может каждый. - М.: Стрингер, 1992.
- Кортава В.В. К вопросу о ценностной детерминации сознания. - Тбилиси: Мецниереба, 1987.
- Леонтьев А.А. Психология общения. - Тарту: Из-во ТГУ, 1974.
- Михайлов Ф.Т. Общественное сознание и самосознание индивида. - М.: Наука, 1990.
- Обозов Н.Н. Межличностные отношения. - М.: Наука, 1979.
- Обуховский К. Психология влечений человека. - М.: Прогресс, 1977.
- Тулмин Ст. Человеческое понимание. - М.: Прогресс, 1984.
- Хараш А.У. Восприятие человека как воздействие на его поведение. /Психология межличностного познания./ Под ред. А.А.Бодалева. - М.: Из-во МГУ, 1981. С. 25-42.

### Задача 3

Кан тайно влюблен в Изабеллу, но не уверен, вызывает ли он у той ответное чувство. Ему хотелось бы знать, чем обусловлены её улыбки при встречах – составляют ли они особенность её манеры общения /внутренняя причина/ или же они адресованы специально ему /внешняя причина/и, таким образом, имеют для него особое значение.

Кану известно, что большинство людей, испытывая чувство к другому человеку, выражает его главным образом улыбками /обычное поведение/. Он замечает, что Изабелла всегда улыбается ему при встрече /постоянное поведение/ и, с другой стороны, что она улыбается далеко не всем /отличающееся поведение/.

Какое значение имеет истолкование улыбки в межличностных отношениях?

Посоветуйте Кану, как определить, свидетельствует ли поведение Изабеллы о любви или говорит о стремлении завязать с Каном прочие дружеские отношения?

### Задача 4

Как позиции, роли и ролевые ожидания супругов сказываются на их межличностных отношениях?

Одна пожилая супружеская пара после долгих лет совместной жизни праздновала золотую свадьбу. За общим завтраком жена подумала: "Вот уже пятьдесят лет, как я стараюсь угодить своему мужу. Я всегда отдавала ему верхнюю половину хлеба с хрустящей корочкой, а сегодня я хочу, чтобы этот деликатес достался мне". Она намазала себе маслом верхнюю половину хлеба, а другую отдала мужу.

Против её ожидания, он очень обрадовался, поцеловал её руку и сказал: "Моя дорогая, ты доставила мне сегодня самую большую радость. Вот уже более пятидесяти лет я не ел нижнюю половину хлеба, ту, которую я больше всего люблю. Я всегда думал, что она должна доставаться тебе, потому что ты так её любишь".

/Н. Пезешкян/.

#### Задача 4а

I. Одним из основателей теории атрибуции как области исследования, считают Ф.Хайдера. Ф.Хайдер был склонен сводить сущность восприятия, особенно в социальной сфере, к процессу атрибуции, т.е. субъективному, мысленному наделению окружающей среды, людей, их поведения определенными свойствами, диспозициями и значениями. Он и ввел в социальную психологию понятие казуальной атрибуции или умозаключения о причине.

По мысли Хайдера понимание обыкновенным человеком мира достигается посредством наивного казуального анализа: причины поведения кроются либо в самом человеке, либо в его окружении.

2. Г.Келли расширяет предложенную Хайдером дихотомию. Он выдвигает предположение о том, что самыми распространенными и наиболее адекватными объяснениями поведения, своеобразными конечными пунктами интерпретации являются: стимулы, индивиды и обстоятельства (в литературе их еще называют внешние факторы, внутренние факторы, случайные факторы).

Келли считает, что мы склонны приписывать поведению другого человека внутренние причины при условии: 1) низкой степени сходства; 2) низкой степени отличия; 3) высокой степени постоянства (паттерн ННВ).

Далее, мы склонны думать, что поведение человека обусловлено внешними причинами при условии: 1) высокой степени сходства; 2) высокой степени отличия; 3) высокой степени постоянства (паттерн ВВВ).

И, наконец, мы обычно полагаем, что поведение детерминировано особым течением обстоятельств, при условии: 1) низкой степени сходства; 2) высокой степени отличия; 3) низкой степени постоянства (паттерн НВН).

На чем основываются атрибутивные стратегии и для чего они необходимы человеку?

Г.Келли начинает с утверждения о том, что если человек располагает данными не одного, а многократных наблюдений, он в целях объяснения этого поведения может руководствоваться принципом ковариации: "Данное следствие приписывается той из возможных причин, с которой оно коварирует во времени".

Доказательна ли на Ваш взгляд, система взглядов Хайдера? Оцените значение предположений Келли, позволяющих интерпретировать обиденные ситуации.

Допустим, Вы являетесь свидетелем того, что некий человек испугался при встрече с собакой на улице, т.е. Вы наблюдаете его поведение (испуг) по отношению к конкретному стимулу.

Какой вопрос Вы задаёте себе в этой ситуации? Правильно: в чём причина испуга?

А. Представим, что Вам известно, что

- 1) никто обычно не пугается этой собаки;
- 2) этот человек испытывает страх и перед другими собаками;
- 3) этот человек в сходных ситуациях вёл себя подобным образом.

Какой информационный паттерн поведения Вы составили бы в данном случае?

Б. Предположим, что для этого наблюдателя Вы располагаете следующей информацией:

- 1) другие люди со страхом реагируют на эту же собаку (высокое сходство);
- 2) этот человек не пугается других собак;
- 3) этот человек, всякий раз, встречая эту собаку, испытывает страх.

К какому умозаключению приводит Вас информационный паттерн в этом случае?

Какие эксперименты по исследованию преуменьшения казуальности причин Вам известны?

Как склонен объяснять испытуемый согласие человека:

- а) с более высоким статусом;
- б) с более низким статусом?

Какая из этих ситуаций заключает большую атрибутивную неопределённость?

Какое значение для процесса общения имеет воспринимаемое различие между содействующими и противодействующими причинами?

Представьте себе, что ученик А работает над решением очень трудной задачи и успешно решает её, а ученик Б работает над решени-

ем задачи средней трудности и также успешно решает её.

Какая противодействующая успеху причина подразумевается в данном случае? Какое впечатление о способностях ученика А и Б создаёт сам факт подразумеваемого существования противодействующей внешней причины?

Как Вы считаете, сопоставимы ли принципы "наивного причинного анализа", предложенные Келли, методом определения причинных связей Фр. Бэкона-Дж. С. Лейбля?

В чём же отличие когнитивных весов "наивного психолога" от профессионального психолога?

Какие модели процесса атрибуции Вам ещё известны?

## Задача 5

Как Вы оцениваете вклад Дж.Мид в исследование условий, в которых осуществляется способность человека к росту, к развитию?

Дж.Мид писал, что: "Личностное Я", как то, что может служить объектом по отношению к самому себе, является по существу социальной структурой и возникает на основе социального опыта.

Для того, чтобы осознавать себя в процессе социального взаимодействия, индивид прежде всего должен размышлять, он не может быть просто средним представителем массы. Мид считает, что размышления, обдумывания предшествуют поступку в разумных взаимоотношениях, где образ действий индивида основан на его целостной картине социального процесса. Согласно Дж.Миду размышление, обдумывание - это "внутренний разговор", который служит основой для значимого социального взаимодействия.

Мид определял "субъектное Я" и "объектное Я" в их отношениях к социальной общности, поскольку он постоянно подчеркивал, что люди совершают поступки или действуют, одновременно отдавая себе в этом отчет. В таком случае "субъектное Я" является реагирующим "личностным Я" / "субъектное Я" реагирует на отношения и установки других, в то время как "объектное Я" представляет собой организованный комплекс отношений, которые "личностное Я" принимает как социальный ответ. "Субъектное Я" выражает себя через опыт и поступки, воспринимая их как свои собственные. "Субъектное Я" - это проявляющее инициативу, думающее, принимающее решения "личностное Я", которое отвечает "объектному Я" социальной общности через поступки. Человеческой личности, по убеждению Мид, "субъектное Я" необходимо для того, чтобы отвечать "объектному Я", представляющему собой социальный опыт. Без "субъектного Я" не было бы "объектного Я" социального, были бы только неразумные животные. У человека есть язык, что дает ему возможность обсуждать ситуации. У него также есть возможность использовать свое "субъективное Я" для того, чтобы рефлексировать социальную ситуацию.

## Задача 5 а

Какие стереотипные механизмы воздействия людей друг на друга проявляются в повседневных ситуациях общения?

А. Клерк узнаёт, что его начальник терпеть не может наполненную мусорную корзину, и именно поэтому она всегда переполнена.

Б. Богман увидел, что матрос кривится каждый раз, когда произносится слово "нижон", и применяет это слово, когда недоволен работой подчинённого.

В. Мужья находят такие способы воздействия на жён и используют их, чтобы те не покупали одежду и не пользовались машиной.

Г. Политический деятель, сулящий "хлеба и зрелищ" привлекает людей с актуальной потребностью "позаботьтесь обо мне".

## Задача 6

Какие особенности социальной перцепции проявились в следующем эксперименте?

Американский психолог П. Уилсон представлял студентам нескольких классов своего колледжа одного и того же мужчину, которого он называл "мистер Инглэнд":

- в одном классе "мистер Инглэнд" выступал как студент из Кембриджа,

- во втором - как лаборант,

- в третьем как преподаватель психологии,

- в четвёртом как доктор Инглэнд, доцент из Кембриджа,

- в последнем - "профессор Инглэнд из Кембриджа".

После того, как иностранный гость ушёл, студентов попросили максимально точно определить рост "мистера Инглэнда".

По мере своего подъёма по лестнице научных званий он неуклонно увеличивался в росте, так что последняя группа оценила его на 5 дюймов выше первой. Рост преподавателя, который ходил вместе с "мистером Инглэндом" и звание которого не менялось, во всех классах оценили одинаково.



Раскройте понятие ситуации общения. Как ситуация общения "задаёт" выбор вербальных и невербальных средств общения?

А. "Как рано мог он лицемерить,  
Таить надежду, ревновать,  
Разуверять, заставить верить,  
Казаться мрачным, изнывать,  
Двляться гордым и послушным,  
Внимательным или равнодушным!  
Как томно был он молчалив,  
Как пламенно красноречив,  
В сердечных письмах как небрежен!  
Одним дыша, одно любя,  
Как он умел забыть себя!  
Как взор его был быстр и нежен,  
стыдлив и дерзок, а порой  
Блестал послушною слезой!"

/ А. С. Пушкин /

Б. "Мужчины, а тем более женщины должны чувствовать себя в согласии с окружающей средой. Мне безразлично, в чем быть, в смокинге или в костюме, но я чувствовал бы себя крайне неловко, придя на ужин во фраке и увидев остальных мужчин в пиджаках. Я сумел бы преодолеть неловкость, но всё же я чувствовал бы себя много лучше, последовав общему правилу. Слабость? Разумеется. Но она естественна в человеке.

"Короткое или длинное платье?" – спрашиваете Вы, когда Вас приглашают на ужин. И Вы правы. Правило должно быть. Не ради того, чтобы убить оригинальность, но чтобы выявить её. Подлинная оригинальность возможна и внутри правила!"

/ Моруа А. /

Сравните стили общения Е.Онегина и человека из общества с поведением... Наташи Ростовской, Элен Безуховой и других героев романа Л.Н.Толстого "Война и мир".

## Задача 7 а

Приглашаем Вас перелистать любимые страницы... Первый бал Наташи Ростовой... Какие чувства испытывает Наташа? На каком уровне происходит ее общение с окружающими?

"... глаза ее разбегались: она ничего не видела ясно, пульс ее бил сто раз в минуту, и кровь стала стучать у ее сердца... .. и шла, замирая от волнения и стараясь всеми силами только скрыть его. ... Наташа слышала и чувствовала, что несколько голов спросили про нее и смотрели на нее.

... Наташа почувствовала, что она оставалась с матерью и Соней в числе меньшей части дам, оттесненных к стене и не взятых в польский. Она стояла, опустив свои тоненькие руки, и с мерно поднимающейся, чуть определенной грудью, сдерживая дыхание, блестящими испуганными глазами глядела перед собой, с выражением готовности на величайшую радость и на величайшее горе.

. ... у ней была одна мысль: "Неужели так никто не подойдет ко мне, неужели я не буду танцевать между первыми, неужели меня не заметят все эти мужчины... Они должны знать, как мне хочется танцевать, как я отлично танцую и как им весело будет танцевать со мною".

Звуки польского, продолжавшегося довольно долго, уже начали звучать грустно - воспоминанием в ушах Наташи. Ей хотелось плакать. ... Она не слушала и не смотрела на Веру, что-то говорившую ей... Наташа смотрела ... и готова была плакать, что это не она танцует этот первый тур вальса.

... отчаянное, замирающее лицо Наташи бросилось в глаза князю Андрею. Он узнал ее, угадал ее чувство, понял, что она была начинающая, вспомнил ее разговор на окне и с веселым выражением лица подошел к графине Ростовой. ... Он предложил ей тур вальса. То замирающее выражение лица Наташи, готовое на отчаяние и на восторг, вдруг осветилось счастливой, благодарной, детской улыбкой.

"Давно я ждала тебя", - как будто сказала эта испуганная и счастливая девочка своей просиявшей из-за готовых слез улыбкой, поднимая свою руку на плечо князя Андрея.

... едва он обнял этот тонкий, подвижный, трепещущий стан, и она зашевелилась так близко от него и улыбнулась так близко от него, вино ее прелести ударило ему в голову: он почувствовал себя ожившим и помолодевшим...

... Наташа, ... счастливая и раскрасневшаяся, не переставала танцевать целый вечер...

... Князь Андрей, как все люди, выросшие в свете, любил встречать в свете то, что не имело на себе общего светского отпечатка. И такова была Наташа, с ее удивлением, радостью, и робостью, и даже ошибками во французском языке. ... князь Андрей любовался на радостный блеск ее глаз и улыбки, относившейся не к говоренным речам, а к ее внутреннему счастью.

