

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЙ (УНИВЕРСИТЕТ)
МИД РОССИИ

Кафедра философии

С.Н. ЛЮТОВА

ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ
и КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Курс лекций

МОСКВА. 2007

Благодарной памяти

Валерия Викторовича Петухова,
психолога,
профессора Московского Университета

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	6
РАЗДЕЛ ПЕРВЫЙ. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ	8
ПЕРВАЯ ТЕМА. СПЕЦИФИКА НАУКИ. ОТРАСЛИ И МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИИ	8
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Психология как наука</i>	8
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Отрасли и методы психологии</i>	18
ВТОРАЯ ТЕМА. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ СОЗНАНИЯ	22
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Философские основания возникновения научной психологии</i>	22
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Структурная психология сознания Вундта / Титченера</i>	24
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Критика структурной психологии</i>	28
ТРЕТЬЯ ТЕМА. ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГИЯ	30
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Восприятие в гештальт-психологии</i>	30
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Мышление в гештальт-психологии</i>	33
ЧЕТВЕРТАЯ ТЕМА. БИХЕВИОРИЗМ И КОГНИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ	37
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Классическое обусловливание</i>	37
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Инструментальное (или оперантное) научение</i>	39
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Необихевиоризм и когнитивная психология</i>	41
ПЯТАЯ ТЕМА. ОТЕЧЕСТВЕННАЯ ШКОЛА ПСИХОЛОГИИ	46
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Культурно-историческая теория развития психики</i>	46
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Сравнительный анализ психики человека и животных</i>	51
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Деятельностный подход к изучению психики</i>	53
ШЕСТАЯ ТЕМА. НЕОСОЗНАВАЕМЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ	57
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Явления неосознаваемой психической установки</i>	57
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Истоки психоанализа. З. Фрейд и К.Г. Юнг</i>	60
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Неосознаваемая мотивация поведения. Школы психоанализа</i>	62
СЕДЬМАЯ ТЕМА. АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ	76
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Либидо и психологическая типологизация</i>	76
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Типологический опросник Майерс-Бриггс (МВТИ)</i>	79
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Теория коллективного бессознательного К.Г. Юнга</i>	81
ВОСЬМАЯ ТЕМА. СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ	84
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Индивидуальная психология А. Адлера</i>	84
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Неофрейдизм: гуманистическая теория Э. Фромма</i>	87
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Неофрейдизм: социокультурная теория К. Хорни</i>	89
ДЕВЯТАЯ ТЕМА. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ	91
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Иерархия потребностей и самоактуализация человека</i>	91
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Феноменологическая теория К. Роджерса</i>	94
ДЕСЯТАЯ ТЕМА. ОСНОВЫ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ	96
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Защитные механизмы личности</i>	96
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Общие принципы современной психотерапии</i>	100
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Основные направления психотерапии</i>	101
ОДИННАДЦАТАЯ ТЕМА. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ И ВОЛЕВАЯ СФЕРЫ ПСИХИКИ	110
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Виды, проявления и функции эмоций</i>	110
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Теория Джемса-Ланге</i>	114
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Внимание и воля</i>	115
ДВЕНАДЦАТАЯ ТЕМА. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ	118
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Психология памяти</i>	118
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Психология восприятия</i>	126
РАЗДЕЛ ВТОРОЙ. КОМПЕТЕНТНОСТЬ В ОБЩЕНИИ	130
ПЕРВАЯ ТЕМА. СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ	130
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Предмет, основные направления и методы социальной психологии</i>	130
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Общение. Межличностные отношения. Группы</i>	132
ВТОРАЯ ТЕМА. ЭТНОПСИХОЛОГИЯ. МЕЖКУЛЬТУРНАЯ КОММУНИКАЦИЯ	141
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Основные направления этнопсихологии</i>	142

<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Этнические стереотипы и атрибутивные процессы</i>	146
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Процессы социализации и инкультурации. Предотвращение этнических конфликтов</i>	148
<i>ЧЕТВЁРТЫЙ ВОПРОС. Межкультурная коммуникация и специфика межкультурного взаимодействия</i>	150
ТРЕТЬЯ ТЕМА. ОРАТОРСКОЕ ИСКУССТВО КАК КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ	154
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Подходы к определению коммуникативной компетентности</i>	154
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Составляющие коммуникативной компетентности. Аtribuтивные процессы в общении</i>	156
ЧЕТВЁРТАЯ ТЕМА. РИТОРИКА НА ПЕРЕСЕЧЕНИИ ЛОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ЛИНГВИСТИКИ	162
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Риторика: теория и практика. Эволюция предмета</i>	162
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Логика и составляющие ораторского искусства</i>	164
ПЯТАЯ ТЕМА. АНТИЧНОЕ КРАСНОРЕЧИЕ И СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ	169
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Софистика и современные психологические теории</i>	170
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Риторический идеал и ораторы античности</i>	174
ШЕСТАЯ ТЕМА. ОБЩЕЕВРОПЕЙСКИЙ РЕНЕССАНС. РИТОРИКА В ДРЕВНЕЙ РУСИ	177
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Место риторики в культуре Ренессанса (XIII–XVI вв.)</i>	178
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Красноречие на Руси (XI–XIII вв.)</i>	180
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Риторика Древней Руси как зеркало общественных противоречий</i>	182
СЕДЬМАЯ ТЕМА. ТЕОРИЯ АРГУМЕНТАЦИИ И «НОВАЯ РИТОРИКА»	187
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Современная теория аргументации</i>	187
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. «Риторика» Аристотеля в интерпретации Х. Перельмана</i>	188
ВОСЬМАЯ ТЕМА. ПСИХОЛОГИЯ КОММУНИКАЦИИ И НОРМАТИВНАЯ СТИЛИСТИКА	193
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Предмет практической стилистики. Функциональные стили речи</i>	193
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Лекифы и метаболы (основы классификации «группой μ»)</i>	195
ДЕВЯТАЯ ТЕМА. ИСКУССТВО ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ	200
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Смысловая структура публичного выступления</i>	200
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Невербальные средства общения</i>	204
ДЕСЯТАЯ ТЕМА. ВЕДЕНИЕ ДИАЛОГА. НЕЙРО-ЛИНГВИСТИЧЕСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ (НЛП)	208
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Параметры конструктивности диалога. Трансактный анализ</i>	208
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Диадическое взаимодействие</i>	209
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Практические методики НЛП</i>	210
ОДИННАДЦАТАЯ ТЕМА. КОНФЛИКТ, ЕГО ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ И РАЗРЕШЕНИЕ	212
<i>ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Типология и структура конфликта</i>	212
<i>ВТОРОЙ ВОПРОС. Динамика и функции конфликта</i>	218
<i>ТРЕТИЙ ВОПРОС. Разрешение производственного конфликта</i>	225
ПРИЛОЖЕНИЯ	229
I. Методические материалы по курсу психологии.....	229
II. Программа тематического коммуникативного тренинга.....	272
III. Литература. Вопросы. Задания.....	287
<i>А. Литература по психологии и коммуникативной компетентности</i>	287
<i>Б. Примерный список вопросов по курсу «Основы психологии и коммуникативной компетентности»</i>	298
<i>В. Домашнее задание № 1</i>	301
<i>Г. Домашнее задание № 2</i>	303
ПОСЛЕСЛОВИЕ	305

ПРЕДИСЛОВИЕ

Вы, господа студенты, конечно, ожидаете услышать, как я начну с того, что слово *психология* произошло от двух греческих слов и означает *наука о душе*? Вы правы, я должна это сказать. Но позвольте всё же начать с ненаучного определения психологии, которое дал ей Ф.М. Достоевский: «Психология похожа на палку о двух концах»...

В 15 лет я впервые пришла на факультет психологии МГУ и услышала от одной студентки психфака: «Когда про Достоевского, например, говорят, что он писатель-психолог, имеют в виду совсем не ту психологию, которой вы тут будете заниматься». «Ах, не ту!» – разочарованно вздохнула я, Достоевским зачитывавшаяся, и поступила на другой факультет. Когда же я всё-таки вернулась на психфак за вторым образованием, блестящий лектор Валерий Викторович Петухов (в 2003 году, увы, покинувший сей мир) назвал Фёдора Михайловича гениальным предшественником всей мировой психоаналитической литературы XX в. Причём он писал тогда, когда доктор Фрейд ещё только выбирал себе профессию.

Это Достоевский пустил князя Мышкина в «Идиоте» смотреть на ножик в витрине (такой же ножик, каким зарежет Рогожин Настасью Филипповну!), *не позволяя осознать* ни того, что видел у Рогожина такой же, ни причины тревоги своей по поводу этого ножика. Это Достоевский (устами защитника Фетюковича в «Братьях Карамазовых») сказал: «Сердца часто жаждут справедливого как бы в контраст своему буйству – жаждут бессознательно... Карамазов – именно такая натура о двух сторонах, *о двух безднах*». Это Достоевский предостерегал (юристов) от скоропалительных выводов о мотивации, о причинах того или иного поступка человеческого. «Я ведь нарочно, господа присяжные, – говорит у Достоевского Фетюкович, – прибегнул теперь сам к психологии, чтобы наглядно показать, что из неё можно вывести всё, что угодно. Всё дело, в каких она руках».

Наша с вами задача, *задача этого курса* – научиться избегать того, что психологи называют *каузальной атрибуцией*, избегать *приписывания причин* чужому или собственному поведению, ошибок, с этим приписыванием связанных. Мы не должны забывать, что психология – палка о двух концах: одно и то же явление имеет множество интерпретаций. Психология – наука глубокая, а не «точная».

Психология заимствовала свои методы и от гуманитарных, и от естественных, и от точных наук. Я (филолог по первому образованию) намерена преподавать вам психологию именно как гуманитарную дисциплину, а не как естественнонаучную (и уж тем более не как статистику), полагая, что не обязательно быть химиком или физиком, знать состав красок или законы светоотражения, чтобы рисовать картины или даже изучать живопись. Хотя и то и другое ни художнику, ни искусствоведу для общего образования, разумеется, не помешает, однако же несколько и не поможет при отсутствии таланта или вкуса.

Данный лекционный курс состоит из двух разделов. Первый включает в себя базовый курс общей психологии, читаемый в МГИМО (У), и лекции по истории психологии. Второй посвящён основам социальной психологии и такой социально-психологической дисциплине, как коммуникативная компетентность. Последняя находится на пересечении психологии личности и лингвистики, этнопсихологии и теоретической риторики. В приложении к настоящему изданию представлены методические материалы и программа социально-психологического тренинга, в течение ряда лет проводившегося мной в рамках авторского спецкурса «Коммуникативная компетентность: практикум по риторике».

РАЗДЕЛ ПЕРВЫЙ. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

ПЕРВАЯ ТЕМА. СПЕЦИФИКА НАУКИ. ОТРАСЛИ И МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИИ

1. Психология как наука.
2. Отрасли и методы психологии.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Психология как наука

1. Мы привыкли с вами в обиходе употреблять слово *психология* в значении *характер, менталитет, индивидуальность* («психология отличника», «психология двоечника», «психология преступника»). Это пример ненаучного употребления термина, житейского его бытования.

Нас же с вами отныне будет интересовать только исходное значение слова *психология*, образованного из двух греческих: *ψυχη* «психе» (*дуновение, дыхание, бабочка – душа*) и «логос» (*закон, слово, наука*). Итак, **психология** (помимо того, что подобна палке о двух концах) – **это наука** о душе (или о *психике*, выражаясь более научным языком), **о закономерностях функционирования психики**.

Дело стало за малым – выяснить, что же такое эта самая душа (психика), и где её искать, то есть что является предметом науки психологии.

В разное время на этот вопрос отвечали по-разному.

Мифологические способы ответа на вопрос, что такое душа, поэтичны и неисчерпаемо глубоки... Из наблюдения явлений сна, болезни, обмороков, смерти в древности явилось представление о чём-то, заключённом в человеческое тело, но отличном от него. Это «что-то» называлось душой (причём, у каждого человека могла быть одна душа, несколько или даже

множество душ!) и давало надежду на загробную жизнь души или на повторные рождения, телесные её воплощения.

Душа – главное понятие народной антропологии, субстанция жизни, заключённая в теле человека и отличная от тела. Душа *вселяется* в тело, по поверьям, в момент зачатия или рождения, вскоре после рождения, даже в первые 7 лет жизни. При жизни душа обитает: в груди, в голове, в крови, в дыхании, в отдельных органах человека. Покидая тело, душа: 1) умирает вместе с памятью о человеке, 2) ведёт загробное существование: уходит под землю, возносится на небеса, 3) подлежит метампсихозу (реинкарнации): вселяется в другие существа и предметы, 4) буддизм не признаёт бессмертной души, но считает, что группы психофизических элементов и состояний, распадаясь после смерти, под действием кармы вновь потом соединяются, образуя новую личность (похоже на архетипическую теорию К.Г. Юнга).

Является душа в антропоморфных (привидение, тень), зооморфных (птица, бабочка), растительных, космических (звезда), атмосферных (ветер, туман) образах, в виде предметов и мифологических персонажей (домовой, русалка), иногда даёт о себе знать только тактильными (холод, аромат) или звуковыми образами (шаги).

Стадии существования души: 1) «телесная», 2) отделившаяся, но привязанная к телу (во сне или до 3, 9, 40 дней в нашей культуре), 3) «свободная» душа, 4) «внешняя» душа (временно скрывшаяся во внешний предмет, в животное).

Разные народы различают: одну, две (иногда это плохо, а иногда нормально: плохая и хорошая) и множество душ у одного человека. Например, алтайцы насчитывают пять душ у каждого: душу-дыхание, душу-жизненную-силу, душу-призрак, способную отделяться от тела, чистую и нечистую души умершего. У китайцев, если не ошибаюсь, каждый орган и даже каждый физиологический процесс имеют свою особую душу.

Э. Тейлор выдвинул анимистическую теорию происхождения религии (*anima* – душа, итал.), Л. Штернберг, напротив, считал, что одушевлённость природы вообще и

отдельных её явлений предшествовала «обнаружению» человеческой души.

Даже самые первые представления о душе показывают интуитивное понимание человечеством произошедшего удвоения (себя и мира), обнаружение в мире двойника. Эта интуиция соответствует современному понятию *отражения*, лежащему в основе определения психики.

В истории научной мысли можно обнаружить несколько подходов к определению психики: 1) для представителей *антропсихизма* психика = сознание (например, знакомый вам уже по курсу философии Дж. Локк считал, что психикой обладает только человек, так как только он может дать отчёт о своём внутреннем опыте); 2) *панпсихизм*, древнейшее представление человечества о всеобщей одушевлённости мира, нашло поддержку среди философов-материалистов XVII–XVIII вв., они полагали, что психика – всеобщее свойство материи; 3) сторонники *биопсихизма* уточняли: психика – свойство живой материи (движение, рост, размножение – уже психические процессы, считали они). До сих пор не разрешён спор, что считать критерием наличия психики у живого существа: 4) наличие у него нервной системы (структурный подход *нейропсихизма*) или 5) способ взаимодействия этого существа с окружающей средой (*функциональный* подход А.Н. Леонтьева, одного из основателей нашей отечественной психологической школы).

Проследивая историю развития научной психологии (годом её рождения принято считать 1879, почему, – узнаете на следующей лекции), мы увидим, что и сознание, и отдельные психические процессы (такие, как восприятие, мышление, воображение), и бессознательное отождествлялись разными школами с психикой вообще. Каждая из этих школ внесла бесценный вклад в развитие науки.

Теперь же попробуем дать универсальное определение психики как предмета научной психологии. **Психика – субъективное отражение окружающего мира, необходимое для жизни и деятельности в нём, для управления собственным поведением. Психика отражает как состояния**

среды, так и собственные состояния субъекта. В этом смысле мы говорим о наличии психики и у животных (её изучает зоопсихология), и у человека.

Но у человека, помимо тех форм психики, что роднят его с животными, есть ещё и **сознание – специфически человеческая форма психики.** Сознание – представление субъекта о мире и своём месте в нём, связанное со способностью дать отчёт о своём психическом опыте и необходимое для разумной организации совместной деятельности.

2. Психология как точная экспериментальная наука возникла в XIX в. не на пустом месте. Она опиралась на *многие столетия философских размышлений* о душе и на *десятки тысячелетий житейского психологического опыта* человечества. Предки наши, наблюдавшие и обретавшие мудрость в познании души, отнюдь не были глупее нас. Так в чём же отличие и в чём всё-таки преимущества относительно молодой *научной психологии*?

Психологические идеи в недрах философии.

Напомню некоторые из них. Душа, понимаемая в древнейшем *анимизме* как внешняя для тела сущность, в античном *гилозоизме* стала рассматриваться как явление, вовлечённое в общий круговорот природы и подчиняющееся общим законам естества, как неотъемлемая часть единого мироздания, космоса.

Анализируя учение о душе Гераклита (V–VI вв. до н.э.), необходимо отметить важнейшие его постулаты: 1) о соотношении Мировой души и души индивидуальной как соотношении вечно живого космического огня и «малой его искры»; 2) о том, что всё сущее изменчиво и находится в непрерывном развитии; 3) о том, что микрокосм души идентичен макрокосму, поэтому, познавая и то и другое, мы познаём единый закон – *Логос*; 4) о том, что мышление оторвано от чувственного познания.

Вклад афинского философа Анаксагора (V в. до н.э.) в развитие античного представления о душе сводится к двум основным положениям: 1) разум – «тончайшая из вещей»,

организуемая хаос в целостный, упорядоченный космос; 2) разумность человека определяет его телесная организация.

Таким образом, в античном натурализме были заложены *три принципа понимания психических явлений*: закономерность их развития, причинность и системность.

Софистов, античных теоретиков и учителей красноречия, можно считать предтечей современной практической психологии и неврачебной психотерапии – помощи в душевном становлении, в формировании навыков эффективного общения. Софиста Протагора, осмелившегося утверждать множественность истины и человека в качестве «меры всех вещей», а интерпретацию – в качестве критерия мудрости, мы ещё не раз вспомним в ходе изучения истории научной психологии.

Особенности трактовки души Сократом и Платоном состоят в следующем: 1) душа – идея предмета, истинная его сущность, совершеннейшее идеальное воплощение вещи, а всё чувственно воспринимаемое – лишь бледная копия идеи; Платон и его последователи – первоисточник аналитической психологии К.Г. Юнга с его архетипами коллективного бессознательного; 2) в принципе душа – независима от тела, то есть любые препятствия на пути личностного развития в принципе преодолимы; 3) душа целостна, то есть не разложима на части; в этом отношении Платон – не учёный, считая, что в личностном поступке не может быть половинчатости, двойственности (добродетель есть или её нет, храбрость, например, проявляется или нет в предельной ситуации, в ситуации личностного выбора). Для понимания идеального мира и человеческой личности как внутренне конфликтной структуры полезно вспомнить две метафоры Платона: метафору пещеры (из «Государства») и метафору возницы (из диалога «Федр»), правящего колесницей, в которую впряжены два разных коня. Смысл этих метафор оживал в различных учениях на протяжении веков, вплоть до психоаналитических концепций З. Фрейда и К.Г. Юнга. Сократ говорил: «Познай самого себя». То есть имелось в виду: *познай идею себя*, раскрой свои потенциальные возможности, не здесь ли истоки

понятий роста личности, самоактуализации, ставших характерными для психологии XX века? Не описанием ли первых «групп открытого общения» можно считать платоновские диалоги с Сократом?

Представления о душе Аристотеля (написавшего, в частности, трактат, который так и назывался – «О душе») явились синтезом натуралистической и сократовско-платонической традиций понимания души. Телесное и духовное было соединено Аристотелем в нерасторжимую целостность, именно он определил область психического как арену взаимодействия природы и духовной культуры. Душа в учении Аристотеля впервые предстала не самостоятельной сущностью, вещественной или идеальной, а формой, способом организации живого тела. Важно отметить также, что Аристотель первым сформулировал принцип делимости на части души *как предмета познания*: он выделил уровни способностей души к деятельности, определив душу как функцию организма. Части души – это также психические процессы.

По телам можно судить о душах, считал Аристотель (растительная, животная, разумная душа). Аристотель различал душу и разум. Среди многочисленных психологических открытий Аристотеля необходимо назвать обнаружение им воображения – области психических образов, возникающих без прямого воздействия объектов на органы чувств, а также подчинённости этих образов механизму ассоциации – связи представлений.

Нельзя не вспомнить ещё двух знаменитых греков – Феофраста, создавшего первое учение о характерах, и врача Гиппократ (V–IV вв. до н.э.), поставившего темпераменты в зависимость от «преобладающих в теле человека жидкостей»:

	слабый	сильный
быстрый	холерический (желчь)	сангвинический (кровь)
медленный	меланхолически й	флегматический («слизь», то есть

	(«чёрная желчь»)	лимфа)
--	------------------	--------

О «жидкостях» забыли: с точки зрения современной физиологии, учение не выдерживает критики, учение же о темпераментах усложнилось, но Гиппократово название четырёх базовых темпераментов используется по сей день.

Принцип интроспекционизма возник как способ исследования души ещё в IV–V вв. н.э. в творчестве Августина, что ознаменовало переход от античной традиции к средневековому христианскому мировоззрению. Августин трактовал душу как орудие управления телом. Волевая активность индивида управляет действиями души и обращает душу на саму себя, создавая тем самым внутренний опыт. И волевою активностью, и истинностью внутреннего опыта Августин ставил в зависимость от Божественной воли. Христианская психология существует и в настоящее время как одно из направлений, главным образом, практической психологии.

Французскому философу-рационалисту Р. Декарту (первая половина XVII в.) принадлежит особый вклад в развитие психологических представлений. Он конкретизировал понятие души, сведя всю психику к понятию *сознания* и предопределив тем самым первый предмет научной психологии. Единственным существенным атрибутом души Декарт признавал *мышление* как способность к объективному отчёту о психических актах и состояниях. Таким образом, метод, впоследствии названный интроспективным, Декарт, как и Локк, признавал единственно достоверным. Если «телесные *страсти*», по Декарту, поддаются причинному объяснению и подлежат волевой регуляции, то «высшие чувства» (интеллектуальные) даны лишь в непосредственном осознании и для научного познания не доступны. В загадочной шишковидной железе Декарт видел орган сообщения тела и души, тем самым упрощённо решая психофизиологическую проблему.

Для понимания значения фигуры Дж. Локка (вторая половина XVII в.) в истории *интроспективной психологии*

необходимо иметь представление о его концепции происхождения явлений сознания. Источником сознания, по Локку, являются два вида опыта: *чувственный* и *рефлексивный* (последний – опыт наблюдения за деятельностью ума, буквально «отражение» этой деятельности). «Простые идеи», порождаемые в сознании внешним и внутренним опытом, создают «сложные идеи», определяя тем самым развитие психики.

Отличие психологии от философии заключается в том, что психология – прежде всего, экспериментальная наука, а не спекулятивная система.

Специфическими особенностями современной научной психологии также является: **1)** то, что человеческое сознание – впервые одновременно и субъект, и объект научного познания; **2)** то, что характеристики психологического факта зависят и от интерпретации исследователя, и от активности испытуемого; наконец, **3)** *двойственность психологии*: она соединяет в себе черты как естественнонаучных, так и гуманитарных дисциплин: подобно гуманитарным наукам, допускает возможность описания там, где не всё поддаётся объяснению, которого непременно требуют естественные науки.

Психофизиологическая проблема (заключающаяся в вопросе, как связаны душа и тело, необходимо ли изучать анатомию и физиологию для понимания души) не имеет однозначного решения. Психологическая и физиологическая – лишь две из многих теоретически возможных точек зрения на единый процесс существования высокоорганизованной материи. Выделение этих точек зрения зависит от методов познания и масштаба единиц анализа. Принцип соответствия друг другу физиологических и психических процессов наглядно демонстрирует метафора Э. Титченера о двух панорамах города: город – один и тот же, но предстаёт совершенно неузнаваемым на закате и на восходе солнца.

Представители оккультных учений в настоящее время часто также претендуют на звание психологов-теоретиков (практиками-психологами некоторые из них, конечно, являются). Любопытно, что первая *как бы* психологическая

типология, с которой мы с вами сталкиваемся в жизни – это астрологическая типология характера, то есть одна из оккультных! Верим мы или не верим в гороскоп, чтение его доставляет нам удовольствие. Мы так нуждаемся в психологических знаниях и прогнозах для ориентации в мире человеческих отношений, для понимания себя, что даже обладание суррогатом этих знаний придаёт нам субъективную уверенность в себе.

Отличия научной психологии от оккультизма я вижу в следующем (и прошу их не смешивать): **1) Наука психология** – наблюдение и экспериментальная проверка предварительных гипотез, выявление и осознанное применение на практике психологических закономерностей; *магическое* же – нечто иное, как необъяснимое психическое, магией принято называть внесознательное и чисто инструментальное использование тех же психологических законов; **2) Знающий психолог**, даже лично не одарённый, эффективен в своей практической деятельности, тогда как бесталаный «маг» – просто шарлатан (*Не добивайся знахарства, добивайся разума: нероженому знахарству не научишь*, гласят пословицы); **3) в научном гении**, в научной интуиции всегда присутствует непознанное как некая магическая тайна, *талантливый же маг* производит впечатление безумца, юродивого (или он учёный – в той степени, в которой осознаёт природу своих действий).

Отличие психологии от религии я вижу в том, что психология стремится помочь человеку воспользоваться своей свободой выбора на основании осознания своей природы и доверия к ней, а не на основании догматов или этических норм, принятых в той или иной культуре, в той или иной религиозной системе.

Отличия научной психологии от житейской мудрости:

	научное знание	житейская мудрость
по типу приобретения знаний	накапливается целенаправленно,	приобретается в конкретных ситуациях,

	<p>посредством специальных <i>методов</i> (наблюдения, анализа письменных документов, беседы и эксперимента) через рациональное выдвижение и проверку гипотез</p>	<p>накапливается методом наблюдения и размышления в ходе проб и ошибок через их интуитивное осмысление</p>
<p>по типу оформления и сохранения знаний</p>	<p>обобщённое в теориях и концепциях логическое знание; оформлено в законах и в системе понятий</p>	<p>ситуационно-конкретные бессистемные высказывания, безразличные к логике; оформляются в ситуационных, противоречивых утверждениях (например, <i>пословицы и поговорки</i>)</p>
<p>по типу воспроизведения (передачи) знаний</p>	<p>передаётся через законы, школы, специальные публикации; огромный объём накопленного наукой материала не доступен ни одному «житейскому психологу»</p>	<p>не может быть передано во всей своей совокупности: у каждого «мудреца» – сравнительно небольшой объём знаний; передаётся как правило в устной форме, каждый раз как откровение;</p>

Примеры «множественности истины» в пословицах, собранных В. Далем:

Не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня / Работа не волк: в лес не убежит.

Покой пьёт воду, а беспокойство – мёд / Сиденьем города берут. Даст Бог день, – даст и хлеб (дал Бог роток, даст и кусок).

Живи тихо, – не увидишь лиха / Жил бы тихо, да от людей лихо.

Собственно «психологические» пословицы В. Даля: *Всякий гад – на свой лад. Что город, то норы, что деревня, то обычаи, что двор, то говор. В чужой монастырь со своим уставом не ходят. Ум – не односум: вместе не живёт (у всякого свой и сам по себе).*

У кого что болит, тот о том и говорит. Что в сердце варится, на лице не утаится. Поглядишь – картина, а душой – скотина. В тихом омуте черти водятся.

Сладкого съедят, горького проклянут. Резвый сам натечёт, а на смиренного Бог нанесёт. Пришла беда, – не брезгуй и ею. Кого минует Судьба, того и обнесёт. Дурак стреляет, Бог пули носит. Молчи, когда Бог убил! Али ты уши отсидел?

ВТОРОЙ ВОПРОС. Отрасли и методы психологии

Отрасли психологии.

1) существуют *общая психология*, занимающаяся выявлением наиболее общих закономерностей психических состояний и протекания психических процессов, и *дифференциальная психология*, то есть психология индивидуальных различий между людьми;

2) отрасли психологии различаются по тому, фундаментальные или практические проблемы решает та или иная отрасль (так различаются психология воображения и психология рекламы, например);

3) отрасли психологии различают по содержанию деятельности (педагогическая психология, психология спорта)

4) и по субъекту деятельности или поведения (возрастная, этническая, клиническая, социальная, зоопсихология);

5) выделяют также: а) прикладную психологию (консультативную, школьную, военную, промышленную); б) научную психологию (психофизиологию, психологию личности, социальную психологию, патопсихологию, нейропсихологию и в) теоретическую психологию, занятую

систематизацией и рефлексией самой науки, её истории и её методов.

Методы психологии¹

I. ЭМПИРИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ (характеризуются взаимодействием субъекта и объекта исследования: Sb + Ob)

1. *Наблюдение (и самонаблюдение)* (старейший субъективный метод, направленный на измерение) – целенаправленное, организованное восприятие поведения объекта и регистрация особенностей этого поведения

Виды наблюдения:

несистематическое (полевое) / систематическое (планомерное, фиксирующее условия среды);

сплошное / выборочное (направленное только на определённые особенности объекта);

непосредственное / с помощью технических средств;

внешнее / включённое (когда наблюдатель – член группы, являющейся объектом наблюдения, причём группа может как знать, так и не знать о проводимом наблюдении).

Этапы наблюдения:

определяется объект и предмет наблюдения;

выбирается способ наблюдения и регистрации;

составляется план (с учётом ситуации, времени и объекта наблюдения);

выбирается метод обработки;

производится обработка и интерпретация информации.

2. *Беседа* (субъект-субъектное взаимодействие, направленное на понимание) – специфический для психологии метод исследования человеческого поведения и целостной личности (в других естественных науках невозможна субъект-

¹ Существуют различные классификации методов. Приведённая здесь принадлежит В.Н. Дружинину (см.: Дружинин В.Н. Экспериментальная психология: Учебное пособие. М., 1997).

объектная коммуникация). Беседа – это диалог, в ходе которого один человек целенаправленно выявляет психологические особенности другого. Беседа может сопровождаться тестированием и анкетированием

Виды беседы: «клиническая беседа»; опрос-интервью;

3. *«Архивный метод»* (Sb-ивный метод, направленный на понимание) – анализ записей испытуемого, продуктов его трудовой, учебной или творческой деятельности.

Виды «архивных» методов: биографический; контент-анализ (выделяется единица исследования (слово, тема, суждение и т.п.) и рассматривается в контексте); проективный метод, близкий к тестам креативности, благодаря которому измеряется модус (способ существования) личности в социальной среде, а не психическая функция (нарисовать нечто, закончить предложение, составить рассказ по рисунку + беседа-обсуждение проделанной работы);

4. *Эксперимент* (Sb-Sb-ое взаимодействие, направленное на измерение) – совместная деятельность экспериментатора и испытуемого, которая инициирована экспериментатором и направлена на исследование особенностей психики испытуемого. Общение организует эту деятельность.

II. *Теоретические методы* (Sb + мысленная модель Об-та), в результате применения которых выявляется закономерность, достигается систематизация, создаётся классификация или модель объекта.

1. Дедуктивный;

2. Индуктивный;

3. Моделирование.

III. *Методы умозрительной психологии* достались в наследство от философии, они опираются на субъективную реальность и на интуицию автора концепции, а не на научные факты и не на эмпирические закономерности. Продуктом использования этих методов может стать учение.

IV. *Интерпретационно-описательные методы* (Sb +
знаковое представление Об-та (таблицы, схемы, графики).

ВТОРАЯ ТЕМА. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ СОЗНАНИЯ

1. Философские основания возникновения научной психологии.
2. Структурная психология сознания Вундта / Титченера.
3. Критика структурной психологии.

Вильгельм Вундт (1832–1920); Эдвард Титченер (1867–1927);

Уильям Джеймс (1842–1910) (он же *Вильям Джемс* в прежней транскрипции).

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Философские основания возникновения научной психологии

Психология – наука о душе. Но то, что понималось под словами *душа, психика*, то есть сам *предмет психологии* менялся в зависимости от психологической школы, которая этот предмет исследовала.

Структурная психология сознания считается первым научным направлением психологии. Под психикой оно подразумевало именно сознание. Что же такое сознание?

В словаре В. Даля находим: «Сознательное состояние – полная память, смысл и свобода отчётливой воли», то есть сознание – наша подотчётность самим себе.

Современная психология так определяет: **«Сознание – высшая стадия развития психики, знание, сопутствующее переживанию чувств и восприятию образов. Это также знание о том, что Я – тот, кто всё это переживает».**

В структурной психологии предмет её определялся более лаконично: **«Сознание – сумма известных мной в данный момент содержаний».**

Сознание, самоотчёт, ассоциативные связи – ключевые понятия структурной психологии. Какова их предыстория?

1. Р. Декарт, основатель философского рационализма, утверждал: несомненен лишь факт сомнения как метода мышления. Из книги «Размышления о первой философии»: [не сон ли этот мир, не обман ли чувств?] «я хочу отвернуться от всего сомнительного, пока не найду хоть чего-нибудь достоверного! Словно брошенный внезапно в глубокий омут я настолько растерян, что не могу ни упереться ногою в дно, ни всплыть на поверхность. Но всё же существует некий Великий Обманщик и тот, кого он обманывает. Раз он меня обманывает, значит я существую». «Я мыслю, следовательно – существую». Шишковидная железа – орган взаимодействия души и тела, по Декарту. Доверие к сознанию как к синониму разума. Сознание у Декарта – инструмент исследования мира, но не объект исследования, так как сознание целостно, неделимо.

2. Дэвид Гартли (Англия, XVIII в.) – создатель *ассоциативной теории*: ассоциации – основа психической деятельности, которая есть сумма всё более усложняющихся ассоциаций.

Ассоциация – такая связь представлений, благодаря которой одно представление, явившись в сознании, с необходимостью вызывает вслед за собой другое.

3. Дж. Локк, эмпирик, говорит о сознании, формируемом, наполняемом опытом. Рефлексия, по Локку, есть внутреннее самовосприятие, отличное от внешнего восприятия (то есть ощущения). (Опыт, впрочем, не сводим ни к ощущениям, ни к рефлексии). В «Опыте о человеческом разумении» говорит о двух уровнях душевной деятельности: 1) восприятия – мысли – желания; 2) созерцание оных.

Рефлексия – способность давать отчёт о своих впечатлениях, представлениях, переживаниях. Происходит удвоение сознания в ситуации рефлексии: а) воспринимаем внешний мир; б) рефлектируем, то есть воспринимаем само это восприятие.

Откуда мы можем знать, что кто-то обладает сознанием? Только от него самого. *Интроспекция* («смотрю внутрь») – научный метод рефлексии, метод экспериментальной психологии сознания. Уникальность психологии как науки в

том, что она изучает сознание посредством самого сознания (Sb = Ob).

ВТОРОЙ ВОПРОС. Структурная психология сознания Вундта / Титченера

1879 г. считается годом рождения научной психологии, так как в этом году в германском городе Лейпциге В. Вундт, философ и психофизик, открыл свою первую лабораторию, где стал проводить психологические эксперименты. Вот почему его направление называется экспериментальной психологией.

Вундт считал, что воспринимаемые нами вещи в свете тщательной аналитической интроспекции оказываются *структурами* простейших, элементарных ощущений. Вот почему психологическое направление Вундта называется также структурной психологией.

Где у нас помещаются мысли, образы, мечты? В душе или в мозге?

Психофизическая проблема мучила философов давно: состояние тела определяет состояние души, или наоборот? Влияют они друг на друга или существуют параллельно и независимо?

Философский позитивизм (основатели – Юм, Конт), определявший науку XIX в., повелевал доверять только факту, только выводам, которые могут быть подтверждены в опыте. Позитивизм связан с картиной мира и методами естественных наук. Алгеброй надо было поверять гармонию, душу следовало препарировать естественнонаучными методами.

Психофизика, которой Вундт занимался до открытия собственного метода – метода интроспекции, подала учёным великую надежду: оказалось, может существовать объективный, то есть фиксируемый приборами, способ доказательства связи души и тела. Физиология знает, что в мозге у нас – нервные клетки, там нет ни мыслей, ни чувств. Как именно психика связана с материальным своим субстратом, – неизвестно. (Как связан химический состав

красок с потрясением от живописного шедевра?). Психофизика пыталась выявить взаимодействие между физическим миром и душой, минуя физиологию.

В 1834 – 1860 гг. проводились эксперименты немецкими физиологами Э. Вебером и Г. Фехнером. И они действительно нашли количественное соотношение между силой раздражения, воздействующего на органы чувств («тело», физика), и интенсивностью ощущения испытываемого при этом («душа», психика).

Закон Вебера / Фехнера – основной закон психофизики – формулируется так: при увеличении силы раздражения в геометрической прогрессии интенсивность ощущения увеличивается в арифметической.

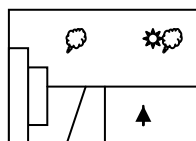
Предмет психологии Вундта – сознание, то есть осознаваемый внутренний опыт, доступный самоотчёту, а не абстрактная душа.

Задача психологии Вундта: поскольку ассоциации – основа психической деятельности (по Гартли), выявить закономерности ассоциаций между впечатлениями, которые мы можем осознать. Для этого: а) выделить элементы сознания; б) описать свойства сознания; в) выявить связи (ассоциации) элементов – в пространстве и времени, причинные, по контрасту, смысловые (например, букв в слове), ритмические.

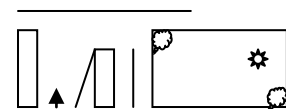
Метод психологии Вундта: аналитическая интроспекция. Специально обученные *интроспекционисты* давали устный отчёт об элементах своего сознания, избегая *ошибки стимула* (вспомните «удава, проглотившего слона» у де Сент-Экзюпери). Что это такое, мы с вами узнаем, проведя собственный эксперимент.

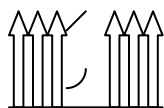
Эксперимент №1. Вы – интроспекционист. Что вы видите на рисунках?

1) Пейзаж? –
Ошибка стимула!



Прямоугольники, отрезки и т.п.? – Совершенно верно!

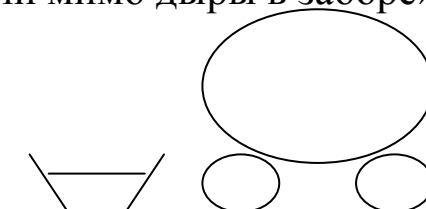




2) Но бывают рисунки, которые нам не трудно созерцать взглядом интроспекциониста.

3) Ошибка стимула: «Охотник с собакой только что прошли мимо дыры в заборе».

3) Ошибка: «Бабушка моет пол».



Вы научились методу? Теперь – эксперимент Вундта. Первый (но не единственный) прибор, с помощью которого Вундт изучал сознание – метроном.

Эксперимент №2. Испытуемый слышит ряд ударов метронома. Через небольшой временной интервал – ещё точно такой же. Не считая удары, испытуемый должен сравнить количество ударов.

В ходе подобных экспериментов Вундт выявил:

1) Существует определённый *объём сознания* (16 – 40 элементов, то есть ударов метронома в данном опыте). Это количество элементов, которые испытуемый воспринимает как единое целое, не считая. (Теперь это называется *объём восприятия*.)

Восприятие в объём сознания Вундт называл *перцепцией*.

2) Существует определённый *объём внимания* (7+/-2 элемента). Это количество элементов сознания, которые испытуемый в данный момент воспринимает *ясно и отчётливо*. (Теперь это называется *объём кратковременной памяти* (ясно и отчётливо, но ненадолго мы «схватываем» семизначный номер незнакомого телефона).

Восприятие в объём внимания и процесс укрупнения единиц сознания (например, *Бог, а не Б, о, г*) Вундт называл *апперцепцией*.

3) первое свойство сознания: оно *ритмично* (невольно все объединяют удары метронома по 2, 3, 4).

4) второе свойство сознания: оно имеет *структуру* (определённое количество ударов метронома навязчиво воспринимается как целое, как «песенка», разная в зависимости от кажущегося ритма. При этом только строго определённое количество ударов воспринимается отчётливо в данный момент. (Из сказки Катаева: «Одну ягодку беру, на другую смотрю, третью примечаю, четвёртая мерещится»).

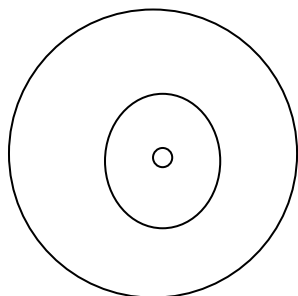
5) **Сознание – целое, состоящее из элементов. Психика – сложная структура этих элементов, построенная на ассоциативных связях.**

Элементы сознания делятся Вундтом на *объективные* (ощущения) и *субъективные* (чувственный тон ощущения). Объективные элементы отражают свойства объекта восприятия: качество (стук, звон), локализацию, длительность, частоту, интенсивность (зависит от того, находится ли в поле внимания). Субъективные элементы отражают свойства субъекта восприятия и имеют координаты по трём осям: удовольствие – неудовольствие, напряжение – разрядка, возбуждение – успокоение. И те и другие бывают *простыми* или *сложными*. Сложное ощущение – это *представление*, сложный чувственный тон – это «равнодействующая» в сознании простых чувственных тонов.

Чувства: а) связаны ассоциативно с представлениями (на стимульное слово «зелёный» стандартные ассоциативные ответы – «лес», «крокодил»); б) соединяют ощущения, благодаря родственности чувственных тонов (*сухой* стук метронома – *сухое* печенье).

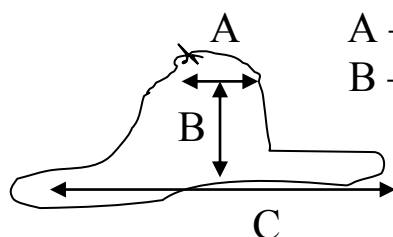
Сложное ощущение, его восприятие, состоит из суммирования восприятий простых ощущений и ассоциированных с ними образов из памяти, прошлого опыта.

Метафора сознания, по Вундту, – «сетчатка глаза»:



Внешний круг – *поле сознания*;
средняя зона – *поле внимания*;
центр – *фокус сознания*.

Э. Титченер, ученик Вундта, основал общество экспериментальной психологии в США. Его метафора сознания – «*волна внимания*»:



A – поле внимания; C – поле сознания;
B – сила внимания (высота волны).

Волна поднимается рывком, на её гребне – ясность и отчётливость ощущений в поле внимания. Как только концентрируем внимание на фрагменте изображения, он словно вздымается (на гребне волны) над фоном остального рисунка. Вундтовская модель, только развёрнутая в пространстве, показывающая уровни сознания.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Критика структурной психологии

У. Джеймс, философ, основатель прагматизма, теоретик функционального подхода к психологии сознания, утверждал вопреки Вундту, что сознание – не только структура, но и процесс.

Свойства сознания, по Джеймсу:

а) индивидуально-личностный характер;
б) неповторимость (Гераклит сказал: “Нельзя дважды войти в одну и ту же реку”. «*Поток сознания*» – термин-метафора Джеймса);

в) неделимость и непрерывность (Джеймс: «Традиционная психология описывает дело так, будто река состоит из вёдер, чаш, бадеек и прочих ёмкостей, содержащих воду. Даже если

бы вёдра и кастрюли, действительно, стояли в потоке, между ними продолжала бы течь свободная вода».);

г) избирательность и произвольность.

Метафора птицы: в сознании чередуются устойчивые и изменчивые состояния, подобно тому, как птица то парит, то машет крыльями.

Основные претензии прочих критиков структурной психологии были к методу интроспекции.

Выявленные к началу XX в. ограничения метода интроспекции:

1) он делает доступным лишь собственное сознание (маленькие дети и животные вообще не могут изучаться);

2) нельзя одновременно и сознавать нечто, и давать отчёт;

3) обученность испытуемого ставит под сомнение объективность отчёта (нет ли подтасовок?);

4) субъективность отчёта (теперь именно *субъективный отчёт* «наивного испытуемого» как метод используется в психологии);

5) всё более усложняющийся язык отчётов.

Освальд Кюльпе (1862–1915), представитель Вюрцбургской школы психологии (изучавшей мышление), применял *метод систематической* (а не аналитической) *интроспекции*, то есть «ретроспективной рефлексии»: акт сознания можно наблюдать только после его свершения, а не в процессе. Отчёты давались задним числом.

Однако на смену восприятию сознания в качестве синонима психики приходят другие подходы, будет определён новый предмет науки, найдены другие методы.

ТРЕТЬЯ ТЕМА. ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГИЯ

1. Восприятие в гештальт-психологии.
2. Мышление в гештальт-психологии.

Макс Вертгеймер (1880–1943); Курт Коффка (1886–1941);
Вольфганг Кёлер (1887–1967);

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Восприятие в гештальт-психологии

Гештальт (в нем. яз. – *форма, организация, конфигурация*) – некая **целостная структура, обладающая особым, новым качеством по сравнению с суммой своих частей.**

Гештальт-психология – психология формы – возникла в Германии перед I Мировой войной и развивалась как теория, оппозиционная структурной психологии сознания Вундта и бихевиоризму, о котором речь пойдёт на следующей лекции.

С точки зрения представителей гештальт-психологии, *единицы сознания* – не отдельные элементы, но *гештальты*, целостные формы. Так, знакомое лицо мы воспринимаем именно (и сразу) как лицо, а не как «нос+губы+глаз+другой» и так далее. Восприятие форм – врождённое свойство (в эксперименте только что вылупившиеся цыплята пытаются клевать точки округлой формы, а не какой бы то ни было другой).

Метод гештальт-психологии – феноменологический: описание данных непосредственного опыта (описать в целом значит объяснить, «наивность» субъективного отчёта методологически противопоставлялась интроспекции). В этом смысле гештальт-психологи ратовали как раз за *ошибку стимула* при описании объекта восприятия.

Мы знаем шесть *психических процессов*: внимание, память, воображение, ощущение, восприятие (перцепция), мышление. *Исследованием гештальтов в восприятии* занимались Вертгеймер и Коффка, немецкие экспериментаторы. Хотя первым ещё в XIX в. фон Эренфельс обратил внимание на так называемый *акустический феномен*: мелодия остаётся неизменной в разных тональностях, несмотря на то, что все звуки (все элементы) при этом меняются! Это наблюдение предшествовало открытию *гештальта*.

Собственно гештальт-психология началась с обнаружения Вертгеймером оптического *φ-феномена* («фи-феномена», или «гештальт-феномена», «феномена кажущегося движения»).

Эксперимент № 1 Вертгеймера: если смотреть на две лампочки, попеременно вспыхивающие через достаточно большой временной промежуток, можно увидеть то, что есть – две лампочки; если они будут вспыхивать через очень маленький временной промежуток, нам будет казаться, что мы видим две одновременно горящие лампочки. Если же временной интервал между вспышками будет средним (0,05 – 0,1 с), возникнет этот самый *φ-феномен*: будет казаться, что свет перескакивает с одной лампочки на другую. Мы видим уже не лампочки (светящиеся точки), но *движение*, «*новое целое, несводимое к сумме частей*».

Теперь мы можем наблюдать этот феномен в ёлочных гирляндах, где огоньки будто пробегают вдоль гирлянды. (Собственно, и кинематограф – не что иное, как феномен кажущегося движения).

Эксперимент № 2 Коффки: экспериментатор делил студенческую аудиторию пополам и давал каждой половине (каждой группе) особую перцептивную установку. Установка могла быть визуальной или только словесной: одной группе обещали показывать рисунки, изображённые чёрной тушью на белом листе, другой группе обещали предъявить белые изображения на чёрном фоне. Затем обе группы объединяли и показывали всей аудитории одни и те же изображения.

Эффект (называемый *эффектом последствия фигуры*, или *эффектом фиксации установки*) заключался в том, что

испытываемые, получившие разные перцептивные установки, видели совершенно разные вещи в одном и том же рисунке.

Эксперимент повторять не будем, но посмотрим, какие **принципы восприятия** выявили гештальт-психологи в ходе своих экспериментов.

1. «Фон / фигура». Что бы мы ни воспринимали (не только глазами, но с помощью любых органов чувств: своё имя в гуле голосов, запах духов в прокуренной комнате и т.п.), мы всегда воспринимаем по принципу «фигура на фоне». В зависимости от фиксированной установки мы можем (см. рисунки Рубенса, например) видеть белую фигуру на чёрном фоне или чёрную фигуру на белом фоне. Фон и фигура не существуют друг без друга, они могут быстро меняться местами, но невозможно увидеть и белое, и чёрное в качестве фигуры одновременно.

Признаки фигуры: имеет характер «вещи» (имеет предметный смысл), ей принадлежит контур, цвет её более интенсивен (белый рисунок на чёрном фоне кажется белее листа, на котором всё это изображено, хотя реально цвет одинаков).

Признаки фона: имеет характер неопределённой субстанции, кажется изображённым на заднем плане рисунка (вспомните метафору сознания Титченера: фигура – на гребне «волны внимания», фон – у её основания). У одного из романов Карлоса Кастанеды дон Хуан предлагает ученику (в порядке духовной практики) потренироваться видеть не листья дерева на фоне просветов, а просветы на фоне листьев.

Принцип восприятия фигуры на фоне можно интерпретировать не только буквально, он распространяется не только на восприятие органами чувств. Иногда увидеть в качестве фигуры то, что прежде казалось неразличимым фоном, значит не только обогатить своё восприятие, но и переменить ход жизни. Увидеть достоинства человека на фоне его недостатков, а не наоборот, или избавиться от несчастной любви, выделив «на фоне» своего прежнего избранника кого-то более вам подходящего, может быть, вы его просто не замечали. На таком вот иносказательном истолковании

принципа «фон/фигура» основаны некоторые *терапевтические приёмы* гештальт-психологии.

2. *Принцип заполнения пробелов* основан на том, что наше восприятие стремится объединять разрозненные элементы в единое целое, очерчивать единым контуром. Так, мы видим не чёрточки пунктира, а силуэт, пунктиром нарисованный. Звёзды на небе мы привыкли объединять в созвездия, причём, в соответствии с принципом простоты, склонны, прежде всего, видеть «ковш», а не Большую Медведицу или Лося (древнерусское название этого созвездия).

3. *Принцип группировки элементов по близости, сходству, непрерывности.*

4. *Принцип влияния на восприятие перцептивной установки и актуального состояния субъекта восприятия.* Воспринимая, мы непроизвольно интерпретируем свои ощущения, поэтому в первую очередь видим то, к чему привыкли, или что имеет для нас актуальный смысл. Поэтому рисунки, подобные известным двойным рисункам-иллюзиям Боринга и Рубенса, могут быть использованы при *проективном тестировании.*

ВТОРОЙ ВОПРОС. Мышление в гештальт-психологии

Мышление – познавательный психический процесс опосредствованного и обобщённого отражения действительности, часто представляющий собой процесс решения задачи. Как и другие психические процессы, мышление свойственно не только человеку².

В. Кёлер в США, исследуя мышление шимпанзе с позиций гештальт-психологии, обнаружил явление, названное им *инсайт* (от англ. *insight* – *проницательность, понимание*), сходное с понятием *гештальт* в восприятии.

² См.: Зорина З.А., Полетаева И.И. Зоопсихология. Элементарное мышление животных: Учебное пособие. М., 2002.

Эксперимент № 3 Кёлера с шимпанзе по имени Султан (его называли Архимедом среди обезьян). Условия эксперимента: вольер Султана, в котором много всяких предметов, в том числе две короткие твёрдые трубки, так подобранные по диаметру, что могут быть плотно вставлены друг в друга; рядом с вольером лежит банан, так далеко, что ничем имеющимся под рукой Султан до него не дотянется.

В ходе эксперимента Кёлер наблюдал *три фазы инсайта*:

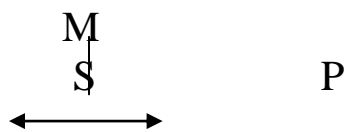
I фаза – беспорядочной активности: обнаружив, что банан просто так не достать, Султан начинал метаться, злиться, приходил в отчаяние.

II фаза – релаксации: наконец, Султан садился и “задумчиво” созерцал всё содержимое вольера.