... старый граф подошел в своем синем фраке к танцующим... и спросил у дочери, весело ли ей? Наташа не ответила и только улыбнулась такой улыбкой, которая с упреком говорила: "Как можно было спрашивать об этом?"

- Так весело, как никогда в жизни! - сказала она... Наташа была так счастлива, как никогда еще в жизни. Она была на той высшей ступени счастья, когда человек делается вполне добр и хорош и не верит в возможность зла, несчастья и горя".

/Л.Н.Толстой/

## Задача 8

Какие приёмы языкового и неязыкового общения использовал известный герой И. Ильфа и Е. Петрова?

"Остап сразу понял, как вести себя в светском обществе. Он закрыл глаза и сделал шаг назад.

"Прекрасный мех!" – воскликнул он.

"Шутите!" – сказал Эллочка нежно. – Это мексиканский тушкан".

"Быть этого не может. Вас обманули. Вам дали гораздо лучший мех. Это шанхайские барсы. Ну да! Барсы! Я знаю их по оттенку. Видите, как мех играет на солнце! Изумруд! Изумруд!"

Эллочка сама красила мексиканского тушкана зелёной акварелью, и поэтому похвала утреннего посетителя была ей особенно приятна. Не давая хозяйке опомниться, великий комбинатор вивалил всё, что он слышал когда-либо о мехах. После этого заговорили о шёлке, и Остап обещал подарить очаровательной хозяйке несколько сот шёлковых кононов...

... "В...- парниша что надо", – заметила Эллочка в результате первых минут знакомства".

/ Ильф И., Петров Е. /

## Задача 9

Императрица Екатерина II строго преследовала так называемые азартные игры. Дошло до сведения её, что один из приближённых ко двору, а именно, Левашев, ведёт сильную азартную игру. Однажды говорит она ему с выражением неудовольствия: "А вы всё-таки продолжаете играть!" – "Виноват, Ваше Величество: играю иногда в коммерческие игры". Ответ придворного обезоружил гнев императрицы.

/ Вяземский П. А. /

Проведите транзактный анализ взаимодействия.

Каковы позиции партнёров по общению?

К какому типу транзакции относится данное взаимодействие?

## Задача 10

Зигмунд Фрейд однажды заметил, что когда пациентка словесно убеждала его в том, как она счастлива в браке, она бессознательно

снимала с пальца и надевала обручальное кольцо. Фрейд понял значение этого непроизвольного жеста.

Какова степень конгруэнтности слов и жестов пациентки?

На какую информацию наблюдатель полагается в данной ситуации?

## Задача II

Выходя из своего кабинета, Штирлиц увидел как по коридору несли чемодан Эрвина. Он узнал бы этот чемодан из тысячи: в нём хранился передатчик.

Штирлиц рассеянно и не спеша пошёл следом за двумя людьми, которые, весело о чём-то переговариваясь, несли этот чемодан в кабинет штурмбанфюрера Рольфа.

Штирлиц какое-то мгновение прикидывал: зайти в кабинет к штурмбанфюреру сразу же или попозже. Всё в нём напряглось, он коротко стукнул в дверь кабинета и, не дождавшись ответа, вошёл к Рольфу.

- Ты что, готовишься к эвакуации? - спросил он со смехом. Он не готовил эту фразу, она родилась в голове сама и, видимо, в данной ситуации была точной.

- Нет, - ответил Рольф, - это передатчик.

- Коллекционируешь? А где хозяин?

- Хозяйка. По-моему, хозяину - какж. А хозяйка с новорожденным лежит в изоляторе госпиталя "Шарите".

- С новорожденным?

- Да. И голова у стервы помята.

- Кудо. Как её допрашивать в таком состоянии?

- По-моему, именно в таком состоянии и допрашивать. А то мы канителмся, канителмся, ждём чего-то. Главное, наш болван из отделения показал ей фото чемоданов - вкупе с этим. Спрашиваем, не видит ли она здесь своих вещей. Слава богу, сбежать она не может: у неё там ребёнок, а в детское отделение никого не пускают. Я решил сегодня привезти её сюда.

- Разумно, - согласился Штирлиц. - Пост там поставили? Надо же смотреть за возможными контактами.

- Да, мы там посадили свою санитарку и заменили сторожа нашим работником.

- Тогда стоит ли её брать сюда? Поломаешь всю игру. А вдруг

она решит искать связь?

- И и сам на распутье. Боюсь, она очухается. Знаешь этих русских - их надо брать тёплыми и слабыми...

- Почему ты решил, что она русская?

- С этого и заварилась вся каша. Она орала по-русски, когда рожала.

Штирлиц усмехнулся и сказал, направляясь к двери:

- Бери её поскорей!. Хотя... Может получится красивая игра, если она начнёт искать контакты...

Уже открыв дверь, Штирлиц хлопнул себя по лбу и засмеялся:

- Я стал сикеротическим идиотом. Я ведь шёл к тебе за снотворным. Все знают, что у тебя хорошее шведское снотворное.

/ К. Семёнов /

Проанализируйте, с точки зрения транзактного анализа, позиции партнёров по обмену.

Какова динамика их позиций и каков её психологический смысл?

Задача 12

Проанализируйте сравнительную значимость и частоту характеристик ситуаций общения. Какие из них чаще всего не осознаются? Приведите собственные примеры их проявления.

### 1. Время:

чем более отдаляется реальное событие от момента его объяснения, тем стереотипнее его описание и интерпретация;

### 2. Роль:

профессиональные и межличностные роли накладывают те или иные ограничения или, наоборот, предоставляют дополнительные возможности, которые необходимо учитывать при адекватной расшифровке намерений, высказываний и поступков партнёра (и своих собственных);

### 3. Представление о себе:

является составной частью образа, который формируется нами в отношении человеку (сам этот образ является результатом сравнения характеристик другого человека со своими);

#### 4. Социальный контекст общения:

"несамостоятельный фон", необходимы значительные усилия, чтобы его заметить и объяснить;

#### 5. Невербальное поведение:

непропорционально чаще вербальное поведение (высказывания) человека становится источником, достаточным для вывода о причинах поступков;

#### 6. Информационная ценность "неслучившегося":

срок и труднее поступки человек часто воспринимает как "естественные", само собой разумеющиеся, а не как один из вариантов множества возможностей;

#### 7. Соотношение величины причины и следствия:

довольно рано в онтогенезе осознаётся соотношение: важная причина приводит к незначительному результату. Позже всех осознаётся соотношение "мухи и слона" - (причина незначимая - следствие несравнимо большее).

### Задача I3

Какие средства социального воздействия применялись в каждом классе? Какова та норма воздействия, которая способна привести к успешному выполнению деятельности?

В одном из классов в течение семи дней ученики "слышали" от разных людей (классный руководитель, завуч, уборщица, другие школьники, посетители), что они должны придерживаться лучших норм чистоты (чисто убирать класс, быть борцами за чистоту окружающей среды).

В другом классе подобная информация также "достигала" школьников в течение семи дней, но форма воздействия была иная: их хвалили за то, чего они ещё не достигли, т. е. вместо формы "вы должны..." применялась "спасибо, что вы делаете..."

/ В. П. Трусов /

### Задача I4

Для чего совершаются в шахматном состязании и в повседневной жизни ошибки оценивания? Какое психическое состояние формирует

каждая стратегия оценивания?

Очень информативным оказалось изучение "деятельности оценивания" на материале шахматной борьбы. Поведенческий компонент в данной деятельности минимальный (переставить фигуру с одного поля на другое), конечный результат – оценивание, совершается в широком диапазоне от "бездумного оценивания" до максимально объективированного.

В процессе шахматной борьбы при оценивании шахматисты используют следующие приёмы сбора информации:

- идеализация (например, информация о только успешных партиях);
- дискредитация (только проигранные соперником партии);
- переоценка (например, "зевнув" фигуру, представить случившееся как намеренную жертву);
- стимуляция (намеренный выбор рискованных дебютных вариантов).

/ Трусов В. П. /

#### Задача I5

Какие психические функции реализуются в процессе общения с самим собой? Какие психические состояния "запускают" внутренние модели?

"С некоторого времени я упорно решал вопрос – "Кто Я? – мальчик или мужчина?" Я содрагался от мысли быть мальчиком, но, с другой стороны, чувствовал что-то бесповоротное в слове "мужчина", мне представлялись сапоги и усы щёткой. Если я мальчик, как назвала меня однажды бойкая девушка с корзиной дынь, то почему я думаю о всём большом: книгах, например, и о должности капитана, семье, ребяташках, о том, как надо басом говорить.

Если же я мужчина – что более всех заставил меня думать оборвыш лет семи, сказавший: "Дай-ка прикурить, дядя!" – то почему у меня нет усов и женщины всегда становится ко мне спиной, словно я не человек, а столб?"

/ А. Грин /



## Задача 15а

На что Вы обратили внимание в первую очередь, рассматривая рисунки 9, 10, 11? Как Вы думаете, по каким признакам они объединены в группы?

Когда человек проделывает жест "рука-к-лицу" (рис. 9) и как следует его понимать?

Дайте толкование таких разновидностей жеста "рука-к-лицу", как:

- "руки в замок" (а);
- "защита рта рукой" (б);
- потирание уха (в).

Какую психологическую интерпретацию Вы можете дать другим разновидностям жеста "рука-к-лицу":

- прикосновение к носу,
- потирание века,
- почесывание и потирание шеи,
- оттягивание воротничка,
- пальцы во рту,
- поглаживание подбородка,
- потирание затылка,
- хлопок по лбу?

Могут ли эти жесты сочетаться и каким образом? В чем заключается искусство правильной интерпретации жестов? Возможны и если да, то как часто в Вашем опыте случались ошибки толкования?

На что Вы обращаете внимание на рис. 10? Каковы позы, осанка, взгляд, мимика, пантамимика героев? Сравните параметры языка телодвижений мужчин (рис. 10 а и б). Назовите все жесты и сигналы, характерные для ухаживания. Какие Вы знаете разновидности позы со скрещенными ногами: в положении стоя и в сидячем положении?

Какое значение имеет правильная интерпретация жестов в повседневных ситуациях и ситуациях делового общения (в работе торговых агентов, при ведении переговоров, в контексте психотерапевтического процесса)? и др.

От чего зависит физическое расстояние между общающимися людьми? Какие социокультурные нормы следует учитывать в общении с представителями контактных и неконтактных народов?

Проанализируйте позиции участников общения на рис. 11.



а/



б/





a/



b/

Fig. 10



a/



б/

Рис. II

На какие сигналы Вы сразу же обратили внимание? Попробуйте воспроизвести с партнером рис. II а, б. Какие чувства Вы испытываете в каждой ситуации?

Можно ли язык телодвижений назвать языком телесных чувствований? Почему?

/По А.Пизу/.

### Задача I6

Какой стиль поведения характерен для Вас? Как Вы относитесь к тому, что у Вас возникают враждебные чувства по отношению к другим?

Аронсон и Линдер (1965) попытались ответить на этот вопрос, поставив следующий опыт. На протяжении семи экспериментальных сеансов "подставные" участники опыта высказывали похвальные или, наоборот, критические замечания по поводу выполнения заданий испытуемыми. В зависимости от инструкций, полученных "подставными лицами", создавались ситуации четырех типов. От одних людей испытуемые получали на протяжении всех семи сеансов только похвалу; от других - только критику; от третьих - на протяжении первых трех с половиной сеансов только критику, а в течение остального времени только одобрение; от четвертых - наоборот, одобрение в первых трех с половиной сеансах и систематическую критику с трех с половиной последних.

Затем испытуемых попросили, не упоминая о сделанных в их адрес замечаниях, выразить своё отношение к различным участникам эксперимента, оценивавшим их деятельность.

Результаты изумили экспериментаторов. Прежде всего оказалось, что те "подставные лица", которые высказывали только критику, "нравились" испытуемым очень мало, но те, кто после одних только похвал принимался их критиковать, нравились ещё меньше. Люди, всё время выражавшие только одобрение, очень нравились испытуемым, но самого большого уважения удостоились те, кто сначала критиковал испытуемых, а потом стал хвалить их. /Рис. I2 /

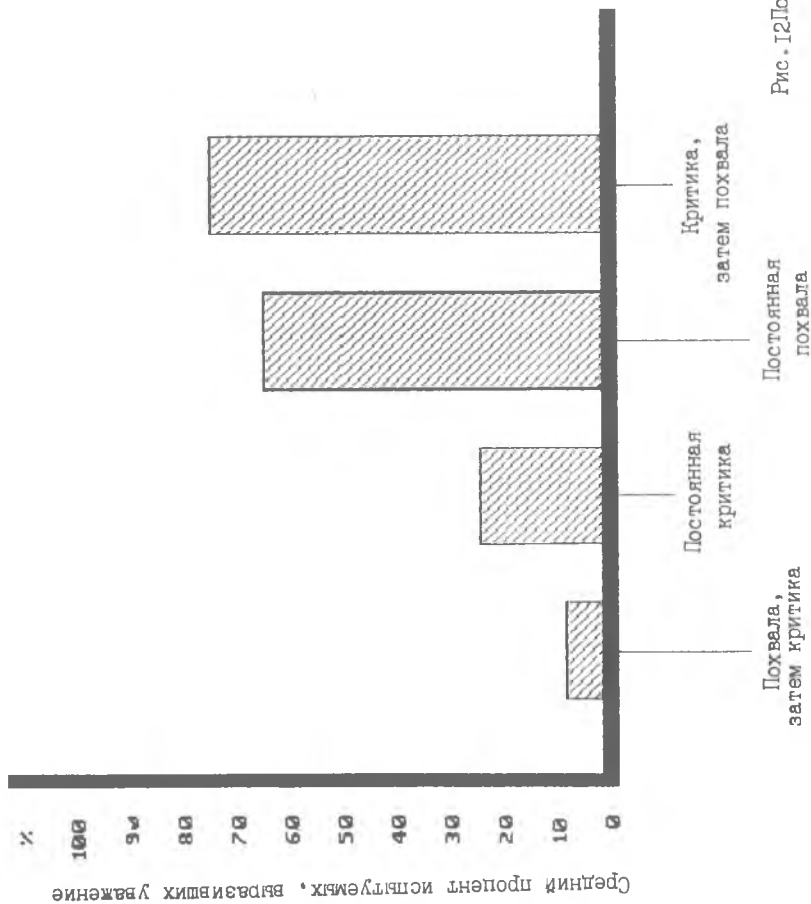


Рис. 12. Похвала и критика. Аронсон и Линдер /

## Задача I6 а

Какие стереотипы ролевого поведения обнаруживают герои отрывка? Как они воспринимают и интерпретируют поведение друг друга?