III фаза – реализации, собственно инсайта, или «ага-реакции»: Султан неожиданно вскакивал (видимо, восклицая про себя нечто вроде “эврика!”), и быстро решал практическую задачу. то есть в данном эксперименте (а он был не единственным) составлял трубки и доставал этим изготовленным длинным орудием банан.

Важно, что выход из проблемной ситуации был найден Султаном посредством построения нового гештальта, восприятия новых, ранее не замечаемых отношений между предметами.

Чтобы понять, что же происходит в ситуации инсайта, обратимся к схеме решения творческой задачи, предложенной У. Джеймсом:



S – ситуация, условия задачи (*всё, что перед глазами Султана в эксперименте Кёлера*).

P – то, что нужно субъекту для выхода из ситуации («длинная рука»).

M – существенный атрибут ситуации, обладающий свойством P (*общая длина и совместимость трубок*).

Проницательность, по Джеймсу, (то есть инсайт) – способность обнаружить существенный атрибут ситуации (М), обладающий искомым свойством (Р).

Принцип решения творческой задачи (то есть новой, не типовой), согласно выводу гештальт-психологов, заключается в следующем: *противоречие между условиями (S) и требованиями (P) само стимулирует процесс нахождения М.*

Здесь также обнаруживается принцип «фон/фигура»: **проницательность – умение выделить определённое свойство предмета в качестве фигуры на фоне всех других его свойств** (длину и совместимость трубок на фоне из цвета, запаха, твёрдости, тяжести, температуры и прочего). Султан выделил бы в качестве фигуры другие свойства трубок, если бы, например, захотел метнуть их в Кёлера, не дающего банан.

Проницательность Султана выразилась в том, что он смог выделить из всех доступных ему в вольере предметов именно трубки, вместе обладающие свойством «длинной руки». *Элементы ситуации подверглись, таким образом, бессознательной перегруппировке, решение задачи было найдено интуитивно, а не посредством формальной логики.*

Инсайт – качественное изменение в поведении, такая целостная организация всех элементов проблемной ситуации, которая позволяет определить и устранить исходное противоречие между условиями и требованиями. Способность к инсайту, по Кёлеру, – признак интеллекта.

Обладающее интеллектом существо способно:

- 1) изготавливать орудия;
- 2) решать задачи обходным путём (в прямом и переносном смысле).

В прямом смысле обходным путём решала задачу собака:

Эксперимент № 4 Кёлера: выбегая из двери, собака тотчас попадала в П-образную клетку, за пределами которой напротив двери лежала приманка. Между стеной, в которой была дверь, и сторонами клетки оставались зазоры, в которые собака легко могла пролезть. «Глупая» собака оставалась тосковать внутри клетки, отделённая решёткой от приманки. «Умная» (то есть обладающая интеллектом) собака заставляла себя временно

отвлечься от созерцания приманки, чтобы вернуться к двери, обойти клетку снаружи и эту приманку взять.

· Эксперименты №№ 5 и 6 Кёлера: 1) «*Глупый шимпанзе*» наблюдал за умным и делал то же самое, но по частям (подставлял ящики в одном месте клетки, прыгал в другом); 2) «*Хорошая ошибка*»: Султан «мечтал», печально выкладывая дорожку из ветоши, подпихивая её по направлению к банану, если из вольера убирали все прочие «инструменты».

Гештальт-психология осталась в истории психологии связанной с именами своих основателей. Но ею был дан импульс к развитию:

- 1) экспериментальной психологии восприятия;
- 2) когнитивной психологии;
- 3) современной гештальт-терапии, основателем которой считается Ф. Пёрлз.

ЧЕТВЁРТАЯ ТЕМА. БИХЕВИОРИЗМ И КОГНИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

1. Классическое обусловливание.
2. Инструментальное (или оперантное) научение.
3. Необихевиоризм и когнитивная психология.

Физиологи, на работы которых опирались бихевиористы:
Иван Петрович Павлов (1849–1936); Владимир Михайлович Бехтерев (1857–1927).

Психологи: Джон Уотсон (1878–1958); Эдуард Торндайк (1874–1949); Беррес Скиннер (1904–1990); Эдуард Толмен (1886–1959); Джордж Келли (1905–1967).

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Классическое обусловливание

1913 г. Публикация в США статьи Дж. Уотсона «Психология с точки зрения бихевиориста» ознаменовала революцию в психологии: произошло выдвижение *нового предмета науки* (англ. *behavior* – поведение). **Бихевиоризм – «психология поведения».**

Уотсон заявлял, что интроспекция – субъективна, а сознание вообще не поддаётся изучению объективным, то есть, по мнению Уотсона, *естественнонаучным методом*.

Естественнонаучному методу подвластно лишь **поведение как совокупность внешних проявлений психической деятельности** (внешние проявления, или *факторы поведения*: 1) внешние проявления физиологических процессов; 2) движения, жесты; 3) действия; 4) поступки).

Психология поведения, согласно декларации Уотсона, базируется на опубликованных в 1903 г. достижениях русских физиологов Павлова и Бехтерева (последний, кстати, был учеником В. Вундта). Однако, если физиологи интересуют

центральная нервная система (ЦНС) как посредник между стимулом (S) внешней среды и реакцией (R) организма, то новую психологию, по убеждению её основателя, должна интересоваться сама схема $S \rightarrow R$ как единица изучения поведения.

Задачи классического бихевиоризма:

1) предсказание по стимулу реакции и наоборот (в том числе в социальном масштабе как «программа-максимум»);

2) контроль поведения людей (в том числе в государственном масштабе) (по легенде, один из ассистентов Уотсона изобретательно доказал такую возможность, поставив перед собой блюдо с лимонами и поедая их на глазах оркестрантов духового оркестра. Музыканты скоро были вынуждены заняться прочисткой инструментов, и возлюбленная ассистента, таким образом, не смогла танцевать с другим, как собиралась);

3) педагогические задачи (выработав правильные методы научения, можно сделать вундеркиндом любого ребёнка).

Смысл классического обусловливания, по Павлову, – «подкрепление» (пищей) условного стимула. **Задача** классического обусловливания (научения) состоит в успешном осуществлении перехода:

вначале: S_b (безусловный стимул, пища) $\rightarrow R_b$ (безусловная реакция, слюноотечение);

в итоге: S_u (условный стимул, звук колокольчика) $\rightarrow R_u$ (условная реакция, слюноотечение).

В (мягко говоря неэтичном по отношению к животным) эксперименте Павлова звонили в колокольчик перед тем, как принести собаке пищу. Наконец, добились того, что безусловный рефлекс (выделение слюны при виде пищи) был дополнен условным рефлексом (выделением слюны на нейтральный стимул – звон колокольчика).

Вообще любовь к физиологии, должно быть, связана с некоторой жестокостью. Сам Уотсон, например, пугал маленьких детей (разумеется, в строго научных целях). Дело в том, что...

Задача бихевиоризма: врождённые безусловные реакции превратить в условные реакции и *генерализировать*:

$$\left. \begin{array}{l} S1 \rightarrow R1 \rightarrow Sy1 \rightarrow R1 \\ S2 \rightarrow R2 \rightarrow Sy2 \rightarrow R2 \end{array} \right\} \rightarrow Sy \rightarrow (R1+R2);$$

Уотсон обнаружил, что от рождения человек не боится ничего, кроме двух вещей: резкого шума и потери опоры.

Эксперименты Уотсон проводил с 11-месячным Альбертом, сыном ассистентки (когда мать, наконец, сжалилась над младенцем, Уотсон обосновался в сиротском приюте). Первая серия экспериментов:

1) Sб (выдернутое из-под А одеяльце или внезапный удар невидимого гонга) → Rб (испуг, задержка дыхания, плач);

2) этот Sб + Sy (любимый белый пушистый кролик) → Rб (Альберт боится кролика);

3) Sy (генерализованный: *всё* белое и пушистое, в том числе борода Санта Клауса) → Ry (испуг).

Вторая серия экспериментов:

1) Sб(пища) → Rб (удовольствие);

2) Sб+ + Sy (издалека, чтобы не вызвать беспокойства, лакомящемуся чем-то Альберту показывают то, что уже вызывает страх, того же кролика, постепенно приближая его раз за разом) → Ry (спокойствие или снова радость).

На этих законах классического обусловливания основаны практикуемые по сей день *методы бихевиоральной психотерапии* (весьма эффективные при лечении фобий и дурных привычек, таких, как обгрызание ногтей, курение и тому подобные).

ВТОРОЙ ВОПРОС. Инструментальное (или оперантное) научение

Что касается оперантного научения, то и тут Россия Америку опередила: «дедушка Дуров», знаменитый дрессировщик, как вслед за ним и все представители русской

школы дрессуры, тренировал своих питомцев не по Павлову, то есть *не стимул подкрепляя, а желательную реакцию*.

Однако первым учёным, исследовавшим в начале XX в. такого рода научение, был американец Э. Торндайк (именно его научные наработки использовали впоследствии бихевиористы). Он и назвал метод *инструментальным*, так как применял определённые *инструменты*.

Первыми «инструментами» стали стопки книг, из которых Торндайк выкладывал лабиринты в подвале дома (небезызвестного уже нам) У. Джеймса, который приютил экспериментатора с его подопытными цыплятами и кошками.

Эксперимент № 1 Торндайка: лабиринт имел два выхода, у одного из них было рассыпано зерно. Торндайк наблюдал, как скоро цыплята, пущенные гулять по лабиринту, научатся находить кратчайшую дорогу к зерну.

Эксперимент № 2 Торндайка с использованием «*проблемной клетки*» (главного его инструмента научения):

1) Клетка с кошкой и замаскированной педалью внутри клетки. Снаружи клетки – рыбка в мисочке. Если нажать на педаль, клетка откроется, но кошка об этом ещё не знает.

2) Кошка мечется и *случайно* нажимает, наконец, на педаль. Выходит и съедает рыбку.

3) После нескольких таких «случайностей», занимающих всё меньше времени, кошка уже целенаправленно направляется к педали, чтобы открыть себе путь к пище.

Как видим, *эффективное поведение* в данном случае достигнуто не посредством инсайта (как в экспериментах гештальт-психолога Кёлера), а посредством *научения, методом проб и ошибок*, когда *правильная проба* получала немедленное *положительное подкрепление*. Могло быть и *отрицательное подкрепление* (если бы всё в клетке, кроме педали, было под электрическим напряжением).

Однако обратите внимание: экспериментально было доказано, что *положительное подкрепление желательной реакции эффективнее отрицательного подкрепления нежелательной!* (Вспомним, что по-русски метод

инструментального научения давно называется *методом кнута и пряника*).

Б. Скиннер, бихевиорист, ученик Уотсона (сам Уотсон довольно быстро забросил и созданное им направление, и вообще психологию, занявшись совсем другими делами), развил метод Торндайка, введя *пошаговое подкрепление* (подкрепление отдельных операций поведения «*step-by-step*»). Усовершенствованный метод Торндайка Скиннер назвал *оперантное научение*, в ходе которого R вырабатывается путём последовательных приближений (как в игре «Холодно-горячо», где то положительно, то отрицательно подкрепляется каждое движение водящего). Скиннер показывал чудеса дрессуры, экспериментируя с голубями и, говорят, заставляя даже морские гребешки (моллюсков) выстукивать ритм створками раковин!

В 1973 г. Скиннер опубликовал книгу с характерным названием «По ту сторону свободы и достоинства», в которой изложил бихевиоральную утопию социальных преобразований. В самом уже названии книги Скиннера заключена основная опасность и *основная ошибка бихевиоризма*: человек, как и животное, с точки зрения бихевиористов, лишён воли и собственной активности, он только реактивен, он – объект манипуляций.

Между тем в США система образования до сих пор небезуспешно строится на основе скиннеровской модели пошагового подкрепления. *Главный вывод классического бихевиоризма*: любое поведение определяется своими последствиями. **Научение – достижение навыка соотносить способ своего поведения с его последствиями.**

Активность субъекта и роль внутренних факторов его личности гораздо более учитывается в *необихевиоризме*.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Необихевиоризм и когнитивная психология

Э. Толмен положил начало необихевиоризму, открыв *когнитивное (познавательное), или латентное (скрытое, незаметное) научение*, помимо научения методом проб и ошибок Торндайка / Скиннера.

Эксперимент Толмена. Инструменты: лабиринт, в который запускаются три группы крыс:

1) первая группа проходит научение с подкреплением (быстро искать выход, у которого лежит приманка);

2) вторая группа «гуляет» по лабиринту безо всякого подкрепления;

3) подкрепление (приманка) предлагается третьей группе крыс только с 11-го дня их «прогулок» по лабиринту.

Итог: третья группа *научалась* выходить к приманке быстрее, чем первая, так как, предположил Толмен, за 10 дней прогулок без подкрепления каждая крыса третьей группы произвольно формировала у себя «в голове» так называемую *когнитивную карту* лабиринта. С появлением приманки крысы третьей группы эту «карту» начинали использовать.

Вывод (революционный для бихевиоризма): оказывается, 1) *объективно* не только то, что можно наблюдать извне (измерить и т.п.), но и то, без чего никак нельзя объяснить наблюдаемое; 2) *субъект активен*: когнитивное научение зависит не только от стимула, но и от *промежуточной переменной* (между S и R), в роли которой могут выступать не только когнитивные карты, но и цели, и гипотезы поведения. S → промежуточная переменная → R.

Альберт Бандура (США) построил собственную *теорию социального научения* в русле необихевиоризма.

Необихевиоризм, как и гештальт-психология, повлияли на возникновение в США, в середине XX века, *когнитивной психологии* («психологии познания»), которая исследует воздействие интеллектуальных процессов на поведение человека. Когнитивная психология внесла большой вклад в психологию мышления и в социальную психологию

В этой лекции, говоря о когнитивной психологии, мы коснёмся лишь *теории личностных конструкторов Джорджа Келли*, объединившей в себе некоторые принципы гештальт-

психологии и необихевиоризма. Такие внутренние условия поведения, как когнитивная карта, цели и гипотезы, влияют на поведение субъекта наряду со внешними стимулами, как было выяснено в необихевиоризме. Келли использовал эту идею, провозгласив собственную *концепцию активности субъекта*: «Человек как исследователь», это означает:

1. Люди не пассивно реагируют на окружающее, а активно формируют (по мере возможностей) своё представление о нём.

Цель науки – понять, предсказать и изменить в пользу человека явления окружающего мира. Цель каждого человека в его повседневной жизни – точно та же: *понять, предсказать и изменить что-то в свою пользу*. Мы все хотим уменьшить неопределённость нашего существования и действовать эффективно.

2. Мы озабочены будущим, и наше поведение – предупреждающее по своей природе. Прошлое беспокоит нас лишь постольку, поскольку мы боимся его отрицательного влияния на нашу эффективность в будущем.

Как учёный выдвигает гипотезу, так и все мы, встречаясь, например, с новым человеком, истолковываем его некоторым образом, то есть тоже *выдвигаем гипотезу* («зануда», «умница», «душечка» и так далее). Если факты опровергают первоначальную гипотезу, мы выдвигаем другую.

Как утверждает Келли, *конструктивная альтернатива* нашему толкованию действительности всегда найдётся (надо лишь не забывать про гештальт-психологскую игру «Фон / фигура», быть готовым в красавице разглядеть ведьму, а в старушке – превращённую принцессу, как на рисунке Боринга). Отсюда и название теории Келли – **конструктивный альтернативизм**.

Истина – соединение множества субъективных истолкований реальности, как уверяли своих учеников ещё софисты. Логический принцип идентичности Аристотеля ($A=A$) Келли истолковывает иным образом: «А есть то, что индивид объясняет как А». Те, кто испытывают тревогу от подобных заявлений, привыкли к элементарному

дихотомическому делению мира на чёрное / белое, ложь / истину, забывая, что мир – многогранник, соединяющий противоположности, а не медаль, у которой всего две стороны.

3. Человек интерпретирует свой опыт и старается предсказать будущее посредством разнообразных *дихотомических* по форме *личностных конструкторов* – идей, явившихся продуктом прошлого опыта.

Функция конструкторов – создание непротиворечивой картины мира. *Формирование конструкторов* происходит в процессе наблюдения сходства и различия по меньшей мере трёх элементов («два брата – умные, третий – дурак», как в сказках).

Свойства конструкторов:

1) *диапазон применимости* (*научный / ненаучный...* мармелад не бывает);

2) *фокус применимости* (*нечестный...* вор, игрок или политик?);

3) *проницаемость / непроницаемость* (проницаемый склонен к расширению диапазона применимости);

4) *иерархическая организация конструкторов* (по принципу субъективной значимости): всё, что сладко, – хорошо, но не всё то, что хорошо, – сладко (в данном примере «хорошо / плохо» – *подчиняющийся* конструктор, «сладко / горько» – *подчинённый*);

5) люди создают *различные иерархии конструкторов*: для одних «исполнительный» входит в конструктор «хороший», для других – в «плохой»).

Типы конструкторов:

1) *Упредительные* (классификация производится только по одному основанию, то, что попало в одну классификацию, исключается из другой). *Пример:* традиционный для европейцев структурный критерий (из теста «Четвёртый лишний») диктует ликвидацию «бревна» из предметного ряда: «бревно, топор, нож, лопата», а функциональный критерий детей и аборигенов диктует ликвидацию «лопаты» как не имеющей отношения к обработке древесины.

2) *Шаблонные (констелляторные):* все характеристики явления фиксированы в зависимости от принадлежности его к

конструкту (было в анекдотах: если «новый русский», так непременно – малиновый пиджак и «пальцы веером»).

3) *Предполагающие (открытые)* конструкты позволяют человеку быть более открытым для нового опыта и принимать альтернативную точку зрения. Однако если бы мы пользовались только предполагающими конструктами, мы не могли бы принимать неотложных решений (например, решительно направившийся к вам тёмной ночью в безлюдном месте незнакомец может оказаться и случайным прохожим, мечтающим узнать который час, и безобидным лунатиком, но, пожалуй, было бы полезнее в данной ситуации истолковать его «упредительно» как грабителя и срочно принять меры).

Личность, по Келли, – организованная система более или менее важных конструктов для интерпретации переживаний и предвидения будущих событий. Узнать личность значит понять, каким образом она истолковывает свой опыт.

Тревога, считал Келли, возникает, когда мы ощущаем, что уже имеющихся у нас конструктов недостаточно для интерпретации текущих событий и предвидения последующих.

Враждебность – стремление создать для вечно изменчивого, по Гераклиту, мира прокрустово ложе, заставить его соответствовать старым конструктам проявляющего враждебность человека.

Страх – свидетельство нежелания менять систему конструктов, когда того требует необходимость.

Задача когнитивной психотерапии – помочь человеку создать новые конструкты или расширить диапазон применимости имеющихся.

ПЯТАЯ ТЕМА. ОТЕЧЕСТВЕННАЯ ШКОЛА ПСИХОЛОГИИ

1. Культурно-историческая теория развития психики.
2. Сравнительный анализ психики человека и животных.
3. Деятельностный подход к изучению психики.

Л.С. Выготский (1896–1934); А.Н. Леонтьев (1903–1979);
С.Л. Рубинштейн (1889–1960); А.Р. Лурия (1902–1977);

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Культурно-историческая теория развития психики

Интересуясь в юности психоанализом искусства и гештальт-психологией восприятия, в советское время Л.С. Выготский был вынужден учитывать идеологические условия самой возможности существования науки в молодой стране. Однако, в отличие от многих, гнушался вульгарным марксизмом, «пытаясь найти в Марксе не формулы, а перспективную методологию познания»³.

Культурно-историческая теория как концепция психического развития человека стала результатом этих поисков. Она сложилась к концу 1920-х годов на основе марксистской философии истории, гештальт-психологии и французской психологии развития (в частности исследований Жана Пиаже о стадиях развития психики).

³ См. подробнее: Пузырей А. Культурно-историческая теория Выготского и современная психология. М., 1986. См. также такие работы самого Л.С. Выготского, как «Психология искусства», «История развития высших психических функций», «Орудие и знак», «Мышление и речь».

Четыре направления исследований, заданные Выготским и разрабатываемые представителями созданной им школы:

1. Идея К. Маркса об орудиях труда как средствах изменения внешнего мира и собственной организации превратилась у Выготского в гипотезу об особых, психических, орудиях – знаках.

Знаки – особые психические орудия, посредством которых психические функции преобразуются в культурные, присущие только человеку. В ходе *интериоризации* природные психические функции ребёнка становятся произвольными и осознанными, то есть культурно обусловленными или *высшими психическими функциями (ВПФ)*, переходя: непроизвольные память, внимание, воображение – в произвольные, образное мышление – в логическое и так далее.

Затем происходит автоматизация ВПФ, поскольку ВПФ связаны с работой всего мозга, а не отдельных его центров (именно поэтому при повреждении мозга оказывается возможно восстановление нарушенных психических функций через их осознание, как доказали послевоенные исследования Лурии и Бернштейна).

Знаки (*жесты, позы, рисунки, звуки, речь, математические символы, узелковое письмо, ракушки вампума*) – орудия сознательного овладения психическими функциями, их *интериоризации*. Языковой знак – слово – особенно важно. Из внешней формы нечто переходит во внутриспсихическую, как счёт, которому вначале обучают на пальцах или счётных палочках, как понятия, подменившие предметы (последними уже не обязательно оперировать, достаточно назвать).

Усвоение общественно-исторического опыта – специфически человеческий путь онтогенеза. Главная его закономерность – интериоризация ребёнком структуры его внешней деятельности (поначалу внешняя деятельность осуществляется совместно со взрослым и опосредуется знаками). Эксперимент с «напёрстками» (стаканчиками): под одним из них от ребёнка скрывается какой-то предмет, ребёнку

надо угадать, под каким. Донышко одного из стаканов помечено пятнышком краски (знаком). Взрослый молча указывает ребёнку на метку, ребёнок сам догадывается, что предмет всегда будет именно под маркированным стаканчиком.

2. Материалистический постулат К. Маркса о том, что бытие определяет сознание позволил Выготскому и его последователям рассматривать гипотезу о том, что *психические процессы зависят от характера социальной жизни*. Социализация в культурно-исторической теории понимается как связанная преимущественно с усвоением знаково-символических (языковых) форм.

3. Выготский стал основоположником направления практической психологии развития – *педологии*. (Надо заметить, что в 1931 г. подлинно творческие усилия отечественных психологов по прививке марксизма своей науке были «разоблачены» постановлением ЦК ВКП (б)).

4. После ранней кончины Выготского его исследования продолжил наиболее одарённый из учеников, *А.Н. Леонтьев*, выдвинувший гипотезу происхождения деятельности и сознания (об этом поговорим подробнее при рассмотрении третьего вопроса).

Итак, *культурно-историческая теория* – это:

- 1) марксистский принцип изучения психики;
- 2) теория, рассматривающая *психологию* как науку о законах порождения и функционирования психики.

Под психикой следовало понимать отражение индивидом объективной реальности в деятельности человека и в поведении животных. Таким образом, мы сталкиваемся с ещё одним представлением о предмете психологии.

Объективная реальность – прежде всего, среда обитания. Можно выделить два типа среды: *гомогенная* (однородная) и *гетерогенная* (разнородная).

Гомогенная среда: живому существу нужно двигаться туда, где концентрация полезных веществ больше. Существо это – *всегда* в контакте с полезными веществами (с кормом, кислородом и т.п.), ему не нужно отражать реальность. Для распознавания концентрации полезных веществ живое

существо, сформировавшееся в гомогенной среде, обладает **раздражимостью** – способностью реагировать на биотические (биологически значимые) свойства среды.

Гетерогенная среда: жизненно важные вещества в такой среде предметно оформлены, их может и не случиться поблизости. Для добывания их живому существу необходим активный поиск. А для осуществления поиска уже нужно иметь представление: а) о собственных потребностях (в форме голода, например); б) о состоянии среды. В дополнение к простой раздражимости возникает **чувствительность** – способность отражать абиотические свойства среды (то есть свойства, биологически нейтральные, но объективно связанные с биотическими, являющиеся их сигналами: следы зайца, шорох мыши для лисицы, например).

Психикой обладают существа, наделённые чувствительностью. (Об интеллекте, высшей стадии развития психики, Выготский писал, ссылаясь на Кёлера). По сути критерием психики является возможность совершения ошибки (и способность быть обманутым: достаточно привести пример с пауком, выбегающим из укрытия в надежде на муху после того, как к его паутинке прикоснулись звучащим камертоном).

Таблица: Стадии развития психики в филогенезе:

Признаки стадий	Тип среды	Содержание отражения	Форма отражения	Форма поведения (или сохранения двигательного опыта)
Элементарная (сенсорная)	Гетерогенная, предметная	Абиотические свойства среды	Ощущение	Инстинкты (безусловные рефлексы),
Перцептивная (стадия восприятия)	Гетерогенная, предметная, где предметы – в отношениях, типа: условие/результат	Совокупность свойств, то есть предмет в целом.	Образы восприятия (перцепты)	Навыки (условные рефлексы), результат научения
Стадия интеллекта	Гетерогенная, предметная, где предметы между собой в многообразных отношениях	Отношения между предметами (в какой среде живёт, такую и отражает).	Инсайт как постижение целостной предметной ситуации	Интеллектуальное поведение: фазы подготовки и реализации, между – «ага-реакция». Решение задачи с помощью орудий или обходным

				путём.
--	--	--	--	--------

Возникает закономерный вопрос: а чем же мы от животных отличаемся?