"Окончив эти занятия, Елена Николаевна окинула доверительным взглядом стол и подошла к зеркалу посмотреть на себя. Зеркало без малейшей лести показало ей хорошенькую молодую женщину в чёрном фаре, гладко обвивавшем стройный стан... Весёлое выражение №1 очень шло к этой подвижной физиономии. Елена Николаевна осталась довольной номером первым и сделала мину №2, мечтательно-задумчивую. Глаза перестали улыбаться и глядели куда-то вдаль через зеркало; розовые, но без знакомства с кармином, губки сжались в нитку, белый высокий лоб подёрнулся морщинами.

Она собралась было перейти к №3, как из прихожей мягко звякнул звонок. Знакомые шаги медленной, уверенной походки заставили Елену Николаевну сделать гримасу №5, более знакомую супругу, чем публике, отложить брошюру в сторону и бросить недовольный взгляд на проходившего мужа.

- Опять? - тихо пропел он сквозь зубы, кисло улыбаясь и косясь на стол. - Что опять?

- Говорильню устраиваете?

Карие глаза сощурились, лицо подёрнулось выражением №4, снисходительного презрения, и тихий, не без иронической нотки голос проговорил:

- Ты, Никс, верно, опять не в духе... Что твоя печень?"

/ Станкович К.М. /

## Задача I7

Как характеристики воздействия (информирование, внушение - предположения в вопросах) влияют на восприятие и интерпретацию ситуации?

Как взаимосвязаны процессы восприятия, мышления и памяти?

А. Испытуемым демонстрировался "фильм" об автоаварии. Первой группе испытуемых задали вопрос: "Как быстро промчался белый авто-

мобиль мимо амбара, когда он проезжал по загородной дороге," другой группе - тот же самый вопрос, но без упоминания об амбаре (фактически, в кино никакого амбара не было).

Когда позже обе группы спрашивали, видели ли они амбар в фильме, то в первой группе 17% участников "видело" амбар, во второй - 3%.

Б. В другом опыте после просмотра отрывка об автоаварии задавался один и тот же вопрос разным группам, но для каждой упоминался иной глагол, выражающий степень серьезности аварии (подтолкнул, столкнулся, сильно ударил, разбил вдребезги).

Через неделю в ответ на вопрос психолога: "Вы видели разбитое стекло у передней машины" 85% испытуемых, отвечавших ранее на вопрос с глаголом "разбил вдребезги" "видели" разбитое стекло, и только 5% - при глаголе в вопросе "подтолкнул".

Как развивается схема воспринятого события с учётом серьезности его последствий?

#### Задача I8

Какие психологические механизмы социальной перцепции (пристрастная ассимиляция, казуальное объяснение, подтверждение мнения действием) проявляются в каждом из примеров?

А. Только что расторгнувший свой брак человек будет преувеличивать процент разводов в настоящее время, а с течением времени вернётся в своих суждениях по этому вопросу к некоей средней величине.

Б. Психологические исследования показывают, что люди демонстрируют (проявляют) удивительную готовность формировать впечатления о другом человеке (событии) и делать выводы о его личностных характеристиках на основе минимальной или нерелевантной информации.

В. Психологи, используя дилемму "узника" обнаружили, что испытуемые, предпочитающие стратегию сотрудничества ("кооператоры") получают разный опыт в экспериментальной игре - с "кооператорами" разрабатывают различные варианты совместного выполнения заданий; с



"конкурентами" сами должны конкурировать.

Г. Человек объясняет свою бессонницу как следствие "глобальной" стрессовой жизненной ситуации, а реальная причина может заключаться в несоблюдении режима, духоте в комнате...

Задача 19

Какой феномен с предельной художественной выразительностью раскрывается в каждом отрывке?

В чём сходство и отличие проявления феномена в каждом из примеров?

А. "А когда его оставили спать одного в комнате с закрытыми ставнями, где на пол ложились полосы густого солнечного света, им овладевало неизбежное одиночество и печаль: он видел свою жизнь, теряющуюся в сумрачных лесных колоннадах, и понимал, что ему навсегда суждена грусть – запертая в этом круглом маленьком черепе, заточённая в этом бьшемся укрытом от всех сердце, его жизнь была обречена бродить по пустынным дорогам. Затерянный!

Он понимал, что люди вечно остаются чужими друг другу, что никто не способен по-настоящему понять другого, что заточенные в тёмной утробе матери, мы появляемся на свет, не зная её лица, что нас вкладывают в её объятия чужими, и, что попав в безвыходную тюрьму существования, мы никогда уже из неё не вырвемся, чьи бы руки нас ни обнимали, чей бы рот нас ни целовал, чье бы сердце нас не согревало.

Никогда, никогда, никогда, никогда!"

/ Вульф Т. /

Б. "Сизиф интересует меня во время этой паузы... Я вижу этого человека, спускающегося тяжёлым, но ровным шагом и страдания, которм нет конца. В это время вместе с дыханием к нему возвращается сознание, неотвратимое, как его бедствия.

И в каждое мгновение, спускаясь с вершины в логово богов, он выше своей судьбы, он твёрже своего камня. Этот миф трагичен, поскольку его герой наделён сознанием. О какой каре могла бы идти речь, если бы на каждом шагу его поддерживала надежда на успех?

Сегодняшний рабочий живёт так всю свою жизнь, и его судьба не менее трагична. Но сам он трагичен лишь в те редкие мгновения, когда к нему возвращается сознание... Ясность видения, которая должна быть мукой, обращается в его победу. Нет судьбы, которую не превозмогло бы презрение".

/ А. Камю /

Задача 20

Познакомьтесь с примером "коммуникации с симптомом".

Л К Б. Карол, можешь ли ты вспомнить последний раз, когда ты была наедине с мужчиной?

К Э Р О Л. Да. (глаза вниз и направо, лоб и виски видимо напрягаются, сжимаются мышцы вокруг глаз).

Л К Б. А когда ты вспоминаешь, испытываешь ли ты снова что-то вроде головной боли?

К Э Р О Л. О да, видит Бог, я её чувствую.

Л К Б. Хорошо. Посмотри на меня, и скажи, когда она уйдёт.

К Э Р О Л. (подчиняется, через несколько мгновений мышцы расслабляются, лоб становится опять гладким).

Л К Б. Карол, я хочу, чтобы ты обратилась к внутреннему диалогу, отправилась внутрь себя и спросила: "Хочет ли часть меня, которая вызывает эти головные боли, коммуницировать со мной в сознании?" Затем обрати внимание на любые чувства, картины, звуки или слова, которые появятся - любую реакцию, какой бы она ни была. Давай.

К Э Р О Л. О'кей (глаза вниз налево, затем снова напрягаются те же мышцы лица).

Л К Б. Хорошо, я увидела, что она ответила.

К Э Р О Л. У меня начался приступ головной боли, если вы это имеете в виду.

Л К Б. Прекрасно. Трудно искать лучшего ответа (Предпочтительно использовать симптом как носитель коммуникации. Это даёт уверенность, что коммуникация осуществляется именно с той частью бессознательного процесса, которая нужна). Теперь мы должны убедиться, что правильно понимаем эту часть. Я хочу, чтобы ты отправилась внутрь

себя и сказал: "Если ощущение в голове означает "да", и ты хочешь коммуницировать со мной в сознании, усилиь это ощущение; если "нет", заставь его исчезнуть. О'кей. Ты понимаешь?"

К Э Р О Л. Да-да. (Закрывает глаза, и скоро снова возникает то же напряжение мышц. Это напряжение служит теперь для меня визуальным средством, чтобы понимать ответы, которые получает Керол, в то время как она переживает тот же феномен кинестетически. Вскоре Керол открыла глаза). Она усилила ощущение.

Л К Б. Это хорошо. Теперь у нас есть способ эксплицитной коммуникации с этой частью. Отправься внутрь и поблагодари её за коммуникацию с тобой.

К Э Р О Л. (выполняет это).

Л К Б. Теперь отправься внутрь и спроси, захочет ли она сказать тебе, что она пытается для тебя сделать, вызывая головные боли.

К Э Р О Л. (кивает, и демонстрирует поведение обращения внутрь, мышцы лица снова напрягаются). Снова появилась головная боль, так что я полагаю, что она хочет сказать мне. Мне трудно поверить, что она делает для меня что-то хорошее.

Л К Б. И тебе верю. Но тем не менее это так. Всякое поведение так или иначе имеет смысл. Отправься внутрь и скажи "спасибо" снова, и попроси сказать тебе, что она пытается для тебя сделать. Это может быть в словах, или в картинах, или как-нибудь ещё.

К Э Р О Л. О'кей. (Закрывает глаза). Умммм...

Л К Б. Понимаешь ли ты ответ?

К Э Р О Л. О, я понимаю. Она говорит, что защищает меня, поэтому, что я не могу сказать "нет", особенно мужчинам.

Л К Б. Ну а раньше ты это знала?

К Э Р О Л. Нет, нет, понятия не имела. Из-за головных болей мне даже никогда не приходилось говорить "нет".

Л К Б. Ну, тогда она работает очень эффективно, правда?

К Э Р О Л. Да, пожалуй.

Л К Б. Согласна ли ты, что намерение позитивно? Хочешь ли ты, чтобы тебя защищали от последствий? Неумения сказать "нет" мужчинам?

К Э Р О Л. А лучше скажу "нет".

Л К Б. А ты можешь?

К Э Р О Л. Ну, я думаю, что могу.

Л К Б. Таким образом, ты думаешь, что можешь, но та часть тебя, по-видимому, не согласна.

К Э Р О Л. Ну, мне действительно трудно бывает сказать "нет", особенно мужчинам.

Л К Б. Так что, наверное, ты нуждаешься в защите, по крайней мере, пока ты не научишься говорить "нет".

К Э Р О Л. Да, нуждаюсь. Прежде, чем у меня начались головные боли, я часто попадала в неприятные положения. Я согласна, что у неё добрые намерения.

Л К Б. Тебе только не нравится способ, каким она выполняет эти намерения, да?

К Э Р О Л. Да.

Л К Б. Пока ты не овладеешь мастерством говорить "нет", когда это нужно, хочешь ли ты, чтобы ты была под защитой от последствий неумения сказать "нет"?

К Э Р О Л. Да.

Л К Б. Отправься внутрь себя и поблагодари эту часть тебя за то, что она тебя защищала все эти годы.

К Э Р О Л. О'кей. (закрывает глаза).

Л К Б. А есть ли у тебя часть, которую ты называла бы творческой?

К Э Р О Л. Да, я полагаю, что есть.

Л К Б. Хорошо, я хочу, чтобы ты отправилась к своей творческой части и попросила её, не согласится ли она создать три других способа удовлетворить те же намерения, пока ты не научишься говорить "нет".

К Э Р О Л. О'кей (закрывает глаза, улыбается). Она согласилась.

Л К Б. Как она сказала об этом?

К Э Р О Л. Она нарисовала "ДА" яркими цветами радуги, как и должна поступать творческая часть.

Л К Б. Великолепно. Попроси её продолжать.

К Э Р О Л. (закрывает глаза и склоняет голову назад. Потом кивает, раз, второй, третий). О'кей. Я получила их.

Л К Б. Хочешь ли ты сказать мне, какие это Способы?

К Э Р О Л. Конечно. Первый состоит в том, чтобы оставаться

наедине с мужчиной только если я **хочу** сказать ему "да". Второй - стать настолько безобразной, что я перестану нравиться мужчинам. Третий - занять мужчину чем-нибудь таким, что уведёт его от сексуальных мыслей.

Л К Б. О'кей. Теперь направь эти три новые возможности части, которая устраивала тебе головные боли и спроси, согласна ли она, что эти способы будут работать по меньшей мере также хорошо, как головные боли.

К Э Р О Л. О'кей (закрывает глаза на несколько мгновений, затем её лицевые мышцы сжимаются). О! Она говорит - да.

Л К Б. Хорошо. Спроси, согласна ли она осуществить новые возможности, когда это будет нужно.

К Э Р О Л. (закрывает глаза; мышцы лица сжимаются, потом расслабляются). Она сказала - да, а потом головная боль исчезла.

Л К Б. Великолепно. Вот и всё с головными болями. Теперь отправься внутрь и спроси, не возражает ли какая-нибудь часть против переговоров, которые произошли.

К Э Р С Л. (Закрывает глаза) Да. Я получила ответ печатными буквами "да"!

Л К Б. Спроси, в чём состоит возражение.

К Э Р С Л. Она говорит большими, яркими печатными буквами: "НАУЧИТЬСЯ ГОВОРИТЬ НЕТ!"

Л К Б. Я полностью согласна. Отправься внутрь и скажи этой части, что именно это ты и собираешься сделать. И поскольку ей не будет нужды возражать, она может быть очень полезной в этом деле.