ВТОРОЙ ВОПРОС. Сравнительный анализ психики человека и животных

Особенности трудовой деятельности людей	Филогенетическое (природные) предпосылки этих особенностей труда	Природные ограничения (отличия от человека) животных
<p style="text-align: center;"><i>Социальный</i> характер (деятельность сообщества) <i>орудийной</i> деятельности</p>	<p>1. Групповое поведение, наличие сообществ и средств общения;</p> <p>2. Ситуативное и индивидуальное использование орудий</p>	<p>1. Делают сообщество</p> <p style="text-align: center;"><i>(NB! Предпосылки №1 и №2 всегда друг от друга изолированы!)</i></p> <p>2. Используют орудия</p>
<p>Наличие культурного опыта: а) материальная культура;</p>	<p>а) Изготовление орудий; б) есть сигнальная речь (за</p>	<p>а) не сохраняют орудия; б) нет естественной</p>

б) знаковая речь, передающая духовный опыт (NB! создание и использование знаков; за знаком – предмет, а не потребность)	сигналом – аффект и потребность); в) высших млекопитающих можно обучить знаковой речи	необходимости знаковой речи (общаются знаками только с людьми или на “людские” темы)
Возникновение действий и необходимости общественного сознания	Разделение интеллектуального акта на 2 фазы инсайта; составление программы, учёт пространственно-временных условий, предшествующих достижению результата	<i>нет учёта социальных условий деятельности (у стаи волков, как и у пчёл, – инстинкт: не договариваются заранее)</i>

Таким образом именно *наличие культуры*, знаково закреплённой, возникающей и передающейся в процессе совместной деятельности, *является принципиальным отличием людей от животных (прочие отличия – количественные, а не качественные).*

Культура – искусственно созданное средство преобразования человеком природы (в том числе своей собственной природы). Человек создаёт вторую, искусственную, среду обитания (*ноосферу*, по Вернадскому) в совместной трудовой деятельности, а кроме того удваивает мир: 1) мир практики; 2) мир представляемый, в котором знаки заменяют предметы и действия с ними. Это удвоение открывает возможность познания вне практического контакта с предметом.

Знак открыл возможность чистого (понятийного, логического) познания (ради самого познания). И у животных, и у человека есть биологические потребности, которые необходимо удовлетворять.

Потребность – некая зависимость (от пищи, воды, кислорода, от потребности в движении и др.), становящаяся источником активности. Мотив – опредмеченная

потребность. (Пример: у Тигры в «Винни-Пухе» была сначала неопределённая пищевая потребность (хотелось есть, но неизвестно было, что едят Тигры). Рыбий жир стал мотивом того, что Тигра остался у Кенги (выяснилось, что Тигра любит рыбий жир, которым могла угостить только Кенга).

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Деятельностный подход к изучению психики

А.Н. Леонтьев в 1966 г. возглавил факультет психологии, только что отделившийся от философского факультета. Под его началом производились исследования: структуры и мотивации деятельности, преобразования социальной совместной деятельности в индивидуальную, внешней деятельности во внутреннюю (закономерности интериоризации).

Деятельность, по А.Н. Леонтьеву, – целеустремлённая активность, реализующая потребности субъекта. Человеческая деятельность направляется мотивом и раскрывается в целях составляющих её действий.

Действие – парадоксальный процесс в составе деятельности, конечный результат (мотив) и конкретная цель которого могут не совпадать. Смысл действия – в понимании отношения мотива к цели. Действие как произвольная активность возникает тогда, когда свободное осуществление рефлекса становится невозможно, и живое существо должно строить, помимо образа среды, ещё и образ себя во взаимодействии со средой (тут и рождается субъектность). (Пример Леонтьева с загонщиком: в отличие от тех, кто поджидает зверя в засаде, загонщик совершает действие, на первый взгляд, противоположное его потребности в добыче, – отпугивает от себя и гонит зверя. Это действие обретает смысл только в контексте *осознанной* совместной деятельности загонщиков и забойщиков).

Если каждый участник деятельности понимает взаимосвязь составляющих её действий, значит существует

общественное сознание («совместное знание», Леонтьев именно так представлял себе этимологию слова «сознание»).

Сначала сознание совместно, возникает в общении, лишь потом оно становится индивидуальным (внешний диалог с «напарником» становится внутренним диалогом с самим собой, интериоризируется, подобно психическим функциям).

Мы рассмотрели, по сути, *три вида опыта*: 1) видовой опыт (закреплённый во врождённых инстинктах); 2) индивидуально-изменчивый опыт (закреплённый в навыках); 3) культурный опыт (может быть только у человека).

Итак, *человеческая деятельность* предметна, произвольна и осознанна, социально обусловлена; осуществляется с использованием орудий, её процессы закреплены в понятиях, ценностях, социальных ролях и социальных нормах.

Регуляторы деятельности: деятельность имеет как внешние, так и внутренние регуляторы (к последним относятся эмоциональные и волевые процессы). О них мы ещё расскажем, пока же дадим лишь предварительные определения.

***Эмоция* – отражение состояния потребности, психическая представленность смыслов, которые образуют мотив (эмоции – ключ к познанию мотивов). Эмоция – естественная, досознательная, спонтанная оценка события с точки зрения принципа удовольствия.**

***Воля* – возможность сосредоточить внимание на необходимом объекте и сознательно отвлечься от посторонних факторов. Воля и есть произвольное сосредоточение, связанное с выбором мотивов. Она необходима тогда, когда избранный мотив не имеет достаточной силы, чтобы в данный момент конкурировать с прочими. Воля есть овладение своим поведением, связанное с подавлением или задержкой спонтанных аффективных процессов (умение терпеть и ждать, пока препятствие не устранится объективно).**

На высших этапах развития *личности* наблюдаются *послепроизвольные процессы* (они почти не требуют усилий и напоминают спонтанные).

Школа А.Н. Леонтьева среди прочих разработала *концепцию ведущей деятельности* как движущей силы развития в онтогенезе. Рубинштейн выделял такие *виды деятельности*, как труд, познание, учение, игра и др. Переход от одной ведущей деятельности к другой осуществляется посредством механизма *сдвига мотива на цель*. (Примеры: 1) *индивидуальный уровень*: ребёнок играет в школу (осуществляет ведущую в этом возрасте игровую деятельность), мотив его деятельности – игра, цель одного из действий в этой игре – прочитать предложение, допустим; настанет момент, когда ребёнок так увлекается тем, что он прочёл, что, забывая об игре, хочет читать дальше. В этот момент и происходит превращение бывшей цели в мотив новой деятельности (познавательной); 2) *общечеловеческий уровень*: мотив – выжить, цель – узнать что-то ради выживания (узнать повадки дичи, чтобы с большей вероятностью добыть её, например); в результате сдвига мотива на цель возникла, по Леонтьеву, самостоятельная познавательная деятельность, не связанная непосредственно с практической выгодой; цель «узнать» стала мотивом «познать» мир и самого себя).

Так, студенты, придя в университет (а не в профессиональный колледж), заявили тем самым, что хотят *познавать*, а не только *узнавать*. И всё же в университете, в европейской школе вообще, студентов учат... «лгать», то есть рассуждать о том, чего они не видели сами!

Так было не всегда...

Культурная обусловленность человеческой психики:

В 1930-е годы в Узбекистане А.Р. Лурия проводил межкультурные исследования познавательных процессов (сравнивал результаты тестирования обучающихся в советской школе с результатами тестирования представителей традиционного сообщества, в школу не ходивших). В частности, тесты были на незавершённые силлогизмы (на логическое мышление):

1) Там, где тепло и влажно, растёт хлопок. Рядом с хужиной старика – именно так. Растёт ли там хлопок?

2) На севере все медведи – белые. Хижина старика – там. Если старик выйдет из хижины и увидит медведя, какого медведь будет цвета?

В первом случае старик (не затронутый европейским образованием) отвечал утвердительно (то есть логические способности были налицо, когда реалии были знакомы испытуемому), а вот во втором случае (когда речь шла о незнакомых явлениях) ответ старика показывал как будто бы отсутствие логического мышления: на вопрос, какого цвета медведь, старик отвечал: «Не видел, врать не буду»!

Лурия сделал вывод о *культурной обусловленности познавательных процессов и сознания* (условия познания): как член своего общества, культура которого запрещает рассуждать о том, чего сам не видел, старик не мог ответить иначе о цвете медведя. Его познание было *культурно* ограничено рамками собственного восприятия.

Традиционные культуры характеризуются точностью, конкретностью, обстоятельностью и богатством памяти (то же можно сказать и об архаических языках: менее сформированы обобщающие понятия, больше собственных имён, метафор. Слова ещё тесно связаны с предметами и чувственными впечатлениями).

Но *познание европейца* тоже культурно ограничено (понятийными рамками, например: есть вещи, о которых мы имеем понятия, а есть кантовские «вещи в себе»). Логическое мышление склонно к анализу, проигрывая в способности к синтезу.

ШЕСТАЯ ТЕМА. НЕОСОЗНАВАЕМЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

1. Явления неосознаваемой психической установки.
2. Истоки психоанализа. З. Фрейд и К.Г. Юнг.
3. Неосознаваемая мотивация поведения. Школы психоанализа.

З. Фрейд (1856–1939); К.Г. Юнг (1875–1961); А. Адлер (1870–1937);
Д.Н. Узнадзе (1886–1950).

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Явления неосознаваемой психической установки

В отечественной науке принята следующая *классификация неосознаваемых процессов*:

- 1) надсознательные;
- 2) неосознаваемые побудители сознательных действий (ими занимался З. Фрейд);
- 3) неосознаваемые механизмы сознательных действий. Последние, в свою очередь, делятся на: а) первичные автоматизмы и навыки; б) неосознаваемое сопровождение сознательных действий; в) явления неосознаваемой установки.

Возможность формирования установки восприятия заметили ещё германские гештальт-психологи (эксперименты с чёрно-белыми «двусмысленными» рисунками). Именно эта последняя категория неосознаваемых процессов привлекла внимание советского психолога Д.Н. Узнадзе⁴, возглавившего в середине XX в. грузинскую школу психологии и создавшего *теорию установки*. Узнадзе находил бессмысленным понятие бессознательного у Фрейда: все то, что, по Фрейду,

⁴ См.: 1) Узнадзе Д.Н. Психологические исследования. М., 1966.

2) Лютова С.Н. Социальная психология личности (теория и практика): Курс лекций. М., 2002. С. 76-89.

неосознаваемо, может быть осознано. *Неосознаваемые же установки, считал Узнадзе, в принципе не могут быть достоянием сознания, но оказывают на него влияние.*

Установка, по определению Узнадзе, – это целостное состояние субъекта, выражающее его готовность к совершению определенных действий или к реагированию в определенном направлении.

Различаются: *моторная* (мускульная), *перцептивная* (установка восприятия) и *умственная* установки.

Узнадзе экспериментально исследовал формирование установок и эффекты их проявления. *Ключевым экспериментом* заключался в следующем: испытуемому клали на ладони по небольшому шару, предлагая сравнить величину шаров. В пятнадцати «установочных» пробах шарик в левой руке всегда оказывался чуть больше того, что в правой. В шестнадцатой, «критической», пробе испытуемому предлагали шары одинакового размера.

«Критический» эксперимент позволил обнаружить *возникновение двух иллюзий* как следствия сложившейся установки ощущать в левой руке более крупный шар. При «контрастной иллюзии» из двух шаров одинаковой величины левый казался теперь меньше правого. При «ассимилятивной иллюзии» из двух одинаковых шаров “левый” по-прежнему воспринимался большим.

Говорить о *неосознаваемом влиянии установки* позволило Узнадзе изменение условий эксперимента. Пятнадцать установочных проб проводили с испытуемыми под гипнозом. Шестнадцатую, критическую, делали по выходе испытуемых из гипнотического состояния, так что люди как бы впервые видели предлагаемые им шары, не помня ничего о предыдущих пробах. Проявление обеих иллюзий установки у этих испытуемых ничем не отличалось от проявления их у тех, кто осознавал и помнил весь ход эксперимента, то есть не подвергался гипнозу.

Д.Н. Узнадзе открыл два эффекта в ходе экспериментирования. Так называемый *эффект иррадиации установки* позволяет в критическом (16-м) эксперименте не

давать в руки шары, а только показывать их испытуемому, что не влияет на результаты. И, наоборот, оказалось возможным выработать установку оптически, зафиксировав ее проявление в 16-й, единственной осязательной, мускульной, пробе.

Эффект иррадиации установки позволил Узнадзе сделать вывод о том, что *установка возникает во всех пяти чувствах одновременно*. Значит, ее возникновение обусловлено активностью не отдельных органов, а всего организма, всей психики, точнее, как единого целого.

Более того, в школе Узнадзе экспериментально подтвердили специфически человеческую *способность фиксировать установку на основе представления* (пятнадцать раз только воображать в своих руках шарики разной величины). Между прочим, выяснилось, что эта способность выше у людей, наделенных актерским дарованием. Таким образом, не только ощущения определяют наше воображение, но и фантазия как часть целостной психики влияет на достоверность восприятия.

Вторым обнаруженным Узнадзе эффектом стал так называемый *эффект генерализации установки*: установка может распространиться с предмета, по отношению к которому была фиксирована, на другой, совершенно отличный (например, с шара на многогранник в 16-м мускульном эксперименте).

Узнадзе сделал вывод, очень важный для психологии личности: *установка не просто целостное состояние организма, она результат целостной модификации личности*. Вот почему эффект генерализации проявляется также и в том, что *установка может фиксироваться без повторения* (то есть не за пятнадцать, а в ходе всего одной-двух проб) и *проявляться даже в условиях неадекватного раздражителя* (по поговорке: обжегшись на молоке, дуешь на воду) в случае ее высокой личностной значимости.

Разомкнуть круг личностной неосознаваемой установки позволяет процесс *объективации* – переход с уровня установок психики к *сознательным содержаниям*, когда отрезок жизни, непрерывной и текучей, становится объектом внимания и

предметом мысли. Узнадзе считал, что на уровне объективации человек становится независим от самого себя и обретает – несладкую – свободу выбора.

Заговорив об объективации, Узнадзе неизбежно вернулся к тому, кого критиковал, – к З. Фрейду, метод психотерапии которого, по сути, призван был способствовать скорейшей объективации пациентом не отдельных установок, а в целом неосознаваемой мотивации своего поведения.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Истоки психоанализа. З. Фрейд и К.Г. Юнг

Юнга, бывшего почти на 20 лет моложе, принято считать учеником Фрейда, впоследствии – раскольников и «изменником». Более правильным говорить о независимом развитии двух этих крупных мыслителей, пути которых шли параллельно, собственно, в течение лишь пяти лет (1906 г., в котором началась их переписка, – 1911 г.; в 1912 г. опубликованная книга Юнга «Либи́до, его метаморфозы и символы» обнаружила наметившиеся теоретические расхождения Юнга и Фрейда).

Любопытно, что в биографиях Фрейда и Юнга (с временным интервалом в 19 лет, разумеется) наблюдается некоторый параллелизм: оба окончили медицинские факультеты (первый – в Австрии, второй – в Швейцарии), не сразу и, на первый взгляд, случайно избрали именно психиатрию своей специальностью. Оба после годичной стажировки в Париже (у Шарко и Жане соответственно) оказались под значительным влиянием французской школы психиатрии. Оба, вернувшись на родину, под руководством известнейших специалистов занимались клиническими исследованиями: Фрейд изучал *истерию* под руководством *Брейера* и издал с ним совместный труд; Юнг в цюрихской клинике *Блейлера* занимался исследованиями *шизофрении*. Карьера обоих была успешна, однако по истечении примерно 10 лет работы в традиционном русле медицины каждый из

учёных открыл перспективу создания оригинальной теории и принципиального обновления практических методов «исцеления души». Это открытие, сделанное к 40-а годам, обоим заставило порвать все формальные связи с научным сообществом и, поддерживая существование своих больших семей частной практикой (оба женились около 30 лет, Фрейд стал отцом шестерых детей, Юнг – пятерых), отдать себя на волю бурных волн *кризиса середины жизни*, предавшись *самоанализу*. У обоих кризис продолжался около четырёх лет, разрешился же он (и в том и в другом случаях) созданием стройных научных систем с последовавшими публикациями и постепенным мировым признанием открытий. И Фрейду, и Юнгу было за 80 лет, когда они скончались после 17-летнего периода нездоровья.

Сравнительная биография Фрейда и Юнга:

Зигмунд Фрейд (Австрия, родился в г. Фрейбурге, Моравия, ныне Чехия)	Карл Густав Юнг (Швейцария, родился в деревне Кесвиль близ г. Базеля)
В 25 лет оканчивает мед. фак-т Венского ун-та, врач-невропатолог. Влияние Дарвина и Э. Брюкке (организм как динамич. энергетич. система).	В 25 лет – мед. степень, получает должность психиатра в клинике Бурхгельцли (Цюрих).
29 лет. Стажировка в Париже (в кл. Сальпетриер, Шарко, гипноз). 30 л. Женильба + 6 детей.	27 лет. Стажировка в Париже у Пьера Жане. 28 л. Женильба + 5 детей
30-39 лет. Выработка собственной теории в сотр-ве с Иозефом Брейером, его влияние. Исследование истерии.	30-39 лет. Выработка собств. теории в сотрудничестве с Эженом Блейлером (26-34 г.). Шизофрения, оккультизм, ассоциативный эксп., п/а метод Фрейда.
39-40 лет. Сон об Ирме. Создание словесн. ассоциат. метода, обнаружение мех-ма вытеснения, исключение из Венского мед. общества.	К 40 годам. Сон о доме. Влияние Отто Гросса (мистич. знач. сексуальности), Фридриха Крейцера. Уход: из клиники, от профессуры в Цюрихск. ун-те, с

	поста президента Международной п/а ассоциации. Разрыв с Фрейдом.
40-44 года. Самоанализ + частн. практика	39-43 года. Самоанализ. Духовн. кризис (сновидения и мифы).
44 года. «Толкование сновидений» (1900). I самостоят. труд.	46 лет. «Психологические типы». I самост. труд.
46 лет. Создание (будущего) Венского п/а общ-ва	50 лет. I англояз. семинар в Цюрихе. + Боллингенский замок.
49 лет. Окончат. разрыв с научн. сообществом из-за психосекс. теории («3 эссе о сексуальности» (1905).	Ок. 50 лет. Окончательное оформление теории кб/с и архетипов
К 55 годам. Расцвет Междунар. п/а ассоциац., междунар. признание (и в США), междунар. призы, наличие крон-принца.	К 60 годам. Президент Междунар. мед. п/т общ-ва, Президент Герм. п/т общ-ва, глава общ-ва “Эранос” (Аскона, Швейцария).
56-64 года. Разрыв с Юнгом, I Мир. война – страх за сыновей, смерть дочери. Танатос под вл. Шпильрейн. “По ту стор. принц. уд.” (1920), “Введ. в п/а”.	К 70 годам. почётн. доктор Гарварда, Оксфорда, Женевского ун-та, профессор Высш. техн. школы в Цюрихе, в Базельск. ун-те. Путешествия. Публикации.
77 лет. 30-ая лекция «Введения в п/а» (об оккультизме)	К 80 годам. Самость, синхронистичность (акаузальный связ. принцип), заверш. исслед. алхимии
83 года. Смерть после 16-летней болезни	86 лет. смерть после 14-летн. уедин. в Боллингенском замке. Семья – в доме в Кюснахте (Цюрих), на берегу Цюр. озера.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Неосознаваемая мотивация поведения. Школы психоанализа

1. Два учёных, с биографиями которых мы только что познакомились, психологами быть не собирались, однако же их теории внесли и в психологию, и в философскую антропологию вклад, по сей день определяющий мировоззрение многих людей Европы и Америки.

Оба они были практикующими психиатрами, оба считаются родоначальниками *психоанализа* как особой медицинской практики и психологического направления, обратившего внимание на *бессознательное* как на *новый предмет научной психологии*. Этапы становления психоанализа связаны также с третьим знаменитым именем – именем Альфреда Адлера, которому мы посвятим отдельную лекцию.

В отличие от большинства коллег эти врачи не ограничились применением известных методик, стремясь по-новому осмыслить эмпирический материал, с которым им пришлось столкнуться.

Вклад их в науку о человеке состоит в том, что они впервые, каждый по-своему, осмелились предложить целостную модель человеческой личности, описать её структуру и характер взаимодействия сознательной и бессознательной частей психики.

Однако сами понятия сознания и бессознательного уже использовались прежде философами и психологами.

Бессознательное в философии: Эдуард Гартман (немецкий философ XIX в.), создатель философии бессознательного: синтез Гегеля и Шопенгауэра, понятие «бессознательное» – из философии романтизма Шеллинга, а также из учения Лейбница об «индивидуальностях» (монадах). Суть философии бессознательного Гартмана: мир бессознательного выводился из содержания сознания (спекулятивно). Всякое желание порождает несчастье. Цель практической философии – довести до сознания необходимость спасения мира от бедствия желаний.

Эти принципы философии Гартмана стали принципами классической психоаналитической практики: на место активного бессознательного (вытесненных желаний) должен встать сознательный выбор своего поведения. Иррациональное

должно быть обуздано рации. Кроме того, исходный конфликт должен быть эмоционально *отреагирован* в процессе *трансфера* (особого эмоционального отношения пациента к аналитику).

2. Пристальное внимание психоанализа к бессознательному в психике, к инстинктам и интуитивным влечениям, позволяет нам отнести психоанализ к *философии иррационального*. Парадокс же заключается в том, что Фрейд, основатель психоанализа, стоял на исключительно *позитивистских позициях*, вообще определявших первые десятилетия существования научной психологии.

Своеобразие, в своё время даже скандальное своеобразие, его концепции тем и вызвано, что Фрейд имел научное мужество замахнуться на иррациональные феномены, так сказать, каменным топором естественнонаучного материализма XIX в. Чуть позже мы посмотрим, как Фрейд это сделал.

3. Как мы уже знаем, знакомство Фрейда и Юнга, сначала эпистолярное, состоялось в 1906 г. С чем они оба подошли к этой встрече и почему в дальнейшем разошлись их пути? Я предлагаю проследить, перефразируя В.И. Ленина, «источники и составные части» психоанализа – как фрейдизма, то есть *классического психоанализа*, так и *аналитической психологии* Юнга.

I. *Первым источником психоанализа стала эмпирика*, личный опыт и Фрейда, и Юнга, потрясший их и потребовавший осмысления. Рассмотрим четыре составляющих этого опыта:

1. Когда мы хотим сказать, что кто-то не вполне нормален, мы говорим, что у него *не все дома*, что *он не в себе*, то есть что именно его-то и нет, когда дома не все. Кто же там остаётся? Народная демонология на этот вопрос отвечает просто: даже когда мы оговоримся или ненароком скажем лишнее, это значит *бес попутал*, *чёрт за язык дёрнул*. Если вдруг потеряем что-то, лежавшее под рукой, просим *домового* поиграть да отдать...

Но Фрейд был физиологом, врачом, атеистом, ни в Бога, ни в чёрта не верил, и сказочный вопрос, *кого же я у себя дома не знаю*, мучил его, не снятый фольклорными объяснениями.

Итак, артефакты, явления “психопатологии обыденной жизни” (так и называлась одна из работ Фрейда), досадные мелочи, такие, как *оговорки, забывания, запрятывания* первыми указали Фрейдю на то, что наше сознание – не хозяин в доме нашей души. Не единственный хозяин, во всяком случае.

2. Фрейдю и Юнгу, как и всем простым смертным, снились *сны*⁵. Причём, Фрейдю казалось, что некто (или нечто) хочет помешать ему понять *скрытый смысл сновидения*, Юнгу же, напротив, казалось, что этот некто намерен ему помочь, но способен говорить только на языке *притчи*, и беда нашего сознания в том, что оно не всегда способно этот язык понять.

3. Юнг обладал ещё и уникальным мистическим опытом, в отличие от Фрейда: родившись в семье священника, насчитывая несколько пасторов в семье своей матери, Эмилии Прейсверк, Юнг не удивлялся тому, что некоторые его родственники слыли духовидцами. Сам Юнг уверял, что унаследовал от матери способность к непровольной телепатии, и что предметы имели тенденцию разлетаться на куски, когда Юнг оказывался поблизости и не в духе (так он однажды якобы напугал Фрейда). В своей 15-летней кузине Юнг открыл талант медиума (спиритическим сеансам с участием кузины была посвящена докторская диссертация Юнга, и диагноз, поставленный девушке, испортив её судьбу, навсегда рассорил Юнга с Прейсверками).

Были ли в самом деле родственники Юнга духовидцами, или же все они просто были одарены богатой и мистически ориентированной фантазией в сочетании со склонностью к

⁵ Накануне постигшего обоих духовного кризиса, каждый увидел сон (о пациентке Ирме – Фрейд, о доме – Юнг), интерпретация которого имела большое значение для формирования оригинальной концепции бессознательного. Первая (самостоятельная) книга Фрейда так и называлась – «Толкование сновидений». 1900 г. Последний год XIX в. стал годом рождения психоанализа.

мистификациям, сказать трудно. Во всяком случае сам Юнг, в отрочестве действительно пережив мистический опыт, обрёл непосредственную веру в Бога (расходившуюся, впрочем, с христианскими догматами), но ему мало было созерцать духов и ощущать присутствие божества, ему нужно было рационально объяснить себе всё это.

4. Четвёртая составляющая опыта, требовавшего научного объяснения, – явления душевной жизни больных, с которыми сталкивались Фрейд и Юнг в ходе своей медицинской психиатрической практики. Прежде всего это – фантастические явления *диссоциации (раздвоения личности)*, наблюдаемые и при истерии, и при шизофрении⁶.

Практиковавшийся его учителями метод гипнотического катарсиса показал Фрейд, что людям часто отравляет жизнь что-то, в чём они не смеют признаться даже самим себе, осознание и эмоциональное отреагирование чего, однако, сделало бы их, если не счастливыми, то душевно здоровыми по крайней мере.

II. Вторым источником теоретического психоанализа стало позитивистское мировоззрение и естественнонаучные теории предшественников Фрейда и Юнга:

1. Открытие психиатрией *подсознания*, второй, как бы временно скрытой от бодрствующего сознания человека его личности. Психиатры Жане, Брейер и Блейлер объясняли возможность образования подсознания изначальной слабостью психического синтеза у некоторых больных, приводящей к внутриспсихической перегруппировке элементов.

2. Теория Дарвина о нашем общем с животными происхождении.

3. Концепция физиолога Молешотта, согласно которой все духовные процессы имеют физиологическую основу.

4. Концепция физиолога Брюкке, видевшего живые организмы как динамические энергетические системы, на

⁶ Подробнее см.: курс лекций С.Н. Лютовой «Социальная психология личности...».

которые, в частности, как и на все остальные, распространяется закон сохранения энергии.

Фрейд до встречи с Юнгом. Введённый Фрейдом термин *бессознательное* был призван подчеркнуть качественное отличие описанной им нормальной сферы психики от болезненного *подсознания*. Фрейд первым пришёл к выводу о том, что в структуре психики нечто противостоит сознанию не как вторая, латентная, сознательная личность, не как *подсознание*. **Бессознательное, по Фрейду, – область исходных влечений и «содержания», обособившиеся от области сознания в результате вытеснения.** Расщепление же Я-сознания при диссоциации – результат запрета на компромиссы между основными установками. **По Юнгу же, бессознательное – прапсихика, психическая представленность человеческих инстинктов – через интуицию и эмоциональную её окраску.**

Фрейд вошёл в историю науки как автор *психодинамической теории взаимодействия сфер личности: нейрофизиологическое возбуждение*, вызванное естественной физиологической *потребностью*, в случае невозможности немедленно её удовлетворить приводит к неприятному скоплению энергии. Образуется *напряжение*, требующее разрядки. Если разрядка оказывается невозможна (например, когда физиологические потребности человека приходят в столкновение с его этическими принципами), источник возбуждения перестаёт осознаваться. Происходит это посредством *защитного механизма вытеснения* (потребности). Весь эмоционально, энергетически, заряженный *комплекс* элементов травмирующей ситуации (у «комплексующего» субъекта) вытесняется в область бессознательного по закону сохранения энергии. Но всё равно, уже из бессознательного, этот комплекс требует энергетической разрядки, пробиваясь к поверхности сознания в оговорках, образах сновидений и в невротических симптомах.

Осталось назвать эту энергию. Естественно было бы предположить биологически наиболее значимой энергию сохранения и продолжения жизни. Фрейд назвал её *либидо*,

энергией эротического влечения. Позже Фрейд признал наличие и противоположного влечения – влечения к смерти, разрушительную энергию *Танатоса* (названную по имени древнегреческого бога смерти).

Теория энергии либидо легла в основу *психосексуальной теории*, которой Фрейд прославился и за пределами научного сообщества. Популярна стала также и его гипотеза, согласно которой вся история и вся культура человечества питается энергией вытесненных влечений посредством защитного механизма *сублимации* энергии⁷.

В самом деле, что более, чем сексуальность и агрессивность, требовали держать в узде традиции европейской культуры? В своей теории сексуальности Фрейд обрёл строго научный (что для него означало «естественнонаучный») метод объяснения наиболее загадочных феноменов человеческой психики. Очевидный материализм его концепции призван был, по его собственному признанию, служить бастионом против спиритуализма, мистицизма – оккультизма всякого рода.

Однако Фрейд не чужд был образности в изложении своих теорий и использовал мифологемы для условного обозначения вскрываемых им психологических закономерностей. Так психосексуальная теория Фрейда, помимо имён богов Эроса и Танатоса, в качестве ключевой метафоры использует древнегреческий миф об Эдипе⁸.

⁷ О названных и др. защитных механизмах см. подробнее: Лютова С.Н. Социальная психология личности...

⁸ У фиванского царя Лая и его жены Иокасты родился сын, которому предрекли страшную судьбу: ему суждено было стать убийцей отца и супругом собственной матери. По приказу царя, мальчику перебили ноги и бросили его умирать, но пастух нашёл младенца, дал ему имя (“Эдип” значит “с опухшими ногами”) и отнёс к бездетному царю Коринфа Полибу. Когда Эдип стал юношей, он обратился к Дельфийскому оракулу, и Пифия, не открыв происхождение Эдипа, дала то же прорицание, что дано было и при его рождении. Ужаснувшись, Эдип решил обмануть судьбу и не возвращаться в Коринф. На пути из Дельф в Фивы юноша убил в ссоре знатного мужчину и всех его слуг, кроме одного.

В окончательном варианте психодинамической теории Фрейда человеческая психика состоит из трёх сфер – Я (Эго), Сверх-Я (Супер-Эго) и Оно (Ид), связанных энергетическими взаимодействиями⁹.

Коллеги Фрейда после опубликования первых его самостоятельных работ стали воспринимать венского доктора именно в традициях ханжества европейской культуры, то есть как развратника и извращенца, особенно после того, как Фрейд посягнул на невинность младенцев, открыв в 1905 г. стадии детской сексуальности, зависящие от области фиксации либидо. Имя Фрейда стало неприлично произносить вслух. Все от него отвернулись, кроме тесного кружка сторонников.

Юнг и Фрейд. Именно в это время 30-летний преуспевающий доктор Юнг рискнул своей научной репутацией, начав ссылаться на работы Фрейда в своих публикациях, а позже инициировал переписку с Фрейдом, сообщив ему, что самостоятельно обнаружил механизм вытеснения в ходе так называемых ассоциативных экспериментов в клинике Бурхгельцли.

Кроме того, Юнг писал Фрейду, что Блейлер разрешил ему в этой цюрихской клинике практиковать **психоаналитический метод свободных ассоциаций**, и поэтому Юнг нуждается в руководстве Фрейда. Сотрудничество и личная дружба двух врачей крепки, пока в

В Фивах Эдип разгадал загадку Сфинкс, терзавшей город, и за это был избран царём, получив, по обычаю, в жёны вдову “убитого разбойниками” прежнего царя. Двадцать лет супруги были счастливы, вырастили четверых детей: Полиника, Этеокла, Антигону и Исмену.

Но однажды Дельфийский оракул потребовал изгнать из Фив убийцу прежнего царя Лая, чтобы город избавился от моровой язвы. В ходе расследования Эдип выяснил страшную правду о себе и выколол себе глаза золотой застёжкой, снятой с платья повесившейся Иокасты. Сыновья изгнали его из Фив, дочь-сестра Антигона взялась сопровождать слепца в его странствиях. В конце концов Эдип находит приют у Тесея, но вскоре отправляется в последний путь – в подземное царство Аида.

⁹ Подробнее см.: Лютова С.Н. Социальная психология личности... С. 18-25.

работах Юнга не стало слишком заметно влияние третьего источника психоанализа.

III. Третий источник психоанализа – философия иррационализма.

В психиатрии Юнг нашёл сферу пересечения двух своих давних интересов – к естественным наукам и к философии. Наукам, по его словам, не хватало смысла, философии – фактов.

Факты бессознательного требовали от Юнга, прежде всего, философского осмысления. Позитивистских концепций для интерпретации его опыта оказалось недостаточно. Но ещё с 17 лет, в отличие от Фрейда, Юнг самостоятельно начал свои философские штудии.

Из античных философов Платон вызвал у Юнга наибольший интерес, несмотря на длинноты в диалогах. Позже Юнг говорил, что весь психоанализ восходит к двум метафорам Платона: психоанализ Фрейда – к метафоре колесницы-души из диалога «Федр», собственная теория Юнга – к метафоре пещеры из «Государства». Средневековая схоластика оставила Юнга в недоумении (как будто люди, никогда не видевшие слона, всё пытаются доказать друг другу его существование). «Дыхание жизни» Юнг впервые ощутил в немецкой мистике XIII – XIV веков, в работах Экхарта, но тот всё же остался чужд. Место Экхарта вскоре занял Сведенборг (шведский теософ-мистик и спирит XVIII в.), воспринимавший «откровения из Царства Духа». От излишней восторженности по поводу фантастической метафизики Сведенборга Юнга излечили «Грёзы духовидца» Канта, посвящённые Сведенборгу. Теперь Юнг зачитывался Кантом. Его потрясла теория познания Канта: непознаваемость *вещи в себе* и мир явлений, структурируемый априорными понятиями. Гармония кантовской мысли стала силой, дисциплинирующей ум Юнга и в дальнейших его философских изысканиях, «главной удачей» которых стал, наконец, Шопенгауэр. Он был первым, явившим страдание мира, смятение и страсти, первым, заговорившим о мрачной слепоте творящей мир воли, но решения проблем не предлагал. Юнг впоследствии открыл для Фрейда философию

бессознательного Гартмана. Ницше очаровал и напугал Юнга одновременно. Юнг был близок к идентификации с Заратустрой, но, вместе с тем, не забывал, как в родном для Юнга Базеле люди, помнившие конец Ницше, рассказывали анекдоты из его жизни. Пугала очевидная болезненность Заратустры и наивность философа, метавшего бисер перед свиньями.

Всю жизнь Юнг тщательно следил за тем, чтобы его иррациональное и даже идеалистическое учение, в отличие от философских спекуляций, было одето в броню фактов и естественнонаучных гипотез.

Юнг, Фрейд и Адлер. Из всех основателей психоанализа в наибольшей степени под влиянием Ницше оказался А. Адлер, построивший свою «индивидуальную психологию» на базе ницшеанской концепции «воли к власти». Юнг считал, что неприятие Фрейдом Адлера было на самом деле его неприятием Ницше.

Юнг полагал, что, как власть немислима без Эроса (харизматическая власть), так и Эрос сталкивается в своих владениях с проблемой власти. Фрейд же и Адлер пытались разорвать пополам этот цельный феномен, водрузив Любовь и Власть в качестве кумиров в своих душах. Юнг был убеждён, что архетип монотеистической религии сыграл с Фрейдом злую шутку: биологический принцип сексуальности стал чем-то вроде догмы, вызывавшей у Фрейда очевидный священный трепет. В борьбе против мистики и оккультизма Фрейд возвеличил новое божество. Обожествление научного метода стало личной драмой Фрейда, по мнению Юнга.

Впрочем, за несколько лет до своей смерти Фрейд, уже не имеющий возможности выступить, дописывает несколько лекций к своему курсу «Введение в психоанализ». В XXX лекции Фрейд свидетельствует наличие скрытых телепатических явлений, которые наблюдал в своей практике и не имеет средств объяснить. Это уже не тот Фрейд, который в 1909 г. заклинал Юнга придерживаться сексуальной теории как «бастиона против потока чёрной грязи – оккультизма».

Источники психоанализа Юнга. Сам Юнг с годами всё более оправдывал опасения Фрейда, заметившего в «кронпринце психоанализа» (каковым одно время все считали Юнга) склонность к мистицизму.

IV. Четвёртый источник психоанализа.

В германских странах II половины XIX в. дело было явно не чисто: «призрак коммунизма», явившийся К. Марксу, был не единственным, бродившим тогда по Европе. Романтически и мистически окрашенный сонм духов германского почвенничества, пожалуй, преобладал. С идеей национального возрождения была связана и идея «германского бога в сердце», использовавшая в качестве метафоры языческий колорит германского эпоса. К концу же XIX в. неоязычество обратилось к мистериальной практике отправления календарных обрядов (немецкий фашизм позже сыграет на этой струне германской души, но кто мог предположить это в то время?!).

Русский поэт М. Волошин писал, что блестящие успехи археологии на рубеже столетий будто бы выпустили в ходе раскопок на поверхность земли живой дух античности. Языческие боги перестали быть только историей, но нашли своих поклонников, мифы показались вдруг осязаемой реальностью.

Всё это создавало благодатную почву для интуитивного язычества Юнга и его увлечённости мифологией, сакральный смысл которой открылся Юнгу, благодаря Фридриху Крейцеру. Всё это способствовало в дальнейшем созданию юнгианской теории коллективного бессознательного.

V. Пятый источник психоанализа.

Ещё один русский поэт – Андрей Белый (Б. Бугаев), создатель эстетической концепции русского младосимволизма, был дружен с Эмилием Метнером (издателем, братом известного композитора), впоследствии пациентом и другом Юнга.

Есть основания полагать¹⁰, что в ходе терапевтических бесед с Э. Метнером во время I Мировой войны Юнг почерпнул достаточно идей русского символизма, чтобы, творчески переосмыслив их и синтезировав с прочими «источниками психоанализа», создать собственную *теорию архетипов коллективного бессознательного*.

Юнг после Фрейда

1. Юнг, собственно, ничего не имел против Фрейдовой теории сексуальности. Но в том биологическом виде, в каком она явилась у Фрейда, Юнг рассматривал её лишь частным случаем объяснения некоторых психических заболеваний. Даже сексуальность для Юнга приобретает иной, сакральный и символический, смысл, в чём-то близкий восприятию пола русским философом Василием Розановым. В книге 1912 г. «Либи́до: его метаморфозы и символы» Юнг, в частности, рассматривает *инцестуальное влечение* не как запретную страсть сына к матери, но как известный во многих религиях мира символ возрождения, как магический акт мистерии.

2. Юнг создаёт свои *методы психоанализа*, принципиально отличные от метода свободных ассоциаций Фрейда. Это *метод активного воображения*, использующий технику вхождения в полутрансовые состояния, и *метод амплификации* («расширения» образов фантазии в мифологическом контексте). Посредством этих методов выведя себя самого из личностного кризиса, Юнг достиг инсайта: почувствовал себя способным создать собственную теорию бессознательного.

3. *Теория коллективного бессознательного* Юнга. Если бессознательное у Фрейда можно назвать онтогенетическим (или **личным**), то есть прижизненно формирующимся, то коллективное бессознательное у Юнга формируется в ходе филогенеза, эволюции от животных пращуров до наших ближайших предков.

¹⁰ См.: Юннгрен М. Русский Мефистофель: Жизнь и творчество Э. Метнера. СПб., 2001.

Коллективное бессознательное, общее достояние человечества, представляет собой совокупность архетипов – человеческих моделей восприятия и поведения. Архетипы могут представать сознанию в двух формах: в форме *проекции* и, реже, *персонификации*. В обоих случаях они несут колоссальный энергетический заряд и узнаются по особому рода эмоциональной окраске образов, будь то религиозный экстаз, мистический ужас или состояние влюблённости.

В коллективном бессознательном «установлен» тот источник света, который проецирует архетипы во внешний мир: богов – на небо, образ вечной женственности (Анимы) – на простую смертную и так далее Боги, духи, демоны, таким образом, – реальность, но *реальность психологическая* (от того не менее властная в нашей жизни).

Цель человека – максимальная интеграция в сознание «содержаний» коллективного бессознательного, архетипов, представляющихся автономными. Этот процесс интеграции и есть ***индивидуация личности – процесс приближения к самости, подлинной индивидуальности, от отождествления себя со своей социальной маской (персоной)***. Юнгианский анализ призван катализировать этот процесс (за попытку сочетать теорию с практикой личностного становления в стиле восточных духовных практик аналитическую психологию Юнга и называют западной йогой).

Классический фрейдизм, оказав колоссальное влияние на культуру XX века, не претерпел серьёзных концептуальных изменений и успешно применяется в медицинской и психологической практике по сей день. Индивидуальная психология Адлера породила явление неофрейдизма. Аналитическая психология Юнга насчитывает в настоящее время несколько теоретических школ под общим названием «глубинная психология». Идеи Юнга оказали влияние на становление в США гуманистической психологии.

Таким образом, теоретический психоанализ – совокупность достаточно отличающихся друг от друга

психологических воззрений, объединённых общим предметом, это – бессознательная сфера человеческой психики.

СЕДЬМАЯ ТЕМА. АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

1. Либи́до и психологическая типологизация.
2. Типологический опросник Майерс-Бриггс (МВТІ).
3. Теория коллективного бессознательного К.Г. Юнга.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Либи́до и психологическая типологизация

В самом начале XX в. К.Г. Юнг, молодой швейцарский врач-психиатр, самостоятельно пришёл к открытию явления вытеснения в ходе ассоциативных экспериментов, проводимых им в цюрихской клинике.

Это позволило Юнгу выступить в поддержку З. Фрейда – в переписке с опальным венским доктором и публично. На 1906 – 1909 гг. приходится пик дружеских отношений двух психоаналитиков и их сотрудничества. Юнга в то время называют «кронпринцем психоанализа», преемником учителя.

Однако уже в 1912 г. в книге Юнга «Метаморфозы и символы либи́до» обнаруживаются принципиальные теоретические расхождения автора с Фрейдом. Уже год спустя прекращается их многолетняя переписка и все прочие контакты.

Результатом продолжительного личностного кризиса Юнга после разрыва с Фрейдом становится вышедшая в 1921 г. книга «Психологические типы», первое вполне самостоятельное произведение Юнга.

Для Фрейда либи́до – энергия влечений Эроса или Танатоса, наиболее мощных и социально контролируемых влечений человеческой психики, влечений к жизни, любви, гармонии (Эрос) и к разрушению, смерти, распаду (Танатос).

Для Фрейда его сексуальная теория – идеальный научный метод, универсально всё объясняющий. Для Юнга сексуальная теория Фрейда – всего лишь частный объяснительный принцип (в этом качестве вполне действенный).

Юнг воспринимал *либидо* как психическую энергию вообще (Эрот – не верховное божество, сексуальность сама может иметь сакральный и символический смысл, например, понятие инцеста – шире, чем в концепции Эдипова комплекса: инцест – символ возрождения, магический акт).

Новое понимание либидо позволило Юнгу выдвинуть оригинальную гипотезу связи между сознанием и бессознательным посредством двух установок и четырёх функций Эго (Я).

устан. функц .		ЭКСТРАВЕРСИЯ тенденция либидо на Об	ИНТРОВЕРСИЯ тенденция либидо от Об
рациональные	мыш- лени- е	<p>1. Экстравертный мыслительный</p> <p>Систематизация фактов. От фактов – к идее. Опасность схематизации и догматизма, морализаторства.</p>	<p>5. Интровертный мыслительный</p> <p>От идеи – к факту, факт – иллюстрация гипотезы, абстракции. Кант. Интеллектуально свободен, но м.б. рабом страстей.</p>
	чув- тво	<p>2. Экстравертный чувствующий</p> <p>Виртуозность внешних проявлений чувств («дама, приятная во всех отношениях»). Искренность чувства в пределах культурной нормы.</p>	<p>6. Интровертный чувствующий</p> <p>Об – повод для длительного «смакования» чувства. Тайный обожатель дамы сердца. Монах-отшельник. Тихие воды глубоки.</p>

иррациональные	ощущение	<p>3. Экстравертный ощущающий (сенсорный)</p> <p>Эстет. Делец. Всё подчинено достижению мах приятных ощущений. Любитель острых ощущений. Художник-реалист.</p>	<p>7. Интровертный ощущающий (сенсорный)</p> <p>Художник-импрессионист: передаёт не визуальный образ, но субъективное восприятие его.</p>
	интуиция	<p>4. Экстравертный интуитивный</p> <p>Чичиков: Чутьё возможностей объективной реальности (куда ветер дует). Биржевой маклер. Финансист. Продюсер.</p>	<p>8. Интровертный интуитивный</p> <p>Кассандра (пророк без силы убеждения). События реальности – символ инобытия, знак потустороннего мира. Восприятие архетипических тенденций – область к. б/с.</p>

Каждый из нас обладает всеми четырьмя эго-функциями и обеими установками. Но как, владея обеими руками, каждый всё же определяет себя как правшу или левшу, так же каждый может быть отнесён к одному из восьми, по Юнгу, типов.

Тип определяется *доминирующей в сознании* установкой и *ведущей* эго-функцией. Одна из оставшихся трёх функций обычно бывает *вспомогательной*, другая, противоположная ведущей, в наибольшей степени вытеснена в бессознательное и оттуда оказывает своё *компенсирующее* влияние.

С учётом вспомогательной эго-функции выделяют не восемь, а шестнадцать возможных типов (например: интровертный интуитивный мыслительный и интровертный интуитивный чувствующий, так удваиваются каждый из классических восьми типов). Индикатор типа Майерс-Бриггс как раз и учитывает вспомогательную функцию.

Вспомогательная эго-функция влияет на основную (ведущую) следующим образом: мыслительный, например, тип может обладать практическим интеллектом (влияние сенсорной вспомогательной) или спекулятивным (влияние интуитивной вспомогательной). Интуитив может быть философом (вспомогательная мыслительная помогает вербализовать прозрение) или художником (вспомогательное чувство позволяет воплотить несказанное в эмоционально насыщенных образах).

Компенсирующая самодеятельность бессознательных установки и функции может представлять опасность: духовный лидер, пророк, подвержен припадкам обжорства или сладострастия; заботливая мать семейства благоговеет вдруг перед мало понятной ей научной теорией; успешный бизнесмен оказывается зависим от астрологических прогнозов и т.п. Всё это – комические или скандальные последствия компенсации.

Два совета по субъективному определению своего типа:

1) если вы предполагаете у себя установку и функцию в качестве доминирующих, задайтесь вопросом, вы ими пользуетесь, или они используют вас (то есть обратите внимание на степень осознанности и произвольности своего поведения в соответствии с предполагаемыми доминирующими характеристиками);

2) чтобы разделить практически одинаково развитые ведущую и вспомогательную функции, задайтесь вопросом, сбой в работе какой функции больше заставляют страдать ваше самолюбие? Именно эта функция – вспомогательная.

Путь индивидуации (личностного роста, максимального расширения сознания) есть, по Юнгу, путь укрепления вспомогательной, а не насильственного извлечения из бессознательного наиболее вытесненной туда функции.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Типологический опросник Майерс-Бриггс (МВТИ)

Во второй половине XX в. на основе типологии Юнга американскими психологами Майерс и Бриггс был разработан опросник, в результате которого человек выявляет свою принадлежность к одному из 16 типов, имеющих четырёхбуквенные обозначения. В настоящее время это буквенное обозначение во многих организациях просят указывать при приёме на работу, так как опросник позволяет, в частности, определить склонности человека к той или иной деятельности.

Типология Майерс-Бриггс характеризует предпочтения личности по четырём шкалам:

1) E – I (экстраверсия – интроверсия, на внешнем или внутреннем мире – фокус внимания);

2) S – N (сенсорный – интуитивный, как воспринимаем информацию);

3) T – F (мыслительный – чувствующий, на основе чего принимаем решение);

4) J – P (решающий (T или F) – перцептивный (S или N), стиль поведения во внешнем мире, для экстравертов определяет ведущую функцию, для интровертов – вспомогательную).

Менее значимые сферы активности достаются дополнительному процессу, первостепенные – доминантному. Поэтому у экстравертов доминантная функция определяет поведение во внешнем мире, у интровертов – во внутреннем, а во внешнем – вспомогательная. Если вспомогательные функции плохо развиты, экстраверт будет слишком поверхностным, а интроверт – слишком неловким и неприспособленным.

Опросник позволяет оценить степень каждого предпочтения («каждую букву») в баллах.

Методика описывает специфику каждого типа, его стиль работы и межличностных отношений.

Наиболее общие значения буквенных обозначений:

- | | |
|--------------------------------|---|
| (Э) E – широта интересов; | } |
| (Ин) I – глубина концентрации; | |
| (О) S – опора на факты; | |

приспособляемость

- (И) N – понимание возможностей;
 (Ч) F – тепло и симпатия;
 (М) T – логика и анализ; } (P) J – организация

Обозначения типов:

<u>ISTJ</u> / <u>ИнОМР</u>	<u>ISFJ</u> / <u>ИнОЧР</u>	<u>INTJ</u> / <u>ИнИМР</u>	<u>INFJ</u> / <u>ИнИЧР</u>
<u>ITSP</u> / <u>ИнМОП</u>	<u>ITNP</u> / <u>ИнМИП</u>	<u>IFSP</u> / <u>ИнЧОП</u>	<u>IFNP</u> / <u>ИнЧИП</u>
<u>ESTP</u> / <u>ЭОМР</u>	<u>ESFP</u> / <u>ЭОЧР</u>	<u>ENTP</u> / <u>ЭИМР</u>	<u>ENFP</u> / <u>ЭИЧР</u>
<u>ETSJ</u> / <u>ЭМОР</u>	<u>ETNJ</u> / <u>ЭМИР</u>	<u>EFSJ</u> / <u>ЭЧОР</u>	<u>EFNJ</u> / <u>ЭЧИР</u>

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Теория коллективного бессознательного К.Г. Юнга

Вернёмся к интуитивной эго-функции, по Юнгу.

Интуиция – ключ к пониманию бессознательного, бессознательное восприятие заложенных в ситуации возможностей, проявление инстинкта.

Людам, как и всем животным, инстинкты позволяют опознавать типовые ситуации и действовать в них оптимальным образом. Помимо универсальных инстинктов, различаются инстинкты, присущие только одному виду, или уникальные видовые формы универсальных инстинктов (способность к формированию культуры и индивидуального сознания – человеческий видовой инстинкт, требующий, однако, «доопределения»).

Приметой инстинктивного зова является появление особой эмоции, *нуминозной* эмоциональной окраски восприятия ситуации, объекта, образа.

Юнг приводил пример с мотыльком, живущем в симбиозе с растением юкка. Ни бабочка, ни юкка не могут размножаться в отсутствие друг друга. Мотылёк может томиться смутной

потребностью в продолжении рода, пока не зацветёт юкка и не запустит сложный инстинктивный механизм размножения бабочки.

Точно так же юное человеческое существо томится неясными грёзами, пока не совпадёт миллион обстоятельств (физиологических и внешних), о которых сознанию этого существа ничего известно не будет. Просто произойдёт аффективный удар, и в сознании всплывёт единственное: «Это он!» (или «Это она!»). Так происходит интуитивное узнавание.

Возможно также и интуитивное предчувствие.

Инстинкт – врождённая, без-образная схема, матрица восприятия и поведения, программа, если хотите. Понятие инстинкта сродни понятию архетипа у Юнга.

Архетип вбирает в себя как биологическое понятие инстинкта, так и философское понятие идеи (Платона). В сознании архетип является в форме архетипического образа. Эти образы составляют *мифологию*, являются в значимых фантазиях и снах.

Юнг подробно исследовал некоторые, наиболее универсальные, архетипы из неисчислимого их множества (*персона, тень, самость, анима/анимус, мать, дитя, дух* и др.).

Религиозность, по Юнгу, человеческая форма осознания, рефлексии своих архетипов (вот почему языческие боги – персонификация психических функций, в соответствии с одной из интерпретаций).

Архетипы действуют в повседневной жизни в виде *проекций* на реальных людей и ситуации или в виде *персонификаций*.

Коллективное бессознательное – совокупность инстинктов и архетипов. Это – общечеловеческий, расовый, национальный, наконец, семейный «пакет программ», опыт предыдущих поколений, зафиксированный в психике.

В заключение ещё раз об отличиях понятия «бессознательное» у Фрейда и Юнга:

Фрейд: Личное бессознательное. Онтогенез. Комплексы. Негативное влияние (положительное – только в форме сублимации).