К Э Р О Л. О'кей. Она говорит "О'КЕЙ" большими, яркими печатными буквами.

Л К Б. Хорошо. Спроси, есть ли ещё какие-нибудь возражения этим переговорам

К Э Р С Л. (Закрывает глаза). Кажется всё в порядке. Я чувствую себя великолепно."

/ Л. Кэмерон-Бендлер /

Какая ситуация общения рассматривается в примере? Выделите параметры ситуации и проанализируйте её психологическую структуру, опираясь на схему (См. Березин С. В., Турусова О. В. Общая психология: Учебное пособие. - Самара, 1994, С. 195).

Какая методика применена в данном примере? Какое это направление в психотерапии? Найдите в тексте данного пособия план, согласно которому осуществляется приведённый в примере терапевтический процесс. Как Вы оцениваете свой опыт применения плана по отношению к другим людям и самому себе?

Чем отличалась Ваша работа от работы Л. Камерон-Бэндлер?

Как Вы оцениваете тактику психотерапевта по применению плана и его результативность в работе с Карол?

На что в первую очередь направлена коррекция? С чем работает терапевт (с психологическим содержанием или с формой этого содержания)? Работа с какими компонентами психики приводит к коррекции всей структуры личности? Какие процессы приводят к такому результату (то, что работали с одной частью личности, получили коррекцию всей личности)?

Эти процессы описаны в Лж. Бантлером и Дж. Приклером в "Структура личности" /

В каком направлении проводилась бы работа с этой проблемой в психоаналитической терапии (психоанализе)?

В какой степени для проведения последующего анализа Вам помогла схема психологической структуры межличностной ситуации? Возникло ли у Вас желание видоизменить, скорректировать, конкретизировать схему? Почему?

## Задача 21

Вам предлагается принять участие в обсуждении такой важной проблемы социального восприятия, как критерия атрибуции.

Если нет доводов, позволяющих говорить о "ситуационной" атрибуции (Джонс), поведение обычно связывают с внутренними причинами.

Согласно Келли, при попытках понять причину поведения другого человека мы пользуемся тремя критериями: мы стараемся определить, является ли данное поведение постоянным, отличающимся и обычным или нет. /Рис. 13 /.

Поведение называют постоянным, если в сходных условиях оно всегда однотипно, оно будет отличающимся, если в других случаях проявляется иначе; и, наконец, поведение считается обычным, если в сходных обстоятельствах оно свойственно большинству людей.

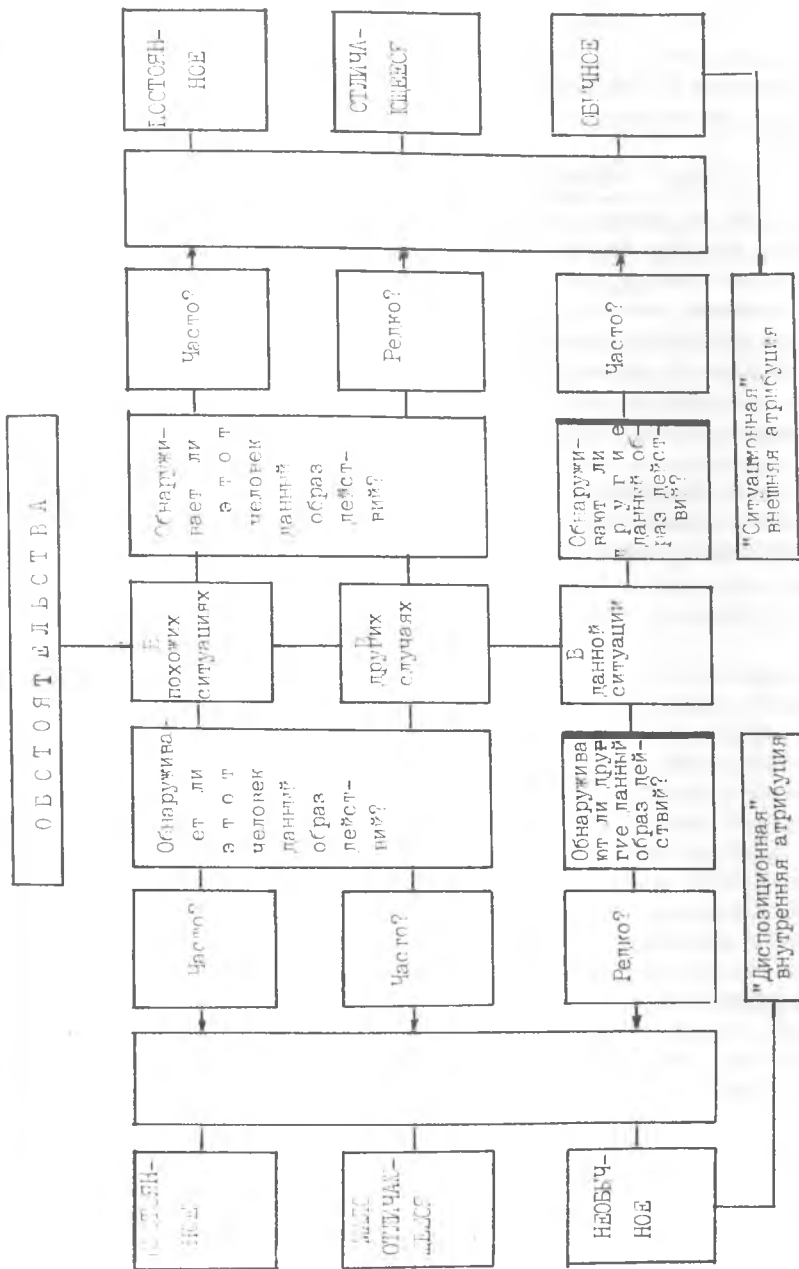


Рис. 13 Критерии внутренней и внешней атрибуции поведения /по Хелли /.

### I этап - Погружение в ситуацию.

Возьмите в качестве примера поведения 2-3 членов Вашей группы на занятиях по психологии. Предположите, какие внутренние мотивы, причины заставляют их вести себя так?

### II этап - Рефлексия.

Что Вы делали, когда объясняли поведение Вашего товарища? Почему это была каузальная атрибуция? Назовите критерии, по которым Вы можете отнести своё и суждения других членов группы относительно поведения человека к казуальной атрибуции? В какой форме происходило обсуждение поведения выбранных Вами членов группы или что-то затруднило обсуждение и приняло шуточный или игровой характер?

Повлияет ли общий, шуточный или игровой характер обсуждения поведения на объективность полученных данных?

Как Вы считаете, с какой целью были введены два этапа анализа на основе критериев внутренней и внешней атрибуции поведения: "Погружение в ситуацию", "Рефлексия"?



Какие психологические феномены описаны в примерах?

А. Если человека, который считает себя осторожным и благоразумным, всё же удастся втянуть в рискованную биржевую игру, то он будет чувствовать себя крайне неуютно. В данной ситуации он попытается либо изменить своё поведение, продав сомнительные акции, либо изменит представление о себе, заявив, что он благоразумен и осторожен в личной жизни, а в делах способен идти на риск.

Б. В широко известных экспериментах Стэнли Шахтера некоторые испытуемые получали инъекции адреналина, и при этом им говорили, что вводят витамин, улучшающий зрение. Контрольная группа получала только плацебо – солевой раствор, хотя они тоже думали, что им вводят витамины. Каждую из этих двух групп разделили на три подгруппы: одним испытуемым после инъекции сообщали о физиологическом воздействии адреналина (не упоминая самого термина "адреналин") – о том, что они могут почувствовать сердцебиение, дрожь и т.п.; другим не говорили ничего; третьим давалась ложная информация – говорилось, например, что у них могут онеметь руки и ноги, что они, возможно, будут ощущать лёгкий зуд или головную боль.

После уколов и бесед с испытуемыми каждого из них помещали в отдельную комнату, где находился ещё один человек, который говорил, что он тоже испытуемый, но на самом деле был подставным лицом – одним из экспериментаторов. Некоторые из подставных лиц нарочно как будто впадали в эйфорию, посмеивались про себя, "играли в баскетбол", используя для этого мусорную корзину и т.д. Другие были раздражительны и обидчивы, становились всё более и более злобными и покидали комнату в ярости. Экспериментаторы наблюдали за поведением этих пар через потайное окно, а затем спрашивали испытуемых об их ощущениях. Те испытуемые, которые получали укол адреналина и были правильно информированы о воздействии препарата, в наименьшей мере реагировали на поведение подставных лиц. Те же, кто был дезинформирован, чьи физиологические симптомы отличались от ожидаемых, оказывались наиболее подвержены влиянию. Они вели себя также, как и подставные лица, и сообщали, что очень счастливы или очень злы, в

зависимости от поведения последних. Т. о. столкнувшись с загадкой необъяснимого эмоционального возбуждения, которое они не могли объяснить, они пытались истолковать свои чувства, наблюдая за поведением окружающих людей. Реакция тех, кто не получил после инъекции никаких объяснений, была промежуточной.

В. Если человек решает продолжать курить, он выдвинет, например, такие аргументы: "Бросить курить - значит растолстеть" или "Когда я не курю, я становлюсь таким раздражительным, что для других будет лучше, если я курить не брошу", или "Стоит ли ради каких-нибудь двух или трёх лишних лет жизни все остальные годы лишать себя этого удовольствия?" Наоборот, если человек решил бросить курить, он всё больше будет интересоваться статистикой рака лёгких, участвовать в компаниях против курения, гордиться своей "непрокуренностью" и т. д.

Г. Молодой человек, имеющий брата - гомосексуалиста, будет поддерживать с ним такие же взаимоотношения, какие сложились прежде, систематически избегая, например, обсуждения с ним большого вопроса или же говоря себе, что его брат, должно быть, ужасно страдает от того, что с ним приключилось, и что он, безусловно, сделает всё возможное, чтобы изменить его ориентацию.

Д. Молодая женщина, возможно, сочтёт, что дело, за которое она берётся, для неё не столь важно, как любовь к партнёру, и скажет себе, что последний, безусловно, относился бы к её политической борьбе благосклоннее, если бы не его религиозные убеждения.

Какие психологические теории предложены для объяснения тех затруднений, которые испытывает человек в связи с необходимостью радикально изменить свои взгляды в новых обстоятельствах?

Когнитивный диссонанс - следствие недостаточного определения выбора или двойственного отношения к ситуации? Почему? Какие психологические средства использует человек для восстановления когнитивного равновесия?

## Задача 23

Кто является основоположником такого направления в исследовании психологии общения как транзактный анализ? Что понимается под транзакциями? Какие виды транзакций Вам известны? Какой характер восприятия и переработки информации открыла нам теория "Трех я"?

Проанализируйте следующие диалоги. Какие виды взаимодействий проявились в каждом примере? Проиграйте диалоги в парах.

1. - Ну и молодежь пошла! Все невоспитанные, наглые.  
- Да, их бы в нашу деревню перед войной. У нас и лаптей лишних не было.
2. - Гляди, гляди, какие теперь разрезы в моде! Давай и себе такие же юбки сошьем.  
- Давай, конечно. Что мы хуже их, что ли?
3. - Ковбой: "Не хотите ли посмотреть конюшню?"  
Девушка: "Ах, я с детства обожаю конюшни!"
4. - Ну и молодежь, дает жару!  
Все сейчас немного "толкнутые"!  
А какой у них "слэнг!"  
- А ты помнишь, как мы сами тусовались да прикалывались с утра до вечера!
5. - Продавец: "Эта модель лучше, но она вам не по карману".  
Покупательница: "Вот ее то я и возьму!"

Какие транзакции являются конфликтными? Приведите соответствующие примеры.

## Задача 24

В чем заключаются особенности такого своеобразного и необычного вида общения - общения актера на сцене? Вы можете назвать существенные отличия теории переживания К.С.Станиславского от ремесленнической системы игры и теории представления?

Как оценивал К.С.Станиславский общение в структуре жизнедеятельности актера?

Познакомьтесь с некоторыми положениями теории переживания.

А. Первоначальным элементом сценического общения актера является его общение с художественным образом воображаемого ге-

роя драматического произведения, которое начинается с момента прочтения пьесы. В своем воображении он, "примеривая" этот образ на себе, выявляя его особенности, в чем-то сочувствуя, в чем-то осуждая его, ведет с ним воображаемый диалог. Актер общается от имени не существующего реально, воображаемого образа с нереальным же, воображаемым персонажем. Причем основные особенности общения актера с образом, который он должен воплотить, определяют и его общение с другим актером – исполнителем определенной роли в спектакле. "В жизни, – можно жить без хватки, а на сцене она нужна почти сплошь, постоянно, во всякую минуту возвышенного творчества". Это особое, концентрированное, типическое, "обобщенное общение", сценическое общение, становясь "спенкой, хваткой, требует участия всего внутреннего и внешнего аппарата артиста".

Б. "Актер живет, он плачет и смеется на сцене, но, плача и смеясь, он наблюдает свой смех и свои слезы"....

В. "Если в жизни людям нужно бесконечное количество приспособлений, то на сцене актерам они нужны еще в гораздо большей мере, так как там мы непрерывно общаемся, а потому все время приспособляемся. При этом большую роль играет само качество приспособлений: их ярость, красочность, дерзость, тонкость, акварельность, изящество, вкус".

Г. "Следя за игрой артиста, за его поступками, действиями на сцене, ждешь то, что он в каком-то важном месте роли скажет свою реплику громко, отчетливо, серьезно. Но вдруг вместо того совершенно неожиданно он говорит ее шутливо, весело, едва слышно и этим передает оригинальность своего чувствования. Эта неожиданность так сильно подкупает и ошеломляет, что толкование данного места роли кажется единственно верным. "Как же я не догадался, что здесь скрыто именно такое значение?!", – удивляется зритель, любясь неожиданным приспособлением".