Юнг: Коллективное бессознательное. Филогенез. Архетипы. Положительное влияние (компенсация и руководство).

ВОСЬМАЯ ТЕМА. СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ

1. Индивидуальная психология А. Адлера.
2. Неофрейдизм: гуманистическая теория Э. Фромма.
3. Неофрейдизм: социокультурная теория К. Хорни.

Эрих Фромм (1900–1980); Карен Хорни (1885–1952).

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Индивидуальная психология А. Адлера

1902–1911 гг. – фрейдистский период Адлера. Он – президент Венского психоаналитического общества, на заседаниях которого, однако, делает в 1911 г. четыре сообщения на тему «Критика Фрейдовой теории сексуальности». Он, в частности, утверждал, что *маскулинный протест* – социальный, а не сексуальный феномен. Тем самым Адлер определил своё теоретическое расхождение с учителем.

Отличия психоанализа Адлера от теории З. Фрейда:

1. Целостность и уникальность личности (*индивидуум* значит *неделимый*, отсюда – *индивидуальная психология*).

2. Концепция «*креативного Я*»:

а) Сознание – центр личности, осуществляющий *сознательное планирование* жизни;

б) Я-сознание – хозяин судьбы. Осмысливает опыт, может преодолеть наследственность, создаёт *жизненный стиль*.

3. Мотивация определяется социальными побуждениями, а не вытесненным сексуальным влечением.

4. Мотивация «из будущего» преобладает над мотивацией «из прошлого». Ожидания влияют сильнее, чем причины. Концепция «*фикционного финализма*».

Последняя возникла у Адлера под теоретическим влиянием Ганса Файхингера (или Вейхингера, в иной транскрипции), его книги «Философия "как если бы"». «Как если бы» – «фикции». Люди живут фиктивными целями и

представлениями. Каждый представляет себе фиктивный финал (итог) и ставит перед собой цели по его достижению.

Цели бывают, по Адлеру:

1) *сознательные или бессознательные* (например, сознательная цель – найти послушную жену, бессознательная при этом – найти предлог не жениться вовсе, скажем, из-за страха перед женщинами, внушённого в детстве доминантной фигурой матери (воспитательницы, учительницы);

2) *конструктивные или деструктивные* (конструктивна (полезна для него и для окружающих) цель врача достигнуть профессионального совершенства, хоть это и фиктивная цель, ибо совершенство недостижаемо; деструктивна (для него самого и для других людей) цель тирана добиться мирового господства).

Примеры отличия трёх направлений психоанализа:

а) в отношении инцеста:

Фрейд: инцестуальные фантазии как проявление неразрешённого Эдипова комплекса, детского эротического влечения к матери;

Юнг: инцест – ритуал возрождения, обновления себя (в мифах и обрядах разных народов, например, инков);

Адлер: секс как символ власти, фантазии об инцесте – мечты о том, чтобы одержать верх над матерью.

б) в отношении гомосексуальности:

Фрейд: неверный способ преодоления Эдипова комплекса, замещение эротического влечения к родителю противоположного пола идентификацией с ним;

Юнг: гипертрофия Анимы/Анимуса, идентификация с этим архетипом;

Адлер: мужское / женское в культуре символизируют силу и прямоту / слабость и коварное манипулирование, поэтому самоидентификация с одним из этих начал также символизирует способ преодоления неполноценности личностью и её жизненный стиль, что определяет и сексуальное поведение.

Основные понятия индивидуальной психологии:

Чувство неполноценности }
 ↓
 стремление к совершенствованию: } НОРМА

чувство собственного достоинства стимулирует предпринимать волевые целенаправленные усилия для достижения всё более высокого уровня физических и духовных возможностей.

Три основные *жизненные задачи*: работа, дружба, любовь.

комплекс неполноценности }
 ↓
 комплекс превосходства } НЕВРОЗ

Преувеличенное чувство неполноценности возникает из-за:

- 1) физического дефекта; 2) чрезмерной опеки в детстве;
- 3) или, напротив, отвержения ребёнка родителями.

Комплекс превосходства проявляется *в формах*:

- а) стремления к агрессии (садизм, вандализм, «маскулинный протест» представителей *обоих полов*);
- б) стремления к власти как к фиктивной цели (поздний Адлер назовёт это *стремлением к преодолению*).

Адлер признавался, что испытал влияние Ф. Ницше, его «воли к власти», поэтому «власть», особенно для раннего Адлера, – ключевое понятие.

Жизненный стиль личности – уникальное соединение личностных черт, способов поведения и привычек – определяется характером цели. Жизненный стиль – всегда компенсация конкретной неполноценности (реальной или воображаемой). Он определяет всё, вплоть до манер, лексикона, стиля в одежде. В случае успеха превращает врождённый недостаток в достоинство, в «изюминку».

Жизненный стиль формируется к пяти годам, утверждает Адлер. С другой стороны «креативное (творческое) Я» способно преодолеть и ранние социальные влияния, то есть волевым усилием изменить жизненный стиль.

Раннее детское воспоминание – ключ к пониманию жизненного стиля личности: запоминается то из первых впечатлений, что является символом зрелой личности.

Жизненный стиль личности, по Адлеру, может быть «правильный» или «неправильный».

Значение индивидуальной психологии А. Адлера для педагогики: задача воспитателя предупредить формирование «неправильного» жизненного стиля.

Тип личности формируется в зависимости от «правильности» или «неправильности» стиля, а также от того, *эгоистический или социальный интерес* движет человеком преимущественно, *высока или низка степень его активности*.

Социальный интерес – врождённый, как считает Адлер, естественный: людям свойственно *сообща* преодолевать свою (в том числе видовую, физическую) неполноценность.

Адлер обнаружил *четыре типа личности*:

1. Управляющий (эгоист. интерес / высокая активность);
2. Берущий (эгоист. интерес / низкая активность);
3. Избегающий (эгоист. интерес / низкая активность);
4. Социально полезный тип (соц. интерес / высокая активность).

Типология личности Адлера перекликается с типологией характера (в зависимости от либидинальных стадий), впервые очерченной Фрейдом в его работе «Три очерка по теории сексуальности» (1905 г.).

ВТОРОЙ ВОПРОС. Неофрейдизм: гуманистическая теория Э. Фромма.

Э. Фромм называл себя «диалектическим гуманистом», попытавшись создать синтез теорий З. Фрейда и К. Маркса. Его интересовал *социально-исторический уровень* психологических закономерностей.

Основные положения психоаналитической концепции Эриха Фромма:

1. Человек одинок, изолирован от природы и других людей, людям следует объединяться для любви и сотрудничества в новом обществе.

2. Любая общественная формация (феодализм, капитализм, социализм, коммунизм) – попытка преодолеть *базовое человеческое противоречие* – бытие одновременно человеком и животным (самосознание, разум, воображение, по мнению Фромма, – человеческие свойства).

3. Существует и *пять чисто человеческих потребностей*:

1) в привязанности;

2) в трансценденции (подняться над своей животной природой, в частности, в процессе созидания);

3) в корнях (в ощущении родства с другими людьми);

4) в идентичности и самоидентичности (в идентификации с сообществом и, в то же время, в осознании своей уникальности);

5) в системе ориентиров (в стабильном способе восприятия мира).

4. Эти потребности присущи человеческой природе, но способы реализации их детерминированы общественным порядком. Приспособление человека – компромисс между внутренними потребностями и требованиями общества.

5. В связи с необходимостью компромисса складываются типы социального характера, обычно смешанные, чистых же типов семь:

1) рецептивный;

5) продуктивный;

2) эксплуативный;

6) некрофильный;

3) накопительский;

7) биофильный.

4) рыночный;

(Мексиканские социальные слои, например, были охарактеризованы следующим образом: *продуктивный-накопительный* – земледельцы, *непродуктивный-рецептивный* – бедняки, *продуктивный-эксплуативный* – бизнесмены).

Социальный характер человека формируется под влиянием общества, но и сам характер может повлиять на тип

общества (то есть смена формаций может происходить и за счёт психологической трансформации членов общества, о чём не говорит Маркс).

6. Цель воспитания (родителями, педагогами) – сделать так, чтобы ребёнок хотел быть таким, каким он будет нужен данному обществу (экономически, политически и социально).

7. Больное общество не может удовлетворить базовых потребностей человека. В полной мере ещё ни одно общество не удовлетворяло потребности людей, но такое общество может быть создано (гуманистический коммунистический социализм).

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Неофрейдизм: социокультурная теория К. Хорни

К. Хорни стремилась обновить психоанализ, исследовать *социальные отношения на семейном уровне*, устранив излишнюю их биологизацию, свойственную, по убеждению Хорни, классическому психоанализу. Например, эдипов комплекс, с её точки зрения, – следствие не сексуального конфликта, а тревоги, явившейся результатом нарушений естественных отношений мать – отец – дитя.

Суть критики фрейдизма со стороны Хорни: внутриличностный конфликт – порождение социальных условий жизни, а не свойство человеческой природы.

«Основная тревога» – чувство изоляции и беспомощности в потенциально враждебном мире (эта тревога является следствием различных форм адлерианского чувства неполноценности, усугублённого неверным воспитанием). Возникновение тревоги можно предотвратить в процессе воспитания, если обеспечить ребёнку *безопасность*, растить его в атмосфере любви, доверия, уважения, терпимости.

Если это не удаётся сделать, *защитные стратегии избегания причин тревоги*, на которых может фиксироваться личность, представляют собой *десять невротических*

(принципиально ненасытимых) потребностей (или иррациональных попыток разрешить внутриличностный конфликт, которые можно разделить на три группы: 1) к людям; 2) от людей; 3) против людей):

1) в любви и одобрении;

2) в партнёре-опекуне;

3) в узком ограничении жизни;

4) в силе (в том числе в силе воли);

5) в стремлении эксплуатировать других;

6) в значимости (в славе, в общественном признании);

7) в восхищении собой (в искусственном имидже);

8) в стремлении к личным достижениям;

(причём, важны не результаты, а сам факт победы);

9) в самодостаточности и независимости;

10) в собственной безупречности (потребность скрыть и искоренить все свои «пороки»).

*ДЕВЯТАЯ ТЕМА. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ
ПСИХОЛОГИЯ*

1. Иерархия потребностей и самоактуализация человека.
2. Феноменологическая теория К. Роджерса.
3. Основы гуманистической психотерапии.

Абрахам Гарольд Маслоу (1908–1970)¹¹;
Карл Рэнсом Роджерс (1902–1987)¹².

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Иерархия потребностей и самоактуализация человека

Базовое положение гуманистической психологии: человек, по природе своей, добр. Зло в нём – от хронического неудовлетворения потребностей (*по Маслоу*), от предательства Себя-реального (*по Роджерсу*).

Гуманистическое направление возникло в американской психологии (в США) в 1960-е годы как «третья сила», оппозиционная процветающим психоанализу и бихевиоризму.

Между тем, гуманистическая психология очевидно восприняла:

1. Из аналитической психологии:

¹¹ Теоретик. Декларировал необходимость изучения психологией душевного здоровья, а не форм патологии, и конкретных носителей оного. Стержень теории Маслоу: личность и её поведение определяются степенью удовлетворения иерархически выстроенных потребностей.

¹² Его теоретические воззрения – итог многолетней практической работы (помогал, в основном, клиентам, страдающим эмоциональными расстройствами). Основатель «клиентоцентрированной» терапии. Выявил формы регуляции движения по пути самоактуализации. Основа терапевтической концепции Роджерса – феноменологический принцип: личность и её поведение определяются уникальностью каждого человека.

а) концепцию «индивидуации» (от Персоны к Самости) Юнга как основу собственной концепции самоактуализации человека (от *Я-концепции* или *Идеального Я* к реальной сущности, по Роджерсу);

б) Юнговскую идею о том, что все потребности человека (и бытийные, и дефицитарные, по Маслоу) имеют инстинктивную природу (вспомните специфические видовые инстинкты *Homo Sapiens*, по Юнгу).

2. Отношение к личности, свойственное социально-ориентированным школам психоанализа.

3. Гештальт-психологское представление о целостности психики.

4. Как минимум два положения философии экзистенциализма:

а) «Я есть мой выбор» (Сартр), то есть каждый из нас ответственен за то, кто мы есть и кем становимся. Мы в силах до некоторой степени преодолеть и наследственность, и социальные влияния (что утверждает и концепция «креативного Я» Адлера), но не подстраиваясь под фиктивную цель, а приближаясь к себе, подлинному.

б) Человек всегда находится в процессе становления.

Самоактуализация – процесс раскрытия своих способностей, поиск и реализация подлинного призвания (и в сфере межличностных отношений, и в сфере профессионального становления). Это процесс, не имеющий предела.

А. Маслоу. Пять уровней потребностей (от низшего в высшему):

1. Физиологические (удовлетворяются, в среднем, на 85%).

2. В безопасности (удовлетворяются обычно на 75%).

3. В принадлежности и любви (удовлетворяются на 50%).

4. В признании другими и в самоуважении (удовлетворяются на 40%).

5. В самоактуализации (реализации уникального личностного потенциала) (удовлетворяются не более, чем на 10%, причём, вообще достигают этого уровня менее 1%)

населения). *Причины, по которым слабо удовлетворяются потребности пятого уровня:* 1) люди не видят своего потенциала; 2) в частности, потому, что ослеплены социальными нормами своей среды; 3) боятся успеха и самого раскрытия своих способностей; 4) страх этот – из-за преобладания потребностей второго уровня (в безопасности, в избегании риска возможных ошибок).

Потребности пятого уровня – это потребности *бытийного*, а не *дефицитарного* характера (*дефицитарная мотивация* состоит в том, чтобы снять напряжение от неудовлетворённости низших потребностей).

Бытийные мотивы (на основе *метапотребностей*), или *мотивы роста*, напротив, повышают напряжение, толкают на поиск волнующих переживаний. Это мотивация познания, трансценденции Эго (в частности, в любви). Так, «бытийная любовь» – восхищение Бытием другого и сама – состояние, присущее Бытию.

Человек, по Маслоу, – *желающее* существо. И только удовлетворение низших потребностей ведёт к актуализации всё более высших. Хотя, на мой взгляд, тут с Маслоу можно поспорить, поскольку известны как примеры регрессии к низшим потребностям при фрустрации высших, так и доминирования метапотребностей над низшими.

Характеристики самоактуализирующейся личности, по наблюдениям Маслоу над избранными современниками:

1. Эффективное восприятие реальности и комфортные взаимоотношения с ней.

2. Принятие (себя, других, своей природы и природы вне себя – базовое принятие жизни).

3. Спонтанность, простота, естественность.

4. Служение.

5. Отстранённость (потребность в уединении).

6. Автономность, независимость от культуры и среды.

Воля и активность.

7. Свежий взгляд на вещи.

8. Мистические (высшие) переживания.

9. Ощущение всего человечества как “братства”.

10. Способность к бытийной любви, “разборчивость” в близких отношениях.

11. Демократичность.

12. Умение отличать добро от зла, а средства от цели.

13. Философское чувство юмора.

14. Креативность.

15. Сопротивление культурным влияниям, трансценденция культуры.

16. Несовершенство самоактуализирующегося человека, несмотря на постоянное преодоление дихотомий и стремление к целостности.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Феноменологическая теория К. Роджерса

Основные понятия феноменологической теории К.Р. Роджерса:

1. Личность – нечто цельное и уникальное.

2. Основное отличие человека от животных – свобода и созидательность. Свобода выбора (или *невыбора*) собственного пути становления, заложенного биологически. Отказ от своей судьбы, то есть от самоактуализации – предательство себя, одно из следствий которого – хроническая депрессия.

3. Судьба (или самоактуализация) осуществляется посредством *организмического оценочного процесса* («этого Тигры не любят»: ни мёда, ни чертополоха, а любят... рыбий жир, оказывается! (Из «Винни Пуха»)).

Поэтому позвольте дать вам три рекомендации:

а) слушайте себя («слушайтесь своего сердца»), будьте открыты переживанию;

б) принимайте себя, доверяйте себе (и проверяйте, не в угоду ли и не в пику ли (тоже форма зависимости) кому-нибудь вы совершаете выбор!);

в) сделав выбор, будьте мужественны: правильный выбор не всегда суть удачный выбор, счастье не всегда суть

благополучие (бывает «унылое благополучие» и «трудное счастье»).

Человек может быть счастлив своей тяжёлой судьбой, потому что она – его, и глубоко несчастлив в своём благополучии, потому что живёт «чужой жизнью», навязанной ему кем-то когда-то из лучших побуждений.

Желая ребёнку добра, родители желают ему среднестатистического благополучия. Что же касается счастья, то только сам человек в состоянии понять, на каком пути он обретёт своё счастье.

4. Субъективный опыт человека – единственная точка отсчёта в понимании его поведения и определении его целей (то есть *феномены* его судьбы).

5. Действительная реальность существует только в индивидуальной интерпретации (вспомните софистов с их множественностью и относительностью истины, Протагора: «Человек есть мера всех вещей, существующих в их существовании и несуществующих в их несуществовании»).

6. Счастье (а не удовольствие и не радость) мы испытываем каждый раз, когда ощущаем, что сделали очередной шаг на пути становления полноценно функционирующей личностью.

7. *В итоге:* человечеству вы будете полезны постольку, поскольку будете *в этом смысле* эгоистичны (как бы ни были вы неудобны при этом ближайшему окружению).

ДЕСЯТАЯ ТЕМА. ОСНОВЫ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

1. Защитные механизмы личности.
2. Общие принципы современной психотерапии.
3. Основные направления психотерапии.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Защитные механизмы личности.

Покажем на условном (искусственном) примере, какие психологические проблемы могут возникнуть у нормального человека, и почему он может ощутить потребность в консультации психолога. Представим, что вместо душевной боли у человека – зубная боль.

Ситуация психологической травмы (прошлое) и элементы аффективного комплекса: дикая боль (!), яркий искусственный свет, белый кафель, белый халат и марлевая маска врача, а над ней – карие глаза в пушистых тёмных ресницах, запах эфира, звук бормашины, ваш крик!

С тех пор вы предпочитаете: приглушённый свет, цветной кафель, голубоглазых блондинов. У вас резко портится настроение от запаха аптеки и от звука электродрели. Вы охладели к жене в день свадьбы, впервые увидев её в белом!

Всё это – *невротические симптомы*, проявления аффективного комплекса, сформированного детской психологической травмой, о которой вы и думать забыли.

И вдруг у вас слегка *начинает побаливать зуб (настоящее)*, в душе нарастает тревога.

Причины тревоги (осознанные):

1) опасение, что зуб скоро разболится сильнее, и неминуемо станет его удаление;

2) опасение, что запах изо рта может скоро выдать вашу проблему;

(полуосознанные):

3) я неряха, не заботящийся о своём здоровье;

4) я трус, боящийся идти ко врачу.

И вот эта тревога начинает беспокоить вас больше, чем, терпимая пока, зубная боль! Вам кажется, что **ваша** задача – снять тревогу (боль), а не устранить причину боли. Для этого вы будете использовать один из способов психологической защиты от тревоги (защитных механизмов личности по Фрейду):

1. *Подавление (репрессия)*: приём обезболивающего, «освежающего» средства, улыбка сомкнутыми губами, жевание на одной стороне рта, любовь к измельчённой пище или заглатывание кусков. Проблема на некоторое время как бы решена, пока позорный флюс или гастрит не приведёт-таки вас ко врачу, но лечить вы отправитесь эти вторичные заболевания, а не первичное, не причину (сам больной зуб)!

К психологу Подавляющий не идёт. Другой специалист может применить запретный метод «дикого психоанализа»: «Голубчик, да у вас зуб гниёт!». (Метод «А король-то голый!»).

2. *Отрицание или фантазирование*: «Это вовсе не дупло, это у меня рельеф зуба такой! Боль? От того, что эмаль чувствительная... И пища плохо приготовлена... (NB! *искажение восприятия*, подобное следующему: «У меня на экзамене – «два», потому что преподаватель – садист»). Вообще можно залепить жвачкой, ничего и заметно не будет!» (NB! *характерное нарушение логики* – несколько взаимоисключающих объяснений).

К психологу Отрицающий не идёт.

3. *Рационализация* (характерно излишнее подчёркивание, фиксация мысли на определённой теме): «Да, мой зуб не здоров, но ко врачу идти не имеет смысла: а) трудно найти хорошего специалиста; б) у меня не хватит денег на качественное лечение; в) пломбы всё равно выпадают, а рассверленный зуб скорее разрушится; г) наконец, вырывая зуб, могут заразить СПИД-ом!». И такое человек повторяет всем и каждому по поводу и без.

Рационализирующий может пойти к терапевту с жалобой на бессонницу: «Не могу заснуть: всё думаю об усовершенствовании стоматологического кресла!». Подобное

обращение – скрытая просьба о помощи, которую человек пока не способен принять. Однако с этого момента с ним можно начать диалог.

4. *Инверсия (подмена противоположным)*: подавляя тревогу в соответствии с механизмом № 1, вы сделаетесь зубным хирургом.

Инверсирующий идёт к психологу, начав тяготиться своим подчёркнуто противоположным (по отношению к должному) положением. Например, зубной хирург пожалуется на излишнюю в его профессии впечатлительность.

5. *Проекция*: ...и ваша новая профессия позволит вам насладиться мыслью, что весь мир (кроме вас) страдает от зубной боли. Если же вы не склонны к инверсии, а только к проекции, то вам покажется, что люди от вас отворачиваются, стесняясь несвежести *собственного* дыхания.

Проецирующий попросит психолога проконсультировать близких, которых якобы одолели проблемы. Начиная с проекции – положительный прогноз терапии.

6. *Изоляция*: заведёте себе плюшевого крокодила с зубастой пастью и будете втыкать ему в зуб булавку во время каждого своего приступа зубной боли (или, альтруистический вариант, самоотверженно станете ухаживать за другом, у которого тоже болит зуб).

К психологу Изолирующий не идёт.

7. *Регрессия (снижение умственного развития)*: выпьете чего-нибудь крепкого и заснёте, как в детстве, в обнимку со своим зубастым крокодилом.

Регрессирующий может обратиться к психотерапевту в случае химической зависимости (купировать запой, сбить дозу).

8. *Сублимация*: с челюстью, подвязанной платком, сядете за письменный стол и прославитесь – циклом статей о состоянии отечественной стоматологии, сочинением триллеров про дантистов-маньяков или юмористических рассказов в стиле «Лошадиной фамилии» А.П. Чехова.

К психологу Сублимирующий не идёт.

Ф. Пёрлз подметил общие признаки невротического ухода от осознания собственных проблем: 1)

лжеповествовательность (плавность потока сознания) – «эбаутизм» (*от about – о*); 2) долженствование (навязчивое сравнение с «как надо»); 3) склонность к манипулированию.

Защитные механизмы личности (способы избавления от тревоги) в *гештальт-психологии*, описанные Пёрлзом:

1. *Патологическое слияние*. «Мы» вместо «я». Убеждение, что все думают так же, как «я» (если обнаруживается, что не все, то реакция – невротический ужас или «заставим!»).

Отрицающий: «Как это у тебя болит зуб?! Как он вообще может болеть?! У меня не болит, ни у кого не болел никогда, а у тебя вдруг болит? Ишь выдумал!». *Рационализирующий фрейдист*: «Как это у тебя не болят зубы?! У меня болят и у всех болят! Ты должен найти в себе мужество в этом признаться и вступить в наши ряды борцов за качество стоматологии!».

Обращение к психологу с просьбой повлиять на близких, у которых «крыша поехала».

2. *Ретрофлексия*. «Поворот на себя», перевод внешнего конфликта во внутренний. Гнев оборачивается аутоагрессией. *Сын Отрицающего*: «Нытик! Плакса! Опять у меня, видите ли, зуб болит! Так я ж заставлю его разгрызть орех!».

Может обратиться за помощью в деле воспитания у себя силы воли (чтобы эффективнее открывать зубами бутылки) или попадает к терапевту после неудавшейся попытки *суицида*.

3. *Интроекция* (применение субъектом чужих и взаимоисключающих методов защиты, что делает их совершенно неэффективными): *Сын Сублимирующего папы* (когда болело, работал) и *Регрессирующей мамы* (когда болело, спала со снотворным): колет себе снотворное и принимается за работу.

У психолога интроецирующий попросит совета, как примирить конфликт интроектов (как работать во сне).

4. *Проекция* (на людей собственных негативных ожиданий): *Проецирующий* так боится, что обоняние укажет людям на его проблему с больным зубом, что уверен: люди уже «воротят нос» по этой причине.

Попадает к психологу в жестокой депрессии.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Общие принципы современной психотерапии

Первый этап любой психологической работы – подвести клиента к хотя бы частичному осознанию ситуации (избегая «дикого психоанализа»). Лишь изредка терапия начинается с этапа осознания проблемы: «Мне надо лечить зуб, но я не в силах войти в кабинет. Помогите забыть про зуб или про страх!». *Второй этап* – найти выход.

1. Различие диагностики (в том числе тестирования) и терапии.

2. Различие медицинской психотерапии и психологической немедицинской терапии (консультирования). Соотношение фармакологии и *метода терапевтической беседы*.

3. Групповая (тренинги)¹³ и индивидуальная терапия.

Общие принципы психотерапии:

1) анонимность; 2) конфиденциальность; 3) платность; 4) безоценочность; 5) клиентоцентрированность (консультант ориентирован не на социальные и культурные нормы, а на ценности и язык клиента); 6) делегирование ответственности за результат терапии клиенту; 7) запрет на «советы психолога».

Совет – ответ, формулируемый в логике первичного запроса, результат опыта или здравого смысла. *Совет понятен всем окружающим. Рекомендация* – формулировка в логике внутренней работы клиента, стимулирующая последнюю. Это логика переживаний, а не манипуляции. *Рекомендация понятна только тому, кому она адресована.*

Общие тенденции психотерапии XX в. (от З. Фрейда к К. Роджерсу):

1. Переход от субординации (врач – пациент) к равенству позиций терапевт – клиент.

¹³ См.: Рудестам К. Групповая психотерапия. СПб., 1998.

2. Замена диагностики и интерпретации вниманием к актуальному самоощущению клиента.

3. Переход от оценочного (извне) к феноменологическому (изнутри) и ситуативному (контекстуальному) пониманию, к самопониманию.

4. Изменение представлений о цели психотерапии: от лечения к самоисследованию, исцеление (обретение целостности) – побочный продукт которого.

5. Переход от воздействия (психотерапевта) к действию (клиента). Сохраняется самопредъявление терапевта как его действие («действие к ситуации»).

6. Расширение представлений о психической норме. Акцент переносится с патологии на норму в восприятии психотерапевтом клиента (клиент – не *больной!*).

7. Тенденция от индоктринации (внедрение доктрины в сознание клиента) к личностному росту обоих участников процесса.

8. Переход от метатеории к метапрактике: от создания теории (Фрейд) к проникновению в межличностные отношения с целью их трансформации (Роджерс).

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Основные направления психотерапии

Терапия поведения (симптоматическая бихевиоральная)

- 1) классическое обусловливание (Павлов);
- 2) оперантное научение (Скиннер);
- 3) когнитивное научение (Толмен: предвосхищение результата в ходе латентного научения; Бандура: определение целей в соответствии с возможным/невозможным).

Терапия причин (цель: исцеление личности, интеграция в сознании неосознаваемых прежде элементов психики)

- 1) классический психоанализ (Фрейд);
- 2) аналитическая психология (Юнг и последователи);
- 3) индивидуальная психология (Адлер и др.);
- 4) транзактный анализ (Бёрн).

Терапия процесса (цель: стимуляция процесса разрешения конфликта вне зависимости от его причин, интенсификация личностного роста)

- 1) гештальт-терапия (Пёрлз и др.);
- 2) клиентоцентрированная (Роджерс).

Перейдём к подробному рассмотрению некоторых из этих направлений.

а) Бихевиоральная терапия

Создана в конце 1950-х гг. в США, основывается на теории научения. Авторы термина А. Лазарус и Г. Айзенк.

Объект работы: проблемные формы поведения (без исследования их причин) – фобии, вредные привычки, недостаток конкретных коммуникативных (социальных и культурных) навыков (неуверенность в себе; преодоление ситуации резких жизненных перемен, отсутствие родительских или супружеских навыков, навыков самонаблюдения).

Всё вышеперечисленное можно представить как *проблемы «дефицита»* (сна, активности, половой жизни) и *проблемы «избытка»* (сигарет, конфликтов, опасений).

Объяснение (Эндрю Солтера на основе представления Павлова об условных рефлексах): у неуверенных индивидов внутренняя заторможенность развивается потому, что их часто наказывали за такое поведение, которое было следствием преобладания процессов возбуждения. *Среди причин проблемного поведения* могут быть также следующие: отсутствие адекватной родительской модели поведения, отсутствие практики необходимых умений, «неподдерживающее» или обедняющее окружение, отставание в физическом развитии, психические травмы и эмоциональные блоки.

Принцип лечения следовательно: активировать возбуждение и снизить обусловленную торможением тревогу. Провоцировать сильные переживания и способствовать их

свободной реализации в поведении. Сформировать установку на открытость в межличностных отношениях, на прямое выражение эмоций, не только отрицательных, но и положительных (что зачастую труднее).

Цель работы: научить желаемым или социально приемлемым формам поведения посредством пошагового подкрепления. *Формы работы:* индивидуальная учебная и групповая. Группа – отражение большого социума с его системой социальных отношений, в группе можно выявить имеющиеся коммуникативные проблемы и приобрести социальные навыки. В то же время конформизм, стремление к власти или защитные реакции отдельных участников группы способны помешать процессу коррекции.

Различение уверенного, неуверенного и агрессивного поведения. Дж. Келли сформулировал 10 прав человека, которые поддерживают его уверенность в себе. Вот они:

1) право на одиночество; 2) на независимость; 3) на успех; 4) право быть выслушанным и принятым всерьёз; 5) получить причитающееся; 6) право иметь права (то есть действовать уверенно во всякой ситуации); 7) право отказать; 8) право на любую просьбу; 9) право на ошибки и на ответственность за них; 10) право НЕ самоутверждаться.

Агрессивность связана с нарушением прав Другого, навязыванием своей воли, унижением и оскорблением других.

Уверенность в себе – способность определять и выражать свои потребности, желания, предпочтения, ожидания. Уверенность связана с *самооценкой* и *самоуважением*, проявляется в умении использовать просьбы и отказы.

Признаки уверенного поведения: умение сохранять зрительный контакт, начать / прервать разговор, держать паузу, выступить с критикой, задавать открытые и закрытые вопросы, давать развёрнутые ответы и перефразировать реплики собеседника.

Признаки неуверенного поведения: лишние движения, обгрызание ногтей и т.п., «дурацкий» смех и неуместные улыбки, болтливость, суетливость. *Терапия* нацелена на отучение от этих невротических *навыков снижения тревоги*

(следует добиться как минимум достойного принятия собственной тревоги).

Методы тренинга уверенности в себе (групповой бихевиоральной коррекции):

1. *Формирование навыков эмоционального самовыражения*

1) осознание своих чувств, впечатлений, потребностей, умение их описать без «перехода на личности»;

2) эмпатический ответ (правильно понять другого и выразить понимание);

3) своевременное переключение от самовыражения к эмпатическому восприятию (и наоборот);

4) умение оказать помощь (обучить Другого перечисленным навыкам).

2. *Структурированная обучающая терапия* (с обратной связью: клиент должен чётко знать, в чем именно состоит его проблема):

1) ролевая игра как репетиция уверенного поведения;

2) моделирование реальных ситуаций;

3) перенос навыков в реальную среду (дом. задания);

4) тематические занятия («Конструктивная критика» и др.);

5) инструктаж (подсказки, намёки, рекомендации руководителя группы);

6) положительное подкрепление (вербальное от руководителя или от группы, жетонная система привилегий);

7) выстраивание иерархии терапевтических задач;

Ланге и Якубовский: Пять способов выражения отказа (по нарастающей): 1) базовый («хочу уйти / ты мне нравишься»); 2) эмпатический («понимаю, что тебе... / в то же время мне...»); 3) категоричный и 4) конфронтационный (тем, у кого слова расходятся с делами); 5) монологический (констатация + Я-сообщение).

Приобретение навыков уверенного, неагрессивного поведения повышает самооценку, расширяет диапазон поведенческих навыков, освобождает путь к самореализации.

3. *Систематическая десенсибилизация* (автор – J. Wolpe (Уолп, Вольпе – в разных транскрипциях)):

I этап – построение иерархии объектов по степени опасности;

II этап – воображение объекта на фоне упражнений релаксационного тренинга. Цель – замещение тревожной реакции на «опасную» ситуацию реакцией релаксации – шаг за шагом (контробусловливание, восходящее к экспериментам Дж. Уотсона).

Самооценка тревожности по 100-балльной шкале (от релаксации до паники), учитывающая особенности дыхания, мышечное напряжение, панические ощущения.

4. *Социальное научение (А. Бандура)*

Научение посредством *наблюдения за поведением других людей и его последствиями* («подкрепления» чужого поведения не менее значимы, чем «подкрепления» нашего собственного). *Механизм социального научения: наблюдение*, например, просмотр образцов уверенного поведения в записи (проявление стойкости по методу «заезженной пластинки»; уклончивость как противоконфликтная стратегия и пр.) – *когнитивный образ поведенческой реакции, хранящийся в долговременной памяти*, – при сходной ситуации этот образ *будет использован как модель* (образец для подражания или предостерегающий пример). Этот механизм позволяет правильно предвидеть возможные последствия того или иного типа поведения, осуществить рациональный прогноз и выбор.

Регуляторы механизма социального научения: 1) внимание (важно видеть и понимать модель поведения, при этом значимы харизма демонстрирующего поведение и результат оно); 2) сохранение в памяти; 3) моторно-репродуктивные процессы (способность воспроизвести нужное поведение); 4) мотивационные процессы (воздействие наблюдаемого позитивного подкрепления – внешнего, косвенного или самоподкрепления).

Критика: бихевиоральная терапия эффективна в типовых ситуациях, предоставляя симптоматическое лечение.

Поскольку причина невротического нарушения не устранена, вместо «угасшего» симптома может возникнуть новый.

б) Когнитивное реструктурирование ситуации (в рамках когнитивно-бихевиоральной терапии)

Люди склонны в той или иной степени строить *иррациональные системы убеждений* (необходимо всем нравится, следует добиваться намеченной цели, надо всегда быть «на высоте», девушка не объясняется в любви первой). Безоговорочная верность этим убеждениям – гарантия фрустраций и разочарований. Неуверенное поведение, избегание в этом случае вызвано страхом: катастрофа, если рухнет иерархия когнитивных конструктов (Келли)!

Когнитивная терапия: 1) диагностика иррациональных убеждений, замещение их рациональными представлениями;

2) метод расщепления когнитивных конструктов («Любимый (мной) = хороший, потому что я, хорошая, могу любить только хорошее». Но ведь точно так же, как «я» могу хорошего и не полюбить, «я» способна вдруг полюбить плохого! Итак, расщепили: люблю / не люблю – одно, хороший / плохой – совсем другое. Точно так же: «любовь» – одно, «до гроба» – другое; «счастье» – одно, «благополучие» – другое);

3) принцип «конструктивного альтернативизма» Келли (по старой доброй песенке: «Если к другому уходит невеста, // То неизвестно, кому повезло!»).

с) Клиентоцентрированная терапия

Цель клиентоцентрированной терапии К. Роджерса – способствовать процессу самоактуализации.

Принципы его терапии:

1. Позитивное внимание («Ты хороший и я хороший»).
2. Безусловное, эмпатическое принятие (без «условий ценности», то есть без: «Буду любить тебя, если...»).

3. Техника «активного слушания» в основе терапевтической беседы (конкретные её методики – предмет практических занятий, смысл же – встать с клиентом плечо к плечу, чуть позади него, чтобы ему не страшно было спускаться извилистыми ходами вглубь своей души).

Угроза и тревога, которые ощущает клиент, проистекают от несоответствия Я-концепции и *актуального переживания* (частный случай: несоответствие Я-идеального и актуального переживания: есть риск воспринять ситуацию не как *актуальный феномен биографии*, а как повод к отказу от Я-идеального, замене его негативной Я-концепцией).

Защита клиента направлена на сохранение Я-концепции.
Формы этой защиты:

1) *искажение* («У меня “неуд.”, потому что преподаватель – садист и дурак»);

2) *отрицание переживания* («всё хорошо, прекрасная маркиза!»). Человек стремится сохранить хорошую мину при плохой игре, скрывая правду даже от себя самого.

Задача терапевта – помочь человеку научиться:

1) слышать себя; 2) доверять себе; 3) не бояться ни себя, ни последствий (не выказывая неприязни, *эмпатически* следуя за клиентом в рассмотрении последствий).

7 стадий консультационного процесса по Роджерсу:

1. Стадия блокады опыта.

Полная экстравертированность клиента: для него реален становится только внешний мир, внутреннего мира и *внутренних проблем как бы не существует*. Чувства (как свои, так и чужие) представляются опасной, избегаемой областью.

Это стадия «нормальной компенсации»: есть основания для начала психотерапии (п/т), но можно пока жить и без неё, к тому же, трудно сформулировать психологический запрос.

2. Отстранённость опыта.

Свои чувства клиент воспринимает как имевшие место в *прошлом*.

3. Стадия объективизации опыта.

Человек воспринимает себя объектом восприятия других людей («Он меня ужасно ревнует». «Мы с мужем очень любим

друг друга, но почему-то он мне постоянно грубит!»). Это первая смутная догадка о противоречиях в личном опыте.

4. Стадия прорыва блокады опыта.

Прорыв («крушение фасада», аффективный прорыв и затем когнитивное его оформление, сомнение в точности слов выражения) в актуальное состояние и выражение негативных чувств: беспокойства, страха, вины. Клиент может также выражать радость как реакцию на прорыв, на «облегчение души». Терапевту важно в этот момент «отзеркалить» *первичное переживание* клиента, а не это *вторичное* (не реакцию на прорыв – страх или облегчение).

5. Стадия текучести и внутренней диалогичности опыта.

Принятие амбивалентности чувств. Чувствам позволено существовать в настоящем. Сокращён интервал между переживанием и осознанием. Озвучивание внутренних диалогов. Калейдоскопичность переживаний.

6. Стадия полноценного опыта.

Полнота переживаний. Нет ни отрицания, ни оценки своего опыта, ни страха перед ним. Исчезновение границы между опытом и Эго. *Релаксация клиента* (тотальная: физическая, физиологическая, психологическая – без задержек и зажимов). (Вспомните Кёлера: *стадия релаксации предшествует стадии инсайта – решения задачи* (проблемы в данном случае)). Свободная аутокоммуникация. Проблема перестаёт быть внутренним объектом, поэтому решается. Она становится сама переживанием, растворяется в циркулирующем внутри потоке переживаний. Тем самым решается. *Необратимость качественного скачка личностного развития.*

Приобретения, полученные в ходе терапии, на этой стадии становятся ценными сами по себе, несмотря на нажитые (в результате собственных психологических открытий) проблемы. «Любые переживания – мои помощники. Они и есть я». Открыв это, человек переходит в мир изменённого состояния сознания, на новый уровень осознания себя.

7. Стадия «Я как процесс опыта».

Клиент переходит на неё *вне психотерапевтического контакта*, переносит результаты самоисследования в общий жизненный контекст. Этой стадии характерна «аконвенциональность» человека (перпендикулярность миру конвенций), «асоциальность» в некотором смысле.

Типичная успешная терапия: переход со стадии № 2 на стадию № 4 (типичный результат психологического консультирования – переход со стадии № 2 на стадию № 3): клиенты себя берегут и любят.

Эффективность терапии зависит от того, насколько далеко зайдёт человек из *привычного мира* в *мир психотерапевта*, мир изменённого состояния сознания, то есть насколько возрастут его *конгруэнтность* (соответствие зон переживания, осознания переживания и его выражения), *эмпатия и принятие* (в том числе *самопринятие*).

<i>Обычное общение:</i>		<i>Психотерапевтическое общение:</i>
условное принятие	→	безусловное принятие
оценочное понимание	→	эмпатическое понимание
инконгруэнтность	→	конгруэнтность

ОДИННАДЦАТАЯ ТЕМА. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ И ВОЛЕВАЯ СФЕРЫ ПСИХИКИ

1. Виды, проявления и функции эмоций.
2. Теория Джемса-Ланге.
3. Внимание и воля.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Виды, проявления и функции эмоций

Эмоция – психическое отражение актуального состояния потребностей субъекта (оценка различия между желаемым и действительным). Это наиболее общее определение эмоций.

Разные учёные и психологические школы выделяют различные критерии для определения эмоций и классификации их видов. Так, принято говорить о позитивных и негативных эмоциях, С. Рубинштейн рассматривал: 1) органические (беспредметные), 2) связанные с восприятием и 3) связанные с мышлением эмоции. А.Н. Леонтьев в качестве критериев избрал *силу, продолжительность эмоции и степень её осознанности*, что позволило ему зафиксировать *три разновидности эмоций*:

1. *Аффекты* – интенсивные, ярко выраженные, кратковременные, произвольные и не контролируемые сознанием эмоции. После кульминации аффекта он воспринимается субъектом как чужеродное состояние, состояние «помрачения сознания». Поэтому состояние аффекта, пребывая в котором субъект совершил противоправные действия, учитывается судом в качестве смягчающего вину обстоятельства. Аффекты, наиболее архаический, «животный», вид эмоций, находят *сигнальное выражение*. Метод свободных ассоциаций З. Фрейда и метод ассоциативного эксперимента, использованный при создании детектора лжи, направлены на выявление «аффективных комплексов» и «аффективных следов».

2. *Собственно эмоции* – ситуативны, как и аффекты, но не требуют непосредственного включения субъекта в ситуацию, часто служа для предвосхищения оной (например, страх – аффект, тревога как предвосхищение опасности – собственно эмоция). Собственно эмоции находят *знаковое* выражение, скажем, в воспроизведении социокультурного шаблона невербальной демонстрации эмоции¹⁴.

3. *Чувства* – наиболее устойчивые (внеситуативные), управляемые (лично и социально), значимые эмоциональные состояния человека. Обычно имеют символическое выражение (такими символами чувств могут стать знамя страны, обручальные кольца, праздничные или траурные одежды). Так, рыдание – выражение аффекта (острой душевной боли), плач-жалоба – уже социальное выражение эмоции горя, а плач-причитание – символическое, ритуальное, выражение чувства скорби. Поцелуй может быть и сигнальным выражением страсти (аффекта), и знаком дружеского или родственного расположения, и символом религиозного, например, чувства (пасхальное «христосование» православных).

Одновременно человек может испытывать все три вида эмоций. Мать, в раздражении (аффект) прикрикнувшая на ребёнка, может быть за что-нибудь рассержена (собственно эмоция) на него, что не мешает ей в то же время продолжать нежно любить (чувство) собственное дитя.

Проявления эмоций можно обнаружить на четырёх уровнях:

1. На уровне биохимических изменений в организме (изменения в составе крови на пике эмоции, например, выброс в кровь специфических гормонов; изменения в нервной системе на клеточном уровне и др.). Такие проявления эмоций нельзя заметить без специальных приборов.

¹⁴ Эксперименты Лэндиса ещё в 20-е гг. XX века показали, что спонтанное индивидуальное выражение аффекта у человека отличается от шаблонного выражения соответствующей эмоции, принятого в культуре, носителем которой данный субъект является.

2. На уровне физиологических вегетативных изменений (появление румянца или бледности, дрожи, мышечных спазмов, испарины, изменение мышечного тонуса, кожно-гальванической реакции (КГР), учащение сердцебиения и др.). Большинство таких проявлений эмоций заметно невооружённым глазом.

3. На уровне невербального поведения (манеры, мимика, пантомимика, жестикауляция, ритм и интонации речи, характер визуального контакта с собеседником и др.).

4. На уровне речевых реакций и системы поступков (то есть социально значимого поведения). Дело в том, что в эмоции отражается мотив поступков, придающий смысл даже не всегда понятным, на взгляд стороннего наблюдателя, действиям. Например, увольнение руководителем опытных сотрудников и удовольствие, которое он при этом испытывает, объяснимы только в свете знания мотива поступка руководителя: его желания, допустим, радикально «омолодить» коллектив.

Последний пример позволяет нам ввести ещё одно определение эмоции:

Эмоция – психическое отражение смыслов, образованных мотивом деятельности.

Среди *функций эмоций*, которые обеспечили выживание нашим предкам задолго до появления у них сознания и абстрактно-логического мышления, можно назвать следующие:

1) *экспрессивная* функция, облегчающая общение между людьми, в частности, подачу ими друг другу обратной связи в сигнальной (аффекты), знаковой (собственно эмоции) и символической (чувства) формах выражения;

2) функция *оценки ситуации*, как минувшей (следообразующая функция оценки), так и ещё не наступившей (оценка-предвосхищение);

3) функция *побуждения и организации* (досознательный анализ актуальной ситуации, синтез всех психических

переживаний настоящего момента в целях экстренной мобилизации сил организма)¹⁵;

4) наконец, стоит отметить *конструирующую* функцию эмоций, которую описал французский философ Ж.П. Сартр в своём «Очерке теории эмоций»: эмоция способна преобразовать мир причинных связей в мир «магический», эмоция и есть внезапное «падение» сознания в мир магического, *магическое преобразование мира при нестерпимости данного*. Такое происходит, когда зритель эмоционально погружается в виртуальную ситуацию, разворачивающуюся перед ним на сцене, на мониторе компьютера или на экране, как если бы он реально был вовлечён в неё. Любовь – тоже магическое преобразование действительности (не по хорошему мил, гласит пословица, а по милу хорош!).

Эмоциональную «магию» знали и архаические народы: североамериканское племя натчевов ежеутренне проводило ритуал помощи восходящему солнцу, которому, принято было думать, трудно было бы подняться из-за горизонта без поддерживающей молитвы людей. Солнце восходит, *потому что* его ждут (думали натчевские маги), солнце восходит, поэтому его ждут (считали рациональные европейцы). Но солнце, поднимающееся без нашего эмоционального участия, и поднимется не для нас, как поняли теперь экологически мыслящие европейцы! **Эмоция, в соответствии с философической концепцией Сартра, – магическое превращение мира при нестерпимости данного.** Определение писателя нашло и научное подтверждение.

¹⁵ Причём побудительная функция одной и той же эмоции может приводить к различным реакциям. Т. Дембо, ученица К. Левина, в ходе экспериментов с заведомо нерешаемыми задачами вызывала у добровольцев-испытуемых *фрустрацию* (негативную эмоцию, возникающую при внезапно обнаруженной невозможности достичь определённую цель, реализовать конкретную потребность). Разные испытуемые обнаруживали различные реакции на фрустрацию: агрессия, регрессия и апатия, разрушение искусственной ситуации, фантазирование.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Теория Джемса-Ланге

Оба учёных, давших имя теории, независимо друг от друга исследовали последовательность протекания эмоциональных процессов и пришли к одному парадоксальному выводу: наблюдение влечёт за собой периферические соматические изменения, эмоция ощущается и осознаётся как следствие этих периферических изменений (проще говоря, мы не бросаемся в бегство, потому что испугались, а пугаемся, когда уже бежим от опасности). У. Джеймс стремился выявить механизмы управления эмоциями через управление моторными реакциями. Теорией Джеймса (Джемса) и утверждением Ланге «нет телесных проявлений – нет и эмоций» воспользовался позже Д. Карнеги, заявив, что, улыбаясь, мы тем самым создаём себе хорошее настроение.

Теория Джемса-Ланге подверглась критике со стороны физиологов, справедливо утверждавших, что до появления периферических изменений возникают изменения в Центральной нервной системе (ЦНС), то есть эмоции и периферические изменения – параллельно протекающие и коррелирующие феномены. Однако получившие широкую известность эксперименты Шехтера вновь привлекли внимание к непростой взаимозависимости психики и соматики. Испытуемым-добровольцам, разделённым на несколько групп, предлагалось испытать не себе действие препарата, якобы способного вызвать определённое эмоциональное состояние. На самом деле испытуемые получали препарат, всего лишь провоцирующий лёгкое сердцебиение. Но в каждой группе испытуемых находились помощники экспериментатора («подсадные утки»), задача которых заключалась в том, чтобы имитировать то или иное эмоциональное состояние, в одной группе – тревогу, в другой – радость и так далее. Выяснилось, что подавляющее большинство участников эксперимента в

ходе отчёта называли как пережитую ими самими именно ту эмоцию, которую демонстрировал помощник экспериментатора в их группе. Физиологические ощущения, таким образом, у всех были сходными, а эмоциональная интерпретация – разная, обусловленная ситуативно, социально.

Эмоции – одна из двух основных форм внутренней регуляции деятельности человека. Второй формой являются связанные с эмоциями волевые процессы.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Внимание и воля

Воля – процесс, связанный с действиями по прекращению или задержке аффекта (воля связана с терпением, способностью отсрочить аффект до преодоления некоего препятствия). Воля предполагает сознательное усилие по сосредоточению *внимания* (в этом случае мы говорим о произвольном внимании), то есть, если вспомнить психологическую теорию Вундта, некое представление усилием воли должно быть перемещено с периферии в центр, в фокус сознания.

Это происходит тогда, когда человек сталкивается с необходимостью *выбора одного из мотивов* своей деятельности и решает произвольно усилить мотив, не имеющий сам по себе достаточного энергетического подкрепления. Например, влюбившись под Новый Год, благоразумный студент мощным усилием воли откладывает постигшие его эмоции до окончания экзаменационной сессии, не правда ли?

Вопреки распространённому мнению, сила воли – не абсолютно положительное свойство. Если У. Джеймс полагал, что воля – позитивное проявление духовного Я, З. Фрейд, напротив, считал, что чрезмерно развитая воля может стать источником невроза, который, в свою очередь, может привести к полному её параличу.

*Любая деятельность представляет собой взаимодействие субъекта с миром. Поэтому мы можем выделить пять ситуаций волевой регуляции. Гипотетически можно представить так называемого когнитивно простого субъекта, не стоящего перед проблемой выбора мотивов, мономотивированного. Если мир не препятствует удовлетворению потребностей такого субъекта («лёгкий мир» в этом случае), волевая регуляция его поведения отсутствует за ненадобностью, и мы наблюдаем 1) *ситуацию свободного протекания произвольных процессов.**

Однако даже мономотивированный субъект как правило живёт в «трудном мире», то и дело препятствующем удовлетворению самых примитивных потребностей. «Трудный мир» даже «когнитивно простого субъекта» вынуждает научиться 2) *произвольной регуляции своего поведения – терпению как первому волевому акту* задержки некоего естественного процесса до момента устранения внешнего препятствия.

Как правило же, субъект, даже не имея внешних препятствий (живя в «лёгком мире»), сталкивается с внутренними препятствиями в виде мотивационных конфликтов. Такой «когнитивно сложный субъект» постоянно вынужден решать, какие потребности он хочет удовлетворить в первую очередь. Он оказывается в третьей ситуации волевой регуляции, когда нужно осуществить акт выбора между двумя и более мотивами, перед ним: 3) *проблема принятия осознанного решения.*

Совсем тяжело приходится когнитивно сложному (полимотивированному) субъекту в «трудном мире», который ставит препоны на пути удовлетворения всех потребностей субъекта. И творческая по сути задача функционирования такого субъекта в таком мире – наиболее типичная ситуация человеческого существования. Она заключается в 4) *творческом преобразовании, переосмыслении конфликтной ситуации.* Причём одновременно наблюдаются как внутренний конфликт (столкновение мотивов), так и внешний конфликт (с окружающим). Если внешние препятствия кажутся

непреодолимыми, необходимо вернуться на третий этап и ещё раз проверить правильность принятого решения. Утвердившись же в его правильности, следует прийти к выводу, что внешняя ситуация понята вами неверно, и переосмыслить её. Следует всегда помнить, что *тупиковых обстоятельств в случае адекватного выбора мотива не бывает.*

На высших этапах развития человеческой воли наблюдаются так называемые 5) *послепроизвольные процессы*, происходящие как бы без сознательного усилия, своей кажущейся естественностью напоминающие произвольные: так, для профессионального музыканта упражняться на послушном инструменте – всё равно, что дышать. Возможно, этот этап мы и имеем в виду, когда говорим о *свободе воли.*

Сформулируем наиболее полное определение воли:

Воля – целенаправленное, осознанное принятие решения и действие в соответствии с ним, предполагающее намеренное преодоление внешних и внутренних препятствий.