Д. "Но в театре, переполненном зрителями, с тысячами сердец, бьющимися в унисон с сердцем артиста, создается прекрасный резонанс и акустика для нашего чувства. В ответ на каждый момент подлинного переживания на сцене, несутся к нам обратно из зрительного зала отклик, участие, сочувствие, невиданные токи от тысячи живых, взволнованных людей, вместе с нами творящих спектакль"... "Ощущение отклика тысячи человеческих душ, идущее из переполненного зала, приносит нам высшую радость, которая только доступна че-

ловеку".

Охарактеризуйте, пожалуйста, с психологической точки зрения такие составляющие актерского общения, как:

- художественное общение актера в образе роли на сцене;
- общение актера с самим собой;
- общение со своим партнером по спектаклю;
- общение со зрителем.

Почему, как Вы думаете, непосредственное общение со сцены в зрительный зал, минуя партнера, К.С.Станиславский назвал "ремесленническим актерским общением?"

## Задача 25

Очень популярной и успешной была и остается техника психодрамы "Волшебный магазин". Режиссер объявляет, что на сцене открывается "магазин мечты" или "Волшебный магазин". Магазин наполнен всевозможными воображениями вещами, ценность которых нельзя выразить материально. Эти вещи не продаются, но их можно получить в порядке "товарообмена", в обмен на другие ценности, которые должны отдать члены группы - вся группа в целом либо индивидуально каждый. Один за другим члены группы по своему желанию выходят на сцену и попадают в магазин в поисках идеи, мечты, надежды, честолюбивого стремления.

"Например; Депрессивная пациентка, принятая на лечение после недавней попытки суицида, входит в магазин и просит "душевный покой". "Владелец магазина", тонкий и чуткий молодой терапевт, спрашивает ее: "Что же ты хочешь отдать взамен? Ты знаешь, что мы не можем дать тебе что-то без твоего согласия пожертвовать чем-то другим". "Что Вы хотите?" - спрашивает пациентка. "Есть одна вещь, о которой мечтают многие из приходящих сюда", - отвечает терапевт. - "Это-способность и желание рожать детей. Хочешь ли ты отдать это взамен, отказаться от этого?" "Нет, это слишком дорогая цена; в таком случае, я не хочу душевного покоя".

С этими словами она спускается со сцены и возвращается на место. "Владелец магазина" попал по самому больному месту. Мария, пациентка - протагонист, была помолвлена, но отказалась выходить замуж из-за глубокого скрытого страха перед сексом и рождением ребенка. В ее воображении процесс родов был связан с образами ужаса, страданий, мучений, смерти и т.д."

/И.А.Гринберг/.

Как в данной технике были реализованы основные положения психодрамы:

- принцип "внеисторического" лечения и "здесь-и-сейчас"?  
Какие средства общения несут наибольшую психологическую нагрузку в их реализации?

## Задача 26

Проиграйте на занятии упражнение, с которого можно начинать групповое изучение психодрамы.

Членам группы предлагается разделиться пополам, образуя два круга один внутри другого. По сигналу руководителя группы участники внешнего круга движутся по часовой стрелке, а внутреннего — против часовой стрелки. Играет музыка... По сигналу руководителя участники останавливаются и поворачиваются лицом к соответствующему партнеру в другом круге. Участники спонтанно ведут ролевую игру в течение трех минут, затем в течение двух минут делятся с партнерами мыслями и чувствами относительно своего опыта. По сигналу руководителя группа опять начинает движение, затем по сигналу останавливается и повторяет процедуру выбора партнера.

В этой игре могут быть выбраны такие роли, как:

- родителей, дарящих игрушку своему ребенку, и детей;
- полицейских, дающих указания по движению, и автомобилистов;
- продавцов, старающихся продать что-то предполагаемым покупателям;
- влюбленной девушки, "признающей" в своем чувстве юноше;
- работодателя, беседующего с претендентом на работу (выпускником университета).

В конце упражнения группа обсуждает свои впечатления: делится чувствами и реакциями на разные роли.

Какие роли и для каких участников имеют наибольшее эмоциональное значение?

## Задача 27

Проанализируйте опросник "Что говорит Вам мимика и жесты?" Как Вы понимаете цели авторов методики? Какой спектр ситуаций отражает функционирование мимики и жестов? Какое место в структуре Коммуникативной компетентности занимают мимика и жесты? Какими психологическими средствами можно повысить степень осознанности и выразительности невербальных средств общения?

### ЧТО ГОВОРЯТ ВАМ МИМИКА И ЖЕСТЫ?

1. Вы считаете, что мимика и жесты это:
  - а) спонтанное выражение душевного состояния человека в данный конкретный момент;
  - б) дополнение к речи;
  - в) предательское проявление нашего подсознания,
2. Считаете ли Вы, что у женщин язык мимики и жестов более выразителен, чем у мужчин?
  - а) да;
  - б) нет;
  - в) не знаю.
3. Как вы здороваетесь с очень хорошими друзьями?
  - а) радостно кричите: "Привет!";
  - б) сердечным рукопожатием;
  - в) вы слегка обнимаете друг друга;
  - г) приветствуете их сдержанным движением руки;
  - д) целуете друг друга в щеку.
4. Какая мимика и какие жесты, по вашему мнению, означают во всем мире одно и то же? (Дайте три ответа):
  - а) когда качают головой;
  - б) когда кивают головой;
  - в) когда морщат нос;
  - г) когда морщат лоб;
  - д) когда подмигивают;
  - е) когда улыбаются.
5. Какая часть тела "выразительнее" всего?
  - а) ступни;
  - б) ноги;
  - в) руки;
  - г) кисти рук;
  - д) плечи;
6. Какая часть вашего собственного лица наиболее выразительна, по вашему мнению? (Дайте два ответа):
  - а) лоб;
  - б) брови;
  - в) глаза;
  - г) нос;



- д) губы;
- е) углы рта.

7. Когда Вы проходите мимо витрины магазина, в котором видно ваше отражение, на что в себе Вы обращаете внимание в первую очередь?

- а) на то, как на Вас сидит одежда;
- б) на прическу;
- в) на походку;
- г) на осанку;
- д) ни на что.

8. Если кто-то, разговаривая или смеясь, часто прикрывает рот рукой, в вашем представлении это означает, что:

- а) ему есть, что скрывать;
- б) у него некрасивые зубы;
- в) он чего-то стыдится.

9. На что Вы прежде всего обращаете внимание у Вашего собеседника?

- а) на глаза;
- б) на рот;
- в) на руки;
- г) на позу.

10. Если Ваш собеседник, разговаривая с Вами, отводит глаза, это для Вас признак...

- а) нечестности;
- б) неуверенности в себе;
- в) собранности.

11. Можно ли по внешнему виду узнать типичного преступника?

- а) да;
- б) нет;
- в) не знаю.

12. Мужчина заговаривает с женщиной. Он это делает потому, что...

- а) первый шаг всегда делают именно мужчины;
- б) женщина неосознанно дает понять, что хотела бы, чтобы с ней заговорили;
- в) он достаточно мужественен для того, чтобы рискнуть получить от ворот поворот.

13. У Вас создалось впечатление, что слова человека не соответствуют тем "сигналам", которые можно уловить из его мимики и жестов. Чему Вы больше поверите?

- а) словам;
- б) "сигналам";
- в) он вообще вызовет у Вас подозрение.

14. Поп-звезды вроде Мадонны или Принца направляют публике "сигналы", имеющие однозначно эротический характер. Что, по-вашему, за этим кроется?

- а) просто фиглярство;
- б) они "заводят" публику;
- в) это выражение их собственного настроения.

15. Вы смотрите в одиночестве страшную детективную кинолентку. Что с Вами происходит?

- а) я смотрю совершенно спокойно;
- б) я реагирую на происходящее каждой клеточкой своего существа;
- в) я закрываю глаза при особо страшных сценах.

16. Можно ли контролировать свою мимику?

- а) да;
- б) нет;
- в) только отдельные ее элементы.

17. При интенсивном флирте Вы "изъясняетесь" преимущественно...

- а) глазами;
- б) руками;
- в) словами.

18. Считаете ли Вы, что большинство наших жестов...

- а) "подсмотрены у кого-то и заучены;
- б) передаются из поколения в поколение;
- в) заложены в нас от природы.

19. Если у человека борода, для Вас это признак...

- а) мужественности;
- б) того, что человек хочет скрыть черты своего лица;
- в) того, что этот тип слишком ленив, чтобы бриться.

20. Многие люди утверждают, что правая и левая стороны лица у них отличаются друг от друга. Вы согласны с этим?

- а) да;  
б) нет;  
в) только у пожилых людей.

Ключ:	1. а-2 б-4 в-3	11. а-0 б-3 в-1
	2. а-1 б-3 в-0	12. а-1 б-4 в-2
	3. а-4 б-2 в-3 д-4 г-0	13. а-0 б-4 в-3
	4. а-0 б-0 в-1 г-1 д-0 е-1	14. а-4 б-2 в-0
	5. а-1 б-2 в-3 г-4 д-2	15. а-4 б-0 в-1
	6. а-2 б-1 в-3 г-2 д-3 е-2	16. а-0 б-2 в-1
	7. а-1 б-3 в-3 г-2 д-0	17. а-3 б-4 в-1
	8. а-3 б-1 в-1	18. а-2 б-4 в-0
	9. а-3 б-2 в-2 г-1	19. а-3 б-2 в-1
	10. а-3 б-2 в-1	20. а-4 б-0 в-2

Шкала результатов:

- 77-56 - Высокий уровень коммуникативной компетентности (КК);  
55-34 - средний уровень КК;  
33-11 - ниже среднего уровня КК.

## Задача 28

Когда мы читаем: "Он стоял около порога в подобострастной позе." - или - "Она приняла угрожающую позу, - то обычно без труда эту позу представляем. Но, как правило, мы представляем позу в целом, не вдаваясь в детали. А что в действительности мы понимаем под определением "подобострастная", "угрожающая" или какая-либо другая поза? Как при этом расположены руки, ноги, голова, какой разворот, наклон имеет туловище и т.д.?

Понаблюдайте за людьми и составьте своеобразный толковый словарь поз, который бы расшифровывал, что конкретно стоит за тем или иным определением. Чтобы вам легче было начать, приводим небольшой перечень поз, который вы можете расширить. Итак, опишите следующие позы:

- |             |                |                 |
|-------------|----------------|-----------------|
| - чопорная  | - почтительная | -непринужденная |
| - небрежная | - генеральская | -меланхоличная  |
| - усталая   | - восторженная | -оборонительная |
- и т.д.

Такой же словарь составьте для расшифровки определений:

- а/ жеста /например, одобрительный, барский, жеманный/;
- б/ взгляда /грустный, хитрый, страстный/;
- в/ голоса /тревожный, ласковый, истеричный/.

Эти словари помогут вам не только лучше "читать" собеседника, но и эффективнее строить свое собственное поведение: своевременно подключать невербальные каналы общения.

## Задача 29

В этой задаче предлагаем Вам подобрать иллюстрации к приведенным отрывкам. Все они - прямая речь. А слова обычно подкрепляются другими формами общения /жесты, поза и т.д./.

Посмотрите на рисунки (рис. 14). К каждому отрывку /с №1 по №10/ подберите соответствующий рисунок /рис. А-К/.

№1 - А вдруг он только притворяется добрым? А на самом деле они сговорились и поручили ему обмануть меня, вкратце в доверие и заставить подписать какую-нибудь бумагу?



34-4111

Рис. 14

261

№ 2 - Я не писал? Я написал у вас четыре анкеты. И лично вам дал их в руки. С теми, что я написал раньше, будет - ИИЗ анкет.

№ 3 - Это сеньорита Арабела Самора. Она прекрасна, как... как... как я не знаю что.

№ 4 - Думаю, что если кто-нибудь поверил в меня, это могло бы помочь мне. Но никто в меня не поверил, и в конце концов я сам утратил веру в себя. А когда человек теряет веру в себя, он подобен воздушному шару, из которого улетучился газ.

№ 5 - Ах, это у меня в том городишке, где я заведовал, ковер был на стене. Мы, бывало, с женой, как получим жалованье, за ковер деньги бросали. Тревожно было. Но ели. Ели хорошо. Паек.

№ 6 - Джефф, - говорит он, - я и не знал, что ты такой реалист в искусстве. Ну на что тебе женщина? При чем здесь женщина? Когда ты продаешь подмоченные акции на бирже, разве ты хлопчешь о том, чтобы с них и вправду капала вода? Что общего между брачным объявлением и какой-то женщиной?

№ 7 - Выгнали вчера. ...Ну и гу-усь. Вот это фрукт. Такого противного я в жизнь свою не видела. Орет! Уволить!.. Подштанники лысе!

№ 8 - Товарищ! Без истерики. Конкретно и абстрактно изложите письменно и устно, срочно и секретно - Полтава или Иркутск? Не отнимайте время у занятого человека! По коридорам не ходить! Не плевать! Не курить! Разменом денег не затруднять!

№ 9 - Ах, черт возьми! Да почему, в конце концов, каждому действию я должен придумывать предлог? Ведь это действительно мучение, а не жизнь!

№ 10 - Артур, - говорю я, - вы никогда не рассказывали мне, что у вас до меня было какое-то увлечение, но мне рассказала все миссис Гэрли. - Я нарочно выложила ему все сразу, чтобы он знал, что мне все известно. Терпеть не могу, когда мужчина лжет.

Известно, что такие аффективные реакции, как переживание удовольствия, успокоения или, наоборот, неудовольствия, дискомфорта, являются первичными простейшими формами взаимодействия ребёнка с окружающей средой.

Познакомьтесь с анамнестическими данными детей раннего возраста с явлениями аутизма.

А. Катя Т., 6.5 лет, шизофрения. В возрасте 3.5 лет у Кати возник навязчивый интерес к уткам и лебедям, который сохранился вплоть до семилетнего возраста. Девочка постоянно говорит об их семье, играет с меховой уткой по имени Умница. Рассказывает, что у Умницы есть сестра - Утя Утишевна, а её сына зовут Крик. Позже возникли новые персонажи - Лебедёночек и Лиса. Упоминание о лисе вызывает у девочки выраженную реакцию страха и вместе с тем она часто возвращается к разговорам на эту тему: "Я ненавижу Лису, она испугивает уток и лебедей".

Кате подарили игрушечную лису. Катя била её об стенку, отрывала хвост. Просила спрятать лису: "Уберите её, она на меня смотрит", однако тут же требовала, чтобы ей разрешили с ней играть. В рисунках девочка любила изображать уток и лебедей, которые забивали лисе иглы в глаз, хвост и сердце.

Б. Сля А., 6.5 лет, шизофрения. Девочка испытывала выраженное влечение к маленьким детям со стремлением причинить им боль. Её агрессивное влечение направляется также на близких взрослых.

Сля рассказывает об этом так: "Я люблю грудных детей, а как увижу их на улице - сразу пугаю. Говорю: Укол Вам. А баба кричит: Сля, Сля, мальца! А я всё равно их пугаю, я их бью. А бабе я болтаю великие глупости. Я однажды толкнула в грязь маленького мальчика, а он не мог меня столкнуть. Он упал и срал, а я радовалась и веселилась".

В. Бева У., 7 лет, шизофрения. Мальчик рассказывает о своём брате: "М братика своего Витю не люблю, мне всегда хочется его пугать. Он балочки своей боится, а я его держу, чтобы он дрожал и

боялся. Я считаю так, зачем держать в доме бутанку, он ведь говорить не умеет, пищит только, а бы его выбросил.

Каковы характеристики аффективного компонента отношений ребёнка?

Такие переживания ребёнка являются бессознательными символическими структурами или осознаваемыми ребёнком патологическими переживаниями?

В генезе аутистического синдрома лежат механизмы, связанные с осознаваемыми или неосознаваемыми явлениями?

Может ли ответить на поставленный вопрос изучение психологической структуры игровой деятельности детей с синдромом аутизма?

### Задача 31

Является ли игра ведущим типом деятельности детей дошкольного возраста? Постарайтесь обосновать ответ на вопрос: Как патологически изменённые аффективные комплексы, влияя на игровую деятельность, приводят к нарушению реальных связей и отношений? Какие моменты позволяют различить социализированную игру от аутистической игры?

А. Дима К., 5 лет 4 месяца. Его аффективный комплекс связан со страхом и одновременным влечением ко всему горячему, воспламеняющемуся, постоянно играл "в костёр". В сюжете игры воспроизводилось сжигание сухих листьев, веток, мусора. Мальчик собирал мелкие игрушки в кучу, приносил бруски, затем как-будто поджигал эти предметы. В игре постепенно нарастало возбуждение ребёнка, ускорялся темп речи, увеличивалась громкость, движения становились хаотичными, суетливыми. Ребёнок переставал отвечать на вопросы, не реагировал на изменения в игровой комнате.

Б. Назвав себя в игре доктором, мальчик мог сначала выслушать куклу - больного, а затем бросить её на пол, пинать ногами. Девочка - "мама" смеялась, когда её "дети" попадали в больницу, она же вылила суп на голову "детям".

В. Наблюдения показали, что у каждого больного ребёнка выделял-



ся свой особый круг игрушек, предпочитаемых в течение нескольких лет. Одни играли только с застывшими игрушками, другие - исключительно с паровозами. Некоторые дети, игнорируя обычные игрушки, использовали такие бытовые предметы, как телефон, часы, киноаппарат, кофемолку, мисорубку. Очень часто возникали игры с мебелью, обувью, бумажками, тряпочками.

/ А. С. Спиваковская /.

Какое воздействие оказывает аутистическая игра на развитие личности ребенка?

Каковы подходы к коррекции аутистического поведения детей?

В чём сущность психоаналитического взгляда на игру? Что Вам известно об экспериментах по недирективной игровой терапии?

Задача 32

Представьте, пожалуйста характеристику "психологии отношений" - теоретической концепции в изучении личности и межличностных отношений: генезис, теоретико-методологическая основа, прикладное значение и т. д.

Есть ли отличия человеческих отношений от условнорефлекторных связей? В каком соотношении представлены в концепции сознание, бессознательное? Чем отличаются "неосознанные" отношения у человека от "неосознательных" отношений у животных?

Что составляет эти особые неосознанные отношения и каково их значение для педагогической психологии, медицинской психологии и психиатрии?

Неосознанные отношения можно разделить на две группы:

I группа отношений формируется на ранних этапах онтогенеза, в период "бессознательного детства" на ранних этапах "ормирования речи и мышления - в период, о котором впоследствии не остаётся никаких воспоминаний". Именно в этот период закладывается начало системы отношений - в таких системах, как "ребёнок - мать", "ребёнок - член семьи", "ребёнок - непосредственное окружение". Большая часть отношений, закладываемых в периоде раннего онтогенеза, в последующие годы развивается, совершенствуется, становится сознательной.

Некоторая часть отношений, в силу каких-то причин остаётся неосознанной на речевом уровне. Такие неосознанные отношения могут стать основой смутных страхов, неясных опасений, необъяснимых симпатий и антипатий, непонятных предчувствий, а также отдельных невротических симптомов. Отношения, образованные в раннем детстве, отличаются прочностью: они связаны со сферой инстинктов, безусловных рефлексов, имеют яркую эмоциональную окраску, образуются на фоне мощного эмоционально-вегетативного аккомпанеента.

По мере развития речи и мышления неосознанные отношения получают определённые дефиниции, включаются в системы речевых связей, однако генез их может оставаться неосознанным.

В дальнейшем, под влиянием определённых условий, в частности, психотравмирующих ситуаций, данные отношения могут актуализироваться, включаться в новые системы отношений, закрепляя при этом ригидные паттерны поведения.

II тип неосознанных отношений складывается в течение сознательной жизни.

I. Для понимания их образования А. Личко приводит концепцию И. П. Павлова о "светлом пятне", в котором легко образуются новые условные связи. Те условнорефлекторные связи, замыкание которых осуществлялось в пределах светлого пятна, у человека будут всегда максимально оречевлены и осознаны. Однако отдельные связи, в силу слабости или чрезмерной силы раздражителя, могут замыкаться и за пределами зоны оптимальной возбудимости. Наконец, зона оптимальной возбудимости вообще может отсутствовать в особых условиях (просоночные и гипнотические состояния, патологические изменения сознания).

2. Есть ещё один род отношений, образование которых может оставаться неосознанным. Такого рода отношения возникают сразу, с коду, без предварительной выработки - "с места" - это симпатии и антипатии с первого взгляда, внезапно, по мимолетному огарению сложившееся отношение и т. д. Подобные отношения, несомненно, отражают предшествующий опыт.

Можно допустить, что механизм их возникновения имеет в прообразе так называемые "ага-реакции", описанные В. Келлером у человекообразных обезьян. Механизм образования этих реакций у детей был проанализирован А. Г. Чановым-Смоленским. Каждый механизм, возможно, находится в генезе и некоторых сторон интуиции.

/ Др А. В. Лурия /

Может ли психология отношений выполнять роль общепсихологической концепции?

Как соотносятся концепция "психологии отношений" и ортодоксальный фрейдизм, неопрейдистские концепции? Можно ли обнаружить взаимосвязь концепции с индивидуальной психологией А. Адлера?

Связано ли изучение неосознанных отношений с психотерапией?

Как должно быть построен психотерапевтический процесс, если его целью является:

а/ упрочение отношений;

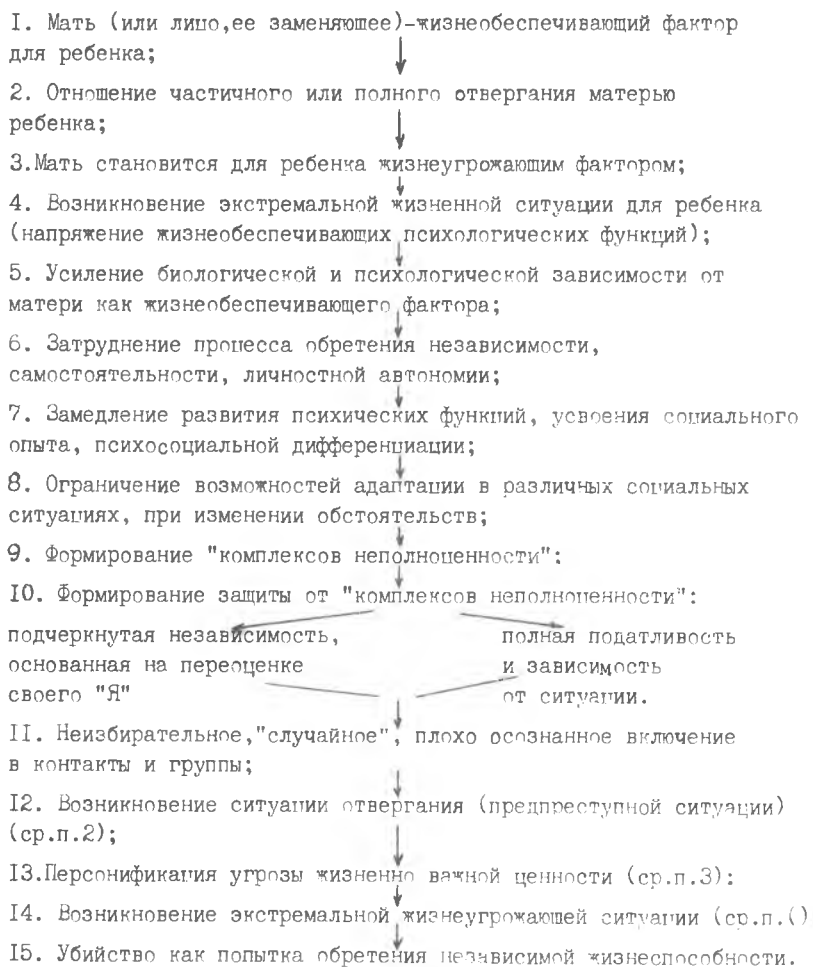
б/ угашение или переделка этих отношений?

Задача 33

Изучение личности совершивших убийства выявляет у них сильную психологическую зависимость от другого лица. Убийцы в целом относятся к такой категории людей, для которых свободная и самостоятельная адаптация к жизни - всегда трудная проблема.

Проанализируйте пожалуйста, личность совершивших убийство с точки зрения концепции "психологии отношений". Какие психологические концепции помогают объяснить психологические механизмы совершения убийства? /Рис. 15 /

СХЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МЕХАНИЗМА УБИЙСТВА  
(криминалгенетический аспект)



/По В.Л.Васильеву/.

Рис. 15

У П Р А Ж Н Е Н И Я  
ВЕДЕНИЕ БЕСЕДЫ В ПРОБЛЕМНОЙ СИТУАЦИИ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ  
(РОЛЕВАЯ ИГРА)

Вводные замечания. Беседа специалиста-психолога при консультировании является одним из основных средств психологической помощи человеку в разрешении тех или иных сложных жизненных ситуаций. Эффективность беседы как средства в арсенале активных психологических методов во многом определяется умением организовать ее так, чтобы беседа приобрела диагностические, профилактические и терапевтические свойства. Для этого построение беседы должно следовать определенной стратегии - созданию благоприятного психологического климата между партнерами в беседе, установки на взаимопонимание и сотрудничество партнеров, на совместный анализ и поиск вариантов решения проблемы; должны быть исключены типичные ошибки и использованы наиболее эффективные приемы ведения беседы.

Цель занятия. Выработка навыков ведения беседы в проблемной ситуации психологического консультирования. Задание выполняется в форме ролевой игры.

Оснащение. Видеомагнитофон.

Порядок работы. Занятие проводится в аудиторном помещении, условия которого позволяют вести видеозапись. В выполнении задания участвует группа численностью 10-12 человек. Из ее состава выделяется человек на роль "психолога-консультанта" и человек, играющий роль "обратившегося за помощью в психологическую консультацию". Остальные лица участвуют в работе в качестве "экспертов". В начале сеанса на роль "психолога" желательно выбрать человека, на мнение которого ориентируются все или большинство данной группы. В дальнейшем каждый из участников должен выступить в этой роли.

Например, задается ролевая игра следующего содержания: "На консультацию к психологу пришла женщина, у которой возникли серьезные проблемы, связанные с воспитанием сына".

Инструкция "психологу": "Вы должны провести беседу с женщиной, обратившейся за консультационной помощью. В процессе беседы необходимо разобраться в ситуации, выявить наиболее значимые объективные и субъективные факторы, обусловившие развитие данной ситуации. Дать обоснованные рекомендации для решения проблемы, вселить уверенность в возможность успешного преодоления трудностей".

Инструкция "женщине": "Вы пришли к психологу-консультанту в связи с тем, что Вас беспокоит поведение сына. В последнее время он стал себя плохо вести, особенно в общественных местах. Вы подробно об этом рассказываете психологу. Однако истинная, но неосознаваемая Вами, причина Вашего беспокойства - это не столько поведение сына как таковое, сколько: а) Ваша болезненная чувствительность к мнению окружающих; б) Ваше желание во что бы то ни стало казаться "идеальной" матерью; в) опасение серьезных конфликтов с сыном; г) боязнь осложнений в отношениях с мужем; д) опасение, что поведение сына может испортить Вашу служебную репутацию; е) опасение, что поведение сына может испортить карьеру вашего мужа; и т.п." Инструкцию "женщине", в которую включается одна из указанных выше истинных причин обращения за психологической помощью, следует давать в отсутствие "психолога".

Инструкция "экспертам": "Внимательно следите за ходом беседы и ведите протокол наблюдения (форма произвольная), в котором отмечайте все, что в поведении, вербальном и невербальном, в отдельных действиях и приемах "психолога" способствовало или препятствовало созданию благоприятного психологического климата беседы, понимаю ситуацию, выяснению истинных причин возникновения проблемы, формированию уверенности в возможности успешного и благоприятного разрешения проблемы при выполнении рекомендаций".

С началом игры, после распределения ролей и изучения инструкций, включается видеозапись. Длительность одного сеанса ролевой игры телесообразно ограничивать 15 минутами.

После окончания ролевой игры проводится ее коллективный разбор, который телесообразно начать с получения ответов на вопросы "экспертов".

#### Вопросы "психологу":

1. В чем суть проблемы у "женщины", обратившейся за консультационной помощью?
2. Какие трудности Вы испытывали при проведении беседы?
3. Что Вы делали, чтобы преодолеть трудности в беседе или избежать их?
4. Уверены ли Вы, что высказанные Вами рекомендации окажут действенную помощь "женщине"?

## Вопросы "женщине":

1. Чувствовали ли Вы, что "психолог" Вас хорошо понимает?

2. Как Вы чувствовали себя во время беседы?

3. Что в поведении, в речи "психолога" помогало, а что мешало Вам откровенно высказаться?

4. Убедены ли Вы, что данные Вам рекомендации безусловно помогут в решении проблемы?

В соответствии с полученными ответами кратко резюмируется совпадение или различие в субъективных оценках беседы со стороны "психолога" и со стороны "женщины".

Далее в дискуссии "экспертов" обсуждаются вопросы о том, что в вербальном и невербальном поведении "психолога" способствовало или препятствовало созданию благоприятного психологического климата беседы, анализу ситуаций, выяснению истинных причин возникновения проблемы, формированию уверенности в действенности психологических рекомендаций и желания их осуществить. В дискуссии необходимо использовать в качестве аргументации материалы видеозаписи и данные протоколов наблюдения. Итогом дискуссии должно быть краткое резюме по существу обсуждаемых вопросов.

Специальному анализу "экспертов" должны быть подвергнуты ошибки, выявленные в консультационной беседе. Наиболее часто встречаются следующие типичные ошибки:

- не установлен необходимый психологический контакт, что препятствует созданию благоприятного для беседы психологического климата;
- переход к решению проблемы без достаточного изучения ее сути;
- жесткая приверженность первоначально избранной гипотезе;
- авторитарность по отношению к собеседнику, навязывание ему своего мнения;
- мнение собеседника не выслушивается или дискредитируется;
- тем или иным способом создаются препятствия для разъяснения и обоснования собеседником своей точки зрения,
- постановка собеседнику прямых вопросов ("в лоб") при неясных ему мотивах самой постановки вопросов.

В резюме по анализу ошибок необходимо не только констатировать наличие и характер ошибок, но и указать причины, приведшие к их возникновению.

"Эксперты" должны также оценить владение "психолога" такими приемами ведения беседы, как получение дополнительных сведений, разъяснений, позволяющих более точно понять намерения и интересы партнера; умение передать своими словами высказанные мысли и чувства партнера, включить в изложение высказываний партнера результаты наблюдения за его состоянием, интерпретировать высказывания партнера с целью достижения большей их ясности и определенности. В резюме по оценке владения различными приемами ведения беседы следует отметить, насколько уместно и разнообразно применение "психологом" тех или иных приемов.

Кроме того, "экспертами" должны быть проанализированы данные "психологом" рекомендации и оценена их обоснованность.

В общем заключении "экспертов" должны быть сведены в единую систему данные, представленные в отдельных резюме по вопросам: достигнута ли цель консультационной беседы? как проходила беседа? какие ошибки были допущены "психологом"? в чем выразились отдельные недостатки ведения беседы? какие приемы ведения беседы оказались наиболее удачными?

Контрольные вопросы. 1. Что означает выражение "установить психологический контакт в беседе"? 2. В чем выражается эгоцентрическая позиция психолога-консультанта и к чему, как правило, приводит такая позиция при проведении беседы?

Какие ситуации общения можно вычленить в процессе психологического консультирования? Какие ошибки были допущены "психологом"?

Проанализируйте наиболее типичные ошибки, допускаемые психологом (табл. 4).

Распределите ошибки по степени их "тяжести".

Таблица 4

Примеры наиболее типичных ошибок, допускаемых в беседе при психологическом консультировании

Ситуация	Ошибка
Мать: "Я пришла к Вам посоветоваться. У меня очень сложное положение-сын стал плохо учиться; учителя жалуются, что у него очень слабые знания. Может	Дает совет сразу же, игнорируя истинные мотивы и интересы партнера



быть, это связано с состоянием его здоровья? В детстве он часто болел, а недавно ездил в санаторий, и теперь совсем отстал".

Психолог: "Да, ослабленное здоровье во многом определяет и неуспех в учебных делах. Вам надо заняться закаливанием сына, больше бывать с ним на свежем воздухе, записать его в спортивную секцию".

Мать: "Последнее время меня беспокоит, что все жалуются на Олега. Тут как-то пришла Мария Ивановна—это наша соседка, сослуживца мужа, у нее с ним очень хорошие отношения—вот она и говорит..."

Психолог (обрывая на полуслове): "Расскажите мне, пожалуйста, об отношениях в Вашей семье".

Мать: "У меня все чаще и чаще возникают ссоры с сыном, я раздражена, срываюсь на нем по пустякам".

Психолог "Вы замужем?"

Мать: "Да, но... Почему это Вас интересует?"

Психолог: "Какие у Вас отношения с мужем?"

Мать: "Я только что Вам сказала, что у меня проблемы с сыном, а не с мужем. Все считают, что мы идеальная пара."

Не умеет выслушать, не дает высказать, прерывает рассказ, не выдерживая паузы

Прямые вопросы "в лоб" с целью получить информацию для проверки своей точки зрения (мотивы выяснения не ясны партнеру)

Мать: "По ночам я перестала спать, снятся кошмарные сны. Соседи и знакомые говорят за моей спиной: "Вот мать этого хулигана"".

Психолог: "Вы не должны так болезненно реагировать на то, что происходит с сыном. Все, что с ним происходит, не выходит за рамки нормы".

Мать: "Я делаю все для своего сына. Все видят, что я отдала все свои силы, время, да и средства. Я много занимаюсь воспитанием сына. Все говорят, что я "ненормальная" мать".

Психолог: "Очень часто чрезмерная опека, излишние воспитательные усилия в подростковом возрасте вызывают реакцию протеста. Во всем, что Вы мне рассказываете, я вижу обычные проблемы переходного возраста".

Авторитарное давление - навязывание своей точки зрения, собственного мнения.

Жесткость, стереотипность собственной версии проблемы партнера (зачастую на основе стереотипов психологической теории "жизненного опыта")

/Н.Ю.Хрящева, Л.В.Мургулец /

## ОТВЕТЫ

### Раздел I. ЭМОЦИИ

#### Заполнить пробелы.

1. непосредственное; приятного; неприятного;
2. приспособительную; мобилизационную; интегративную; защитную;
3. познания;
4. Дарвиным; инстинктами;
5. Джемса; Ланге; физиологического;
6. эмоциональные; переживания; органические; изменения; одновременно; гипоталамус;
7. когнитивного; диссонанса; соответствуют; отрицательные;
8. истолкование; вытеснение; неадекватному;
9. Изарда; фундаментальные; эмоции; структуры; сознания;
10. субъективное; основной; сознания; избирательности; направленности;
11. потребностей; внутренних; побуждений;
12. Эмоция; положительного; отрицательного; действия; побуждением;
13. отношениями; личности;
14. Эмоции; отражают; мотивами; деятельности;
15. эмоция; отражение; актуальной; вероятности; оценивает; опыта;
16. поведения; полевой; реактивности; стереотипов; штампов; экспансии; эмоционального; контроля.

#### Верно или неверно?

I - В; 2 - Н; 3 - В; 4 - Н; 5 - Н; 6 - В; 7 - Н; 8 - В;  
9 - Н; 10 - В; 11 - Н; 12 - В; 13 - В.

#### Выбрать правильный ответ.

Выбрать правильный ответ.

I - г; 2 - а; 3 - е; 4 - д; 5 - д; 6 - д; 7 - д; 8 - в;  
9 - в; 10 - а; 11 - б; 12 - д; 13 - г; 14 - д; 15 - г.

Раздел II. ВОЛЯ

Заполнить пробелы.

1. сознательное; внутренних; внешних;
2. воле; стремление ;
3. способность; сознательному; психофизиологическими; движения;
4. преднамеренному; операционально; технический; мотивационный.
5. Волевое; переживание; управления.

Верно или неверно?

1-Н; 2-В; 3-Н; 4-В; 5-В.

Выбрать правильный ответ

1-г; 2-а; 3-д; 4- г; 5- г.

### Раздел III. ТЕМПЕРАМЕНТ.

#### Заполнить пробелы.

1. динамические; психической; деятельности;
2. общая; активность; моторной; сферн; эмоциональности;
3. органическими; свойствами; физиологическими;
4. Гиппократа; сангвинический; холерический; флегматический; меланхолический;
5. Галеном; Кантом;
6. органических; свойствах;
7. сила; уравновешенность; подвижность; динамичность; лабильность;
8. типах; нервной; системы; свойствах; нервной; системы;
9. функциональных; систем; интеграцию; нервной; системы;
10. психобиологическая; формальные; личность; содержательные.

#### Верно или неверно?

I - В; 2 - Н; 3 - Н; 4 - В; 5 - Н; 6 - В; 7 - В; 8 - В;  
9 - Н; 10 - В; 11 - В.

#### Выбрать правильный ответ.

I - в; 2 - г; 3 - в; 4 - а; 5 - г; 6 - г; 7 - б; 8 - г.

### Раздел IV. СПОСОБНОСТИ.

#### Заполнить пробелы.

1. индивидуально; психологических; психологическую; индивидуально;
2. способностей; успешным; индивидуально; психологических; деятельности;

3. индивидуально; психологические; деятельности; успешному;
4. готовности; индивидуально; психологические;
5. 50-60;
6. происхождение; врожденны; формируются;
7. развиваются; специфицируются; деятельности; до; предпосыл-  
кой;
8. не; деятельности;
9. Б.М.Теплова; психологического; видов; деятельности.
10. диагностика; психических; функций;
11. единицами; анализа; общие; родовые;
12. полифункциональностью; различные; деятельности;
13. способности; функциональных; систем; функции;
14. "Родовое"; психической; функцией; другой;
15. способностей; целостность; внутреннее; единство; взаимовли-  
яние;
16. способностей; общим; обусловленностью; способностями.

Верно или неверно?

I - Н; 2 - В; 3 - Н; 4 - Н; 5 - Н; 6 - В; 7 - В; 8 - В;  
9 - Н; 10 - В.

Выбрать правильный ответ.

I - г; 2 - б; 3 - е; 4 - д; 5 - в; 6 - а; 7 - г; 8 - б;  
9 - а; 10 - в; 11 - в.

## Раздел У. ХАРАКТЕР.

Заполнить пробелы.

1. устойчивых; поведения; эмоционального;
2. формально-динамическим;
3. как; ради; чего;
4. динамическую; либидозного;

5. Г. Салливена; З. Фрейда; характера; отношения; человека;
6. Э. Фромм; канализируется; ассимиляции; социализации;
7. "средние"; акцентуированные; психопатии;
8. Акцентуации; явные; скрытые;
9. Ганнушкина-Кербикова;
10. П. Б. Ганнушкин; психопатий;
- 11: астенической; неврастеников; психастеников;
12. повышенная; чувствительность; быстрая; утомляемость;
13. эпилептоидный; примитивных; влечений; вязкость; нервных;
14. Акцентуации; характера;
15. "места; наименьшего; сопротивления";
16. А. Е. Личко; гипертимный; циклоидный; лабильный; астено-невротический; сензитивный; психастенический; шизоидный; эпилептоидный; истероидный; неустойчивый; конформный;
17. "типах; характеров"; сочетаний; чертами; личности.

Верно или неверно?

- I - В; 2 - Н; 3 - В; 4 - В; 5 - Н; 6 - В; 7 - Н; 8 - В;  
9 - В; 10 - В; 11 - Н.

Выбрать правильный ответ.

- I - б; 2 - а; 3 - в; 4 - г; 5 - д; 6 - г; 7 - д; 8 - д;  
9 - г; 10 - г; 11 - а; 12 - г; 13 - а; 14 - д; 15 - г; 16 - б;  
17 - г.

Раздел УІ. ОБЩЕНИЕ И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ.

Заполнить пробелы.

1. личной; публичной;
2. перенаселённость; шум; загрязнение среды;
3. ролью; ожидать;

4. давление; одобрение;
5. внешними; физическая привлекательность; сходство; комплементарность; компетентность; взаимное вознаграждение;
6. 7; 55;
7. выражение лица; взгляд; телодвижения; прикосновения; голос;
8. ореола; первичности; стойки;
9. поведение; склонностями; ситуация;
10. расхожее; упрощённое;
11. когнитивное; аффективное; поведенческое;
12. родителями; окончательную; 20; 30; лет;
13. доверие; быстро; привлекателен; любезен;
14. отличаться; последствия; изменит;
15. восприятия; стабильность; согласованность; объективным;
16. непротиворечивость; ослабить; диссонанс; убедить;
17. согласия; преуменьшить; отрицать;
18. судим; познакомившись; поведения.

Верно или неверно?

I - В; 2 - Н; 3 - Н; 4 - Н; 5 - В; 6 - В; 7 - В; 8 - Н;  
9 - Н; 10 - Н; 11 - В; 12 - Н; 13 - В; 14 - Н.

Выбрать правильный ответ.

I - в; 2 - в; 3 - г; 4 - в; 5 - г; 6 - а; 7 - в; 8 - б;  
9 - г; 10 - г; 11 - б; 12 - г; 13 - г; 14 - б.



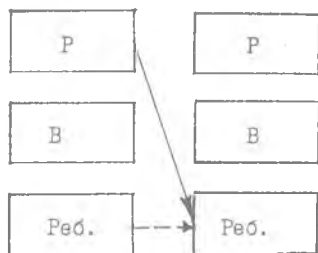
## Задача II

Транзактный анализ взаимодействия позволяет глубже понять позиции и намерения участников, а также перестроить общение таким образом, чтобы получить нужный результат.

Если проанализировать отрывок, то получится следующая динамика ролей.

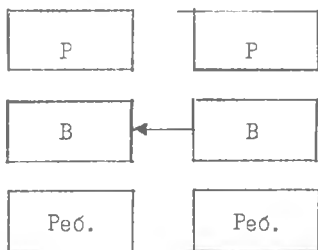
I. Ты, что, готовишься к эвакуации?

(Бежать, что ли, собрался).

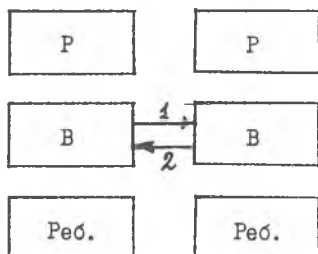


2. (Ответная шутка невозможна). Невозможно представить, что

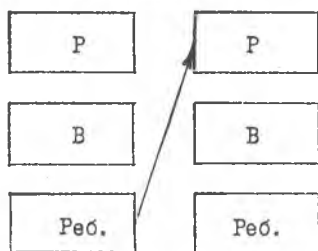
Рольф ответит: "Да, конечно, пора сматываться", т.е. ответ "нет, это передатчик" определен тем, как Штирлиц задал вопрос.



3. Дальнейшее общение ведётся на одинаковых позициях, что позволяет Штирлицу выявить больше деталей.



4. А вот заканчивает Штирлиц разговор "Я стал склеротическим идиотом" с позицией Ребёнка.



Штирлиц

Рольф

Можно сказать, что Штирлиц, управляя позицией Рольфа, задаёт такую ситуацию общения, которая не только даёт возможность задать ему нужное направление разговора, но и сформировать у партнёра определённое, выгодное для Штирлица понимание смысла и значения его действий и намерений.

Задача 29

1 - Г; 2 - Б; 3 - И; 4 - К; 5 - Е; 6 - В; 7 - А; 8 - Д;  
9 - З; 10 - Ж.

## Литература

- Авдеев В. Психотехнология решения проблемных ситуаций. - М.: Феликс, 1992.
- Анохин П.К. Избранные труды. Философские аспекты теории функциональной системы. - М.: Наука, 1978.
- Артемьева Е.Ю., Ковалёв Г.А., Семилет Н.В. Изображение как инструмент измерения межличностных отношений // Вопросы психологии. - 1988 - № 6. - С. 120-126.
- Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психологический журнал. - 1992. - Том 13 - № 5. - С. 11-17.
- Бальзак О. Собр. соч.: в 15 т. - М.: Художественная литература, 1953. - Т. 5.
- Бендлер Г. Из лягушек в принцы. - Воронеж: Алфавит, 1993.
- Береговой Г.Т., Жданов О.И. О стилях поведения операторов в экстремальных условиях деятельности // Психологический журнал. - 1992. - Том 13 - № 2. - С. 49-53.
- Бернштейн Н.А. Очерки физиологии движений и физиологии активности. - М.: Наука, 1966.
- ✓ Бодалев А.А. Быть знатоком людей не просто. / Социальная психология личности. // Под ред. Е.С.Кузьмина. - Л.: Из-во ЛГУ, 1974.
- Васильев В.Л. Юридическая психология: Учеб. для высш. учеб. завед. - М.: Юридическая литература, 1991.
- Вачнадзе Э.А. К вопросу сходства патологического художества с современным декадентским искусством / Бессознательное: Природа, функции, Методы исследования. // Под ред. А.С.Пранпишвили, А.Е.Шеролия, Ф.В.Бассина. - Тбилиси: Изд-во "Мецниереба", 1978.
- Веркер П. Люди или животные? - М.: Иностранная литература, 1957.
- винчестер А. Основы современной биологии. - М.: Мир, 1967.
- Вопросы мотивации и эмоций: Учебн. пособ. для студ. / Сб. перев. с фр. Выпуск I. // Под ред. Н.И.Наенко. - М.: Изд-во МГУ, 1973.
- Вульф Т. Взгляни на дом свой. - М.: Мир, 1973.

- ✓ Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. - М.: Изд-во МГУ, 1988.
- ✓ Годфруа Дж. Что такое психология? - М.: Мир, 1992.
- Грин А. Золотая цепь. - Л.: Детская литература, 1957.
- Гринберг И.А. Психодрама и групповой процесс. - М., 1993.
- Достоевский Ф.М. Полн. собр. соч.: в 30 т. Т. 8. - Л.: Наука, 1973. - С. 495-500.
- Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б., Мазур Е.С. Саморегуляция поведения в норме и патологии. // Психологический журнал. - 1989. - Т. 10. - № 2. - С. 121-133.
- ✓ Иванников В.А. Воля: миф или реальность? // Вестник московского университета. Сер. Психология. - 1993 - № 2. - С. 70-73.
- Инновационное обучение: стратегия и практика. / Матер. Перв. науч.-практ. сем. психол. и орг. школьн. образ. Сочи, 3-10 октября 1993 г. // Под ред. В.л.Ляудис. - М.: Изд-во МГУ, 1994.
- Искусствознание и психология художественного творчества. / Под ред. М.Г.Ярошевского. - М.: Наука, 1988.
- Камею А. Избранное. - М.: Изд-во "Правда", 1990.
- Каралашвили Р.Г. Функция персонажа как "фигуры" бессознательного в творчестве Германа Гессе. / Бессознательное. // Под ред. А.С. Прангишвили, А.Е.Шерозия, Ф.В.Бассина. Том II. - Тбилиси: Мешниереба, 1978. - С. 529-537.
- Кемпински А. Психопатология неврозов. - Варшава: Польское медицинское изд-во, 1975.
- Кипцер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. - М.: "Класс", 1993.
- ✓ Коломинский Я.Л. Социально-психологические проблемы взаимоотношений в малых группах и коллективах. // Вопросы психологии. - 1971 - № 6. - С. 101-102.
- Конончук Н.В. О психологическом смысле суицидов. // Психологический журнал. - 1989. - Том 10. - № 5. - С. 95-103.
- Лейтц Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я.Л.Морено. - М.: Изд. гр. "Прогресс", "Универс", 1994.
- Леонгард К. Акцентуированные личности. - Киев: "Наукова думка", 1981.
- ✓ Леонтьев А.Н. Воля. // Вестник московского университета. Сер. Психология. - 1993 - № 2. - С. 3-15.

Лившиц С.М., Дешлишкая Е.И. Взаимоотношения сознательного и бессознательного при шизофрении. / Бессознательное. // Под ред. А.С.Прангшвили, А.Е.Шерозия, Ф.В.Бассина. - Тбилиси: Мецниереба. - Том II. - С. 419-424.

Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. - Л.: Лениздат, 1983.

Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. - М.: Международная педагогическая академия, 1994.

Маккай Г. Основы умения совладать с собственным гневом. Библиотека практической психологии. - М., 1993.

Мамардашвили М. Как я понимаю философию? - М.: Прогресс, 1992.

Моруа А. Из писем к незнакомке. // Иностранная литература. - 1974. - № I.

Некрасов В.П. Спорт и характер. - М.: Физкультура и спорт, 1986.

Слпорт Г. Личность: проблемы науки или искусства? / Психология личности. Тексты // Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1982.

Павлов И.П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности /поведения/ животных. - М.: Наука, 1973.

✓ Пезешкян Н. Торговец и попугай. Восточные истории и психотерапия. - М.: Прогресс, 1992.

Петровский А.В. Психология о каждом из нас. - М.: Изд-во Росс. откр. ун-та, 1992.

Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. - М.: Изд-во Росс. откр. ун-та, 1992.

Пиз А. Язык телодвижений. - Новгород: "Ай Кью", 1992. .

Психология индивидуальных различий. Тексты. / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Л.Романова. - М.: Изд-во МГУ, 1982.

Психологические исследования облечения. / Под ред. Б.Ф.Ломова и др. - М.: Наука, 1985.

Психология эмоций. Тексты. / Под ред. В.К.Вилинаса, Е.Б.Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1984.

Психология эмоций. Тексты. / Под ред. В.К.Вилинаса, Е.Б.Гиппенрейтер. - М.: Изд-во МГУ, 1993.

Рейнуотер Дж. Это в ваших силах. Как стать собственным психотерапевтом. - М.: Прогресс, 1992.

✓ Русалов В.М. Пол и темперамент. // Психологический журнал. - 1993. - Том 14. - № 6. - С. 55-64.

✓ Русалов В.М. Измерение темперамента человека. // Психологический журнал. - 1992. - Том 13. - № 2. - С. 133-141.

Русалов В.М. Коллективное (диадное) вероятностное прогнозирование и свойства личности. / Психологические исследования познавательных процессов и личности. // Под ред. Д.Ковач, Б.Ф.Ломова и др. - М.: Наука, 1983. - С. 96-106.

Русский литературный анекдот конца XVIII - начала XIX века. - М.: Художественная литература, 1990.

Симонов П.В. Категории сознания, подсознания и сверхсознания в творческой системе К.С.Станиславского. / Бессознательное. // Под ред. А.С.Прангишвили, А.Е.Шерозия, Ф.В.Бассина. - Тбилиси: Мешинереба. - Том II. - С. 518-529.

Спиваковская А.С. Роль осознаваемых и неосознаваемых переживаний в формировании аутистических установок. / Бессознательное. // Под ред. А.С.Прангишвили, А.Е.Шерозия, Ф.В.Бассина. - Тбилиси: Мешинереба. - Том II. - С. 425-430.

Станиславский К.С. Работа актёра над собой. Полн. собр. соч.: В 2-х т. Том II. - СИ: Прогресс, 1989.

Стендаль. Собр. соч.: В 12 т. Том 8. - М.: Художественная литература, 1978.

Тарасов В.К. Персонал-технология: отбор и подготовка менеджеров. - Л.: Машиностроение, 1989.

Теплов Б.М. Избр. тр.: В 2-х т. - М.: Педагогика, 1985.

Тих Н.А. Предыстория общества. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1970.

Толстой Л.Н. Воскресение. - М.: Правда, 1978.

Толстой Л.Н. Собр. соч.: В 20-ти т. Том 5. - М.: Художественная литература, 1962.

Трусов В.П. Психология межличностного влияния и оценивания. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1984.

Фейербах Л. Избранные философские произведения.: В 2 т. Том I. - М.: Наука, 1955.

Фриндлендер Г.М. Достоевский и мировая литература. - М.: Художественная литература, 1979.

Фромм Э. Искусство любить: Исследование природы любви. - М.: Педагогика, 1990.

Фромм Э. Психоанализ и этика. - М.: Изд-во "Республика", 1993.

Хэмингуэй Э. Избранные произведения: В 2-х т. Том I. - М.: Художественная литература, 1959.

Хорни К. Женская психология. - С.-П.: Восточно-Европейский Ин-т Психоанализа, 1993.

Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. - М.: Изд. гр. "Прогресс", "Универс", 1993.

Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехника. / Сост. В.Ю.Баскаков. - М.: ПНУ "Психотехника", 1993.

Чудова Н.В. Влияние личностных характеристик субъекта на его представления об идеальном партнёре по общению. // Психологический журнал. - 1993. - Том I4. - №3. - С. 28-38.

Шрайнер К. Как снять стресс: 30 способов улучшить своё самочувствие за 3 минуты. - М.: Изд. гр. "Прогресс", "Универс", 1993.

Ярошевский М.Г. Надсознательное в научном творчестве и генезис психоанализа Фрейда. / Бессознательное. // Под ред. А.С.Прангишвили, А.Е.Шерозия, Ф.В.Бассина. - Тбилиси: Мешниереба. - Том II. - С. 414-422.

## О Г Л А В Л Е Н И Е

Раздел I Эмоции . . . . .	3
Заполнить пробелы . . . . .	3
Верно или неверно? . . . . .	4
Выбрать правильный ответ . . . . .	5
Задачи . . . . .	8
Упражнения . . . . .	58
Раздел II Воля . . . . .	68
Заполнить пробелы . . . . .	68
Верно или неверно? . . . . .	68
Выбрать правильный ответ . . . . .	68
Задачи . . . . .	70
Упражнения . . . . .	93
Раздел III Темперамент . . . . .	94
Заполнить пробелы . . . . .	94
Верно или неверно? . . . . .	95
Выбрать правильный ответ . . . . .	96
Задачи . . . . .	98
Упражнения . . . . .	130
Раздел IV Характер . . . . .	137
Заполнить пробелы . . . . .	137
Верно или неверно? . . . . .	133
Выбрать правильный ответ . . . . .	139
Задачи . . . . .	142
Упражнения . . . . .	170
Раздел V Способности . . . . .	174
Заполнить пробелы . . . . .	174
Верно или неверно? . . . . .	176
Выбрать правильный ответ . . . . .	177
Задачи . . . . .	179
Раздел VI Общение и межличностные отношения . . . . .	204
Заполнить пробелы . . . . .	204
Верно или неверно? . . . . .	205
Выбрать правильный ответ . . . . .	206
Задачи . . . . .	209
Упражнения . . . . .	269
Ответы . . . . .	275
Литература . . . . .	233
Оглавление . . . . .	283