Дж. Келли, автор когнитивной теории личности, полагал, что способность к принятию решения зависит от нескольких факторов: 1) от когнитивной сложности субъекта, о чём уже было сказано (то есть от количества мотивов, определяющих его деятельность, и от количества применяемых субъектом на практике критериев оценки); 2) от чёткости поставленных целей; 3) от степени устойчивости структуры когнитивных конструктов (критериев оценки) субъекта; 4) наконец, от способности субъекта к усложнению своей когнитивной сферы, прежде всего, за счёт «расщепления» конструктов. Так, человеку требуется опыт, чтобы понять, например, что улыбчивый человек – не всегда добрый человек или человек, расположенный лично к вам, а возможно, просто вежливый или, хуже того, лицемерный. Безусловно, способствовать принятию верного решения будет тот факт, что конструкт «улыбчивый – мрачный» окажется дополненным конструктом «искренний – лицемерный» и многими другими.

ДВЕНАДЦАТАЯ ТЕМА. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

1. Психология памяти.
2. Психология восприятия.

Психические процессы принято делить на *универсальные*, которые гарантируют возможность любой деятельности (*память* (запечатление, сохранение и воспроизведение опыта), *внимание* (отбор воспринимаемого материала и сосредоточение на нём), *воображение* (процесс преобразования реальности или представления о ней)), и специфически *познавательные* (*ощущение* (психическое отражение свойств объекта), *восприятие* (отражение объекта в целостном образе), *мышление* (отражение отношений между объектами)). Итак, мы можем назвать шесть основных психических процессов, о двух из которых (о памяти и о восприятии) поговорим подробно.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Психология памяти.

Виды и основные процессы памяти. Существует несколько критериев классификации видов памяти. Рассмотрим некоторые из них.

1. П. Линдсей и Д. Норманн ввели *временной критерий*, в соответствии с которым выделены три системы памяти:

1) *иконическая память* (непосредственный сенсорный отпечаток, сохраняющийся до 0,5 сек.); в иконической памяти удерживается одновременно весь материал восприятия, отбор не производится, поскольку *функция* данной системы памяти – в обеспечении систем распознавания дополнительным временем для обработки сигналов, воздействовавших на органы чувств, причём быстро угасающие сенсорные отпечатки невозможно произвольно воспроизвести; *миниэксперимент*: если быстро помахать кончиком карандаша, вместо карандаша вы увидите «веер», который – нечто иное, как зрительный след изображения в иконической памяти;

2) *кратковременная память* (удерживающая в своём объёме от 5 до 9 единиц восприятия); в течение непродолжительного времени (до 20 сек., как было установлено экспериментально) данная система удерживает уже не сенсорные отпечатки, а их вербальную интерпретацию (не звуки, а слова, например); удержание информации в кратковременной памяти можно продлить до бесконечности непрерывным повторением, мы все пользуемся этим приёмом, когда в поисках ручки и блокнота всё время повторяем только что услышанный номер телефона, намереваясь его записать; постепенное «стирание» информации из кратковременной памяти происходит в результате *интерференции* – произвольной замены прежних новыми «единицами хранения»;

3) *долговременная память* (ёмкость которой и длительность хранения информации в которой неограниченны); всё, что удерживается в памяти несколько минут, попадает на вечное хранение в долговременную память. Проблема – научиться извлекать из этой системы нужную информацию в нужный момент, то есть произвольно активировать *основные процессы памяти*¹⁶: 1) *запоминание*; 2) *сохранение*; 3) *забывание*; 4) *воспроизведение* в форме следующих *мнемических процессов*: а) *узнавание* (опознание); б) *воспроизведение и сообщение*; в) *повторное заучивание* (то, что заново выучить забытое легче, чем вовсе неизвестное, свидетельствует о наличии сохранения вне сферы сознания).

2. Вторым критерий различения видов памяти – *сенсорный регистр*, он позволяет различать: 1) *аудиальную* (слуховую) память; 2) *визуальную* (зрительную) и 3) *кинестетическую* память (осознательную, обонятельную, моторную, память вкусовых ощущений).

3. П. Блонский, считая наиболее важным *эволюционный критерий*, описывал пять видов памяти:

¹⁶ Процессы памяти стали изучать экспериментально ещё в XIX в., честь открытия многих факторов, влияющих на запоминание и забывание, принадлежит Г. Эббингаузу и его последователям.

1) «*память предков*» – генетически наследуемые безусловные рефлексы и врождённые паттерны восприятия;

2) *механическая* память (память-привычка: автоматическое воспроизведение заученных движений, в том числе воспроизведение неосмысленного («вызубренного») вербального материала);

3) *аффективная* (эмоциональная) память (имеется уже у низших беспозвоночных);

4) *образная* память (память-представление и память-воображение), ею обладают высшие млекопитающие;

5) *логическая* память (память-мышление, позволяющая изложить, например, событие в виде рассказа, а не воспроизводить его «в лицах»); формируется только у человека и, как правило, к периоду отрочества; скорость и степень развития логической памяти зависит от культуры, в которой воспитывается субъект.

В онто- и филогенезе расцвет функционирования одного вида памяти сменяет расцвет функционирования другого вида. При переходе от доминирования образной к доминированию логической памяти возрастает роль сознания; на первых же трёх эволюционных уровнях сознание не только не участвует в процессах памяти, но мешает их протеканию (попытка сознательно операционализировать автоматизмы, как известно, заканчиваются сбоем последних вполне в соответствии с детским анекдотом: шёл ёжик, забыл, как дышать... и умер). Нам очень трудно произвольно вызвать у себя определённые эмоции, впрочем, в разное время специально разрабатывались техники этого. К ним можно отнести не только сценический метод Станиславского, но и ассоциативные техники аффективного напоминания посредством ароматов, которые широко практиковали, например, североамериканские индейцы.

Французский психиатр П. Жане ещё в XIX в. сформулировал *преимущества логической памяти* («социальной», как он её называл) над моторной («активированной реминисценцией», по Жане). *Во-первых*, логическая память позволила человеку экономить время при

воспроизведении важной для соплеменников информации (современный взрослый человек за минуту может изложить суть кинофильма, на пересказ которого «в режиме реального времени» у ребёнка уйдёт час). *Во-вторых*, логическая память адаптирует рассказ к актуальной ситуации, тогда как моторная память воспроизводит заученное в неизменном виде. *В-третьих*, логическое воспроизведение происходит как реакция на осмысленный запрос, тогда как моторное – на стимул, даже если этот стимул – вербальный (например, название или первая фраза вызубренного текста).

В российской психологической школе много внимания уделялось экспериментальному исследованию памяти. Так, ещё основатели отечественной школы, Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев, описали формирование логической памяти как культурно обусловленной *высшей психической функции* на основе эволюционно низших, биологических, разновидностей памяти.

Детям предлагалось запомнить отдельные слова, пользуясь для запоминания 20 картинками детского лото, причём рисунки не иллюстрировали смысл слов, а могли лишь косвенно, ассоциативно напоминать о нём. Смысл слова ребёнок должен был самостоятельно «встроить» в сюжет изображения, чтобы потом, глядя на него, вспомнить слово. Старшие школьники уже не нуждались во внешних, предлагаемых взрослым, средствах, сами для запоминания бессвязных слов выстраивая, например, простые рассказы, куда слова «вплетали» в предложенной последовательности.

В экспериментах по формированию памяти как высшей психической функции непосредственное запоминание ребёнка дошкольного возраста, будучи опосредовано культурными знаками («стимулами-средствами»), сначала внешними («узелки на память», картинки, счётные палочки), затем внутренними (слова, представления), превращалось в логическое запоминание на основе мнемотехники¹⁷.

¹⁷ Всех нас, наверное, учили в детстве запоминать чередование количества дней в месяцах по чередованию «костяшек» у основания

Таким образом, манипуляции с предметами (знаками, указанными взрослым носителем культуры) использовались для культурного овладения внутренними, психическими, процессами. Социальная среда всегда предоставляет средства приспособления к ней, а человек благодаря им овладевает собственным поведением, такой вывод вполне соответствовал культурно-исторической теории Л. Выготского.

Секреты мнемотехники – студенту. **1.** Лексику двух языков стоит учить одновременно, заучивая слова парами, чтобы слово одного языка как бы служило реакцией на слово-стимул (с тем же значением) другого языка. В режиме «пароль-отклик» запоминание происходит быстрее, чем при «загрузке в память» элементов двух изолированных рядов (на чём и основан метод парных ассоциаций Калкинса).

2. Чем менее иностранный язык похож на родной, тем больше шансов овладеть им в совершенстве. В психологических экспериментах было доказано, что количество необходимых повторений для запоминания возрастает с увеличением сходства элементов, подлежащих запоминанию, или сходства их структур.

3. Если вдруг вам довелось побывать лишь на нескольких лекциях своего будущего экзаменатора, но вы хотите, чтобы в «час истины» он узнал в вас благодарного слушателя, станьте в

пальцев («31 день») и ямочек между ними («короткие месяцы»). А вот старинный способ по пальцам освежить в памяти таблицу умножения. Таблицу до 5x5 придётся вы зубрить. Если же каждое из перемножаемых чисел больше пяти, поступаем так: 1) смотрим на свои десять пальцев «веером» и «откладываем» на них числа, одно – слева направо, другое – справа налево, так, чтобы единицы больше пяти первого числа соответствовали загнутым пальцам на правой руке, а единицы больше пяти второго числа – загнутым пальцам на левой (если вы умножаете 7x6, то на правой руке загибаете два пальца, а на левой – один); 2) суммируете количество загнутых пальцев на обеих руках как десятки (получается 30); 3) перемножаете свободные пальцы как единицы (4x3=12); 4) складываете десятки с единицами и получаете искомый ответ таблицы умножения (30+12=42, значит, 7x6=42).

аудитории *фигурой на фоне* (чтобы узнать, что это такое, нужно попасть как минимум на лекцию по гештальт-психологии). Гештальт-психолог фон Ресторф, ученица Кёлера, экспериментально подтвердила тот факт, что разнородные элементы в ряду однородных запоминаются хорошо и надолго.

4. Если вы задались целью произвести благоприятное впечатление на преподавателя, ведущего семинары, но намерены экономить силы, планируйте пик своей активности (выступления, доклады) на самое начало и/или самый конец семестра (в промежутке можете отдыхать). Таким образом вы используете открытый в экспериментах Фуко «эффект конца и начала». Этот эффект – результат двух параллельных процессов внутреннего торможения: прогрессивного и регрессивного. В одном случае каждый новый сигнал ослабляет предыдущие, в другом случае – последующие. Именно поэтому первый и последний сигналы оказываются в наиболее благоприятных условиях для их запоминания.

5. Не зубрите, пытайтесь осмыслить то, что учите: понятое запоминается быстрее и дольше сохраняется в памяти. Непостижимое же пусть ассоциируется в вашем представлении с известным: ещё первый исследователь памяти Эббингауз обнаружил, что даже бессмысленные слоги обладают «ассоциативной силой». Эта сила зависит от частоты употребления данных слогов в лексике языка и от количества вызываемых ими в единицу времени ассоциативных связей.

6. Вы будете смеяться, но лучше заниматься весь семестр, чем навёрстывать упущенное перед экзаменом. Йост показал, что наиболее эффективны дозированные умственные упражнения, повторяемые регулярно через достаточно большие временные интервалы. Дело в том, что при «распределённом научении» в нужный момент актуализируются старые ассоциации, которые предпочтительнее новых. А только новые ассоциации и могут актуализироваться в результате «концентрированных повторений».

7. Несколько рекомендаций студентам-«спринтерам»:

1) если уже нет времени прилежно учить, но осталась возможность просмотреть весь «шапочно знакомый» материал,

лучше это сделать не за неделю и не за день до экзамена, а дня за 2 – 3 (и больше уже к нему не возвращаться). В этом случае вам удастся воспользоваться «эффектом реминисценции»: через 2 – 3 дня (без дополнительных упражнений) возможно воспроизведение того, что нельзя было припомнить прежде. Бэллард объяснял этот эффект улучшением долговременной памяти – парадоксальным процессом, противоположным процессу забывания. Браун же интерпретировал «эффект реминисценции» как результат «аккумуляции припоминаний» (того, например, что прозвучало один раз на лекции, другой – на семинаре, а третий раз попало вам на глаза при беглом просмотре за 2 дня до экзамена).

2) если экзамен завтра, учите вечером накануне экзамена, а не днём и не ночь напролёт: за ночь материал «укладывается в голове», по гипотезе Мюллера, потому что во сне происходит процесс «мысленного обзора и консолидации ответов» на предполагаемые вопросы, а никакая иная (дневная) деятельность уже не перекрывает этот процесс. Согласно же гипотезе Мак-Геча, с вопросом (задачей) всегда ассоциируются и правильный, и неправильные (сбивающие) ответы. Последние менее стойки, поэтому за ночь забываются и уже не мешают.

3) не учите и не повторяйте за час до экзамена: Эббингауз показал, что именно через час после заучивания происходит максимальная потеря сохранения.

4) зато прочитанное за 10 минут до ответа экзаменатору будет воспроизведено вами идеально.

8. В заключение несколько слов для тех, кто жалуется на плохую память и рассеянность. Ещё в первой половине XX в. в школе немецкого психолога К. Левина исследователи выявили причины забывчивости, вот некоторые из них. Намерение легко забывается, если:

- 1) интенсивность других переживаний выше;
- 2) вы вовлечены в замещающую прежнее намерение деятельность;
- 3) изменился характер ситуации;

4) вы удовлетворены частичным осуществлением намерения;

5) ослаблена мотивация (внутреннее намерение) не забыть;

6) намерению препятствуют противоположные естественные потребности;

7) становится не актуальна соответствующая намерению сфера деятельности;

Наконец, мы *не сможем* забыть своё намерение, если сознательно усилим негативную окраску стимула к его осуществлению¹⁸.

Б.В. Зейгарник и М. Овсянкина под руководством К. Левина исследовали зависимость процессов памяти от мотивационной сферы. В ходе эксперимента испытуемым предлагалось от 18 до 22 заданий разного рода (выполнение ручной работы, математические задачи, загадки, рисование, написание стихов). Выполнение половины заданий прерывалось экспериментаторами неожиданно для испытуемых в момент наивысшей увлечённости их выполнением. В конце эксперимента испытуемых просили припомнить все задания, выяснилось, что незавершённые (прерванные) запоминались на 90% лучше выполненных. Вывод, который сделали Зейгарник и Овсянкина, заключался в том, что для запоминания важен не сам момент прерывания, а то, что задание оставалось невыполненным: после прерывания выполнения задания у испытуемых сохранялось остаточное напряжение, квазипотребность (в решении предложенной задачи), обусловленная интересом, честолюбием или чувством долга, оставалась неудовлетворённой. Испытуемые протестовали,

¹⁸ В Японии вместо «узелка на память» придумали игрушку, Одноглазую Сову. Если вы хотите напомнить себе о чём-то, что необходимо, но лень делать, вы ставите эту сову на видное место и срываете с неё один глаз (он держится на «липучке»). С этого момента ваша совесть смотрит на вас уцелевшим совиным глазом, и долго подобный немой укор вы вынести не в силах: то ли оскорблённое чувство симметрии, то ли сострадание к сове вынуждают вас, наконец, долее не откладывать задуманное.

когда их пытались отвлечь, и потом стремились обязательно завершить начатое. Заставить их забыть незавершённые задания удавалось, только умышленно создавая вышеперечисленные условия забывания намерений, что приводило к разрядке остаточного психического напряжения.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Психология восприятия.

Мы можем говорить о трёх подходах в изучении восприятия:

1. Сторонники первого подхода (структуралисты, последователи Вундта и Титченера, гештальт-психологии, наследники раннего Дж. Гибсона и его перцептивной психофизики) полагали, что восприятие зависит от характеристик объекта восприятия.

2. Второй подход, субъективный, исходит из того, что субъект восприятия активно строит образ объекта в зависимости от своих мотивации и установок. Этот подход сформировался в *теории неосознаваемых умозаключений* Гельмгольца, *теории перцептивных гипотез* Р. Грегори, в теории Дж. Брунера, рассматривавшего восприятие как процесс категоризации. Гельмголец в процессе восприятия усматривал две фазы: 1) получение исходного материала; 2) его преобразование в ходе неосознаваемых умозаключений. Грегори полагал, что восприятие определяется прошлым опытом субъекта, позволяющим отражать только существенные для субъекта признаки объектов. Именно на этом основаны многие иллюзии восприятия, такие, как иллюзия Понцо, иллюзия Мюллера-Лайера, иллюзия Неккера, заставляющие наблюдателя невольно переносить усвоенные в опыте законы восприятия трёхмерного («глубокого») изображения на восприятие плоской фигуры. Брунер насчитал три фазы в процессе восприятия: 1) первичная категоризация (восприятие признаков объекта на основании имеющегося субъективного опыта); 2) интенсивный отбор признаков, соответствующих прошлому опыту; 3) вторичная

категоризация признаков на основании перцептивной гипотезы. Вероятность применения категорий Брунер рассматривал как перцептивную готовность.

3. Поздний Дж. Гибсон в своей *экологической теории восприятия* ориентируется на взаимодействие субъекта и объекта восприятия, обнаруживая тем самым возможность третьего подхода. **Визуальное восприятие, по Гибсону, – экологический процесс: оно – не просто наблюдение, но извлечение важной для жизни субъекта информации из структурированного поверхностями светового потока. Восприятие – непосредственное извлечение возможностей.** В отличие от Вундта Гибсон единицей анализа считает не ощущение, но целостную систему: субъект – окружающая среда. Для теории Гибсона характерно следующее: 1) ориентация на неизбежное взаимодействие субъекта с объектом; 2) обусловленность этого взаимодействия актуальным (а не прошлым) опытом субъекта, что предполагает в объекте нераскрытые ещё возможности, а в субъекте – опыт, нуждающийся в постоянном преобразовании («субъект хочет быть другим», совершенствоваться); 3) изучение восприятия реального, а не искусственно предъявленного в эксперименте.

Тем не менее именно экспериментирование легло в основу изучения такого существенного свойства восприятия, как его *предметность*. Многие в отнюдь не механической природе восприятия, в том числе именно «полезную ситуативность» этого процесса, роднящую его с *познанием* в определении Ж. Пиаже (взаимодействие познающего субъекта с познаваемым объектом) удалось выяснить благодаря экспериментальному созданию так называемых *перцептивных конфликтов* в ходе изучения 1) псевдоскопического и 2) инвертированного восприятия.

1. Псевдоскоп – очки со специальными линзами, сквозь которые вогнутые поверхности видятся выпуклыми и наоборот.

Выяснилось, что эффект псевдоскопического восприятия автоматически распространяется только на восприятие незнакомых и трудно узнаваемых предметов. Человеческое же

лицо и кисти рук (при том, что предплечье становится похожим на желоб), как было обнаружено исследователем Компанейским, не подвергаются искажению при взгляде на них через псевдоскоп! Даже вогнутая маска кажется обычным, «выгнутым» подобием лица.

Обнаруженное ещё Гельмгольцем действие «бессознательного умозаключения», непроизвольное творчество восприятия, обеспечивает в процессе разрешения перцептивного конфликта и «эффект правдоподобия», выявленный Столиным: так, верёвка, намотанная на руку, «оборачивалась», представляясь вдавленным в руку желобком, но кожа, виднеясь между витками верёвки, уже не обладала плоской поверхностью, но являлась как некие вздутия, тени от верёвки на которых невольно интерпретировались как болезненный цвет самой кожи.

Столину принадлежит описание ещё нескольких «чудес» псевдоскопического восприятия. 1) Миска с подкрашенной водой в ней послушно «превращалась» в нечто вроде желе на подставке. Однако, стоило бросить в воду монетку, миска вновь представала тем, что она есть, несмотря на оптические усилия псевдоскопа. 2) Фарфоровый слоник и конус, стоящие на столе, вели себя по-разному: конус легко превращался в воронку, уходящую в толщу столешницы, слоник не изменялся. Когда же экспериментатор положил карандаш одним концом на вершину конуса, другим – на спину слонику, перцептивное умозаключение стало попеременно предлагать несколько версий воспринимаемого: то карандаш «разламывался» пополам, и обе его половины параллельно друг другу виднелись – одна на спине слоника, другая в толще столешницы; то карандаш устремлялся со спины слоника вниз, к вершине воронки, наклоняясь к ней или сгибаясь для этого посередине; то сам слоник с карандашом на спине оказывался в толще столешницы ещё глубже, чем перевёрнутый конус. Вершиной творческой интерпретации восприятия оказался слоник, стоящий рядом с воронкой в толще стола на карандаше, прорезавшем его насквозь, причём

экспериментатор отчётливо видел боковые грани «образовавшейся» в слонике щели.

2. Инвертирующие очки с линзами Дове (инвертоскоп) переворачивают изображение всего лишь «с ног на голову». Первым на себе самом инвертоскоп опробовал американский исследователь Дж. Стрэттон более ста лет назад, после него многие пытались открыть секрет удивительного эффекта адаптации, которая наступает в результате постоянного ношения инвертоскопа в течение нескольких дней.

Первичный эффект – полная потеря координации движений, мир перевёрнут, утрачена константность положения и формы воспринимаемых через инвертоскоп предметов, при ходьбе земля, кажется, колыхается под ногами, при наклоне головы – встаёт дыбом. Через два-три дня, как констатировал ещё Стрэттон, наступает полная моторная адаптация: испытуемый-доброволец без малейших затруднений передвигается по лестнице и даже способен кататься на велосипеде, причём затрудняется сразу ответить, обычным или перевёрнутым видит мир («присматриваясь», всё же обнаруживает, что ныряльщики, например, прыгают в воду «вверх»!). Наконец, происходит и перцептивная адаптация, понимаемая как восстановление нормальной, естественной картины мира. Когда же после этого инвертоскоп снимали, мир снова переворачивался, и к нему приходилось так же привыкать, как к изображению в инвертоскопе.

А.Д. Логвиненко, в последней четверти XX в. экспериментировавший с изменением условий классического опыта, описывал те же эффекты адаптации, однако пришёл к выводу, что не моторная адаптация влечёт за собой перцептивную, а именно перцептивная – моторную. Адаптация восприятия, по Логвиненко – образование новых нервных связей (как у младенца), если не вместо, то наряду с теми, что обеспечивали восприятие в прежней ситуации.

РАЗДЕЛ ВТОРОЙ. КОМПЕТЕНТНОСТЬ В ОБЩЕНИИ

ПЕРВАЯ ТЕМА. СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

1. Предмет, основные направления и методы социальной психологии.
2. Общение. Межличностные отношения. Группы.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Предмет, основные направления и методы социальной психологии

Социальная психология изучает закономерности поведения и деятельности людей, обусловленные включением людей в социальные группы. Социальная психология также изучает психологические характеристики самих этих групп и межгрупповое взаимодействие.

Данная дисциплина возникла на стыке психологии и социологии, причём до сих пор идут споры о том, лежит ли сфера её интересов в ранее не исследованной промежуточной области, или она совпадает с зоной совпадения предметов психологии и социологии. *Предмет социальной психологии* в разное время определялся в широком диапазоне от *массовых явлений психики до личности как социального феномена.*

С середины XIX в. социология и психология как бы шли навстречу друг другу, отвечая потребностям смежных дисциплин, таких, как антропология и этнология, в разрешении социально-психологических вопросов. Интерментальная психология Г. Тарда, психологическое направление в социологии, представленное Л. Уордом и Ф. Гиддингсом, соответствовали этой тенденции. Если в России и в Германии такие исследователи, как Поттебня, Вундт, Лацарус, Штейнталь, утверждали примат общества над индивидуумом, во Франции и

Великобритании, напротив, индивиду отводилась главенствующая роль (Лебон, Тард).

1908 г. принято считать годом рождения социальной психологии как самостоятельной дисциплины. В этом году в Англии вышла в свет книга В. Макдугалла (Макдаугалла) «Введение в социальную психологию», в которой исследовались эмоции и инстинкты социального поведения. Всю первую половину XX в. социальная психология развивалась как экспериментальная, практическая наука, наибольшего расцвета достигнув в США. Однако с 1950-х годов стала ощутима потребность в теоретическом осмыслении накопленных данных.

Теоретические направления социальной психологии развиваются в русле основных направлений общей психологии XX в., среди них нужно назвать необихевиоризм, интеракционизм (Г. Мид, М. Кун), психоанализ (в частности, трансактный анализ Э. Бёрна) и гуманистическую психологию, когнитивизм, вобравший в себя ранние исследования гештальт-психологов и учеников К. Левина. На рубеже XX и XXI веков в европейской социально-психологической теории ведущая роль принадлежит *психологии межгрупповых отношений* А. Тэшфела (Тэджфела) и *теории социальных представлений* С. Московиси (Московичи).

К *методам социальной психологии* можно отнести известные методы сбора информации (наблюдение, контент-анализ, интервью, тестирование (в том числе социометрическое), анкетирование, эксперимент) и методы обработки информации.

Основные направления социальной психологии определяются объектом исследования, это: психология малой группы (в том числе семейная психология), межгрупповых и межличностных отношений (в том числе психология общения и психология конфликта, диагностика и развитие коммуникативной компетентности), политическая, этнопсихология, психология массового сознания, массовой коммуникации, организаций и управления, маркетинга и рекламы, наконец, социальная психология личности.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Общение. Межличностные отношения. Группы

Общение – реализация всей системы отношений человека, как общественных, безличных, так и межличностных. Именно общение формирует общность индивидов, выполняющих совместную деятельность. *Функции* общения в ходе совместной деятельности людей – её организация, согласование, преобразование. Общение – условие присвоения индивидом достижений исторического развития человечества.

Структура общения, по Г.М. Андреевой, складывается тремя основными процессами: 1) *коммуникация* (процесс несёт информационную функцию и представляет собой обмен образами, идеями, установками); 2) *интеракция* (взаимодействие, несущее регуляционную функцию) и 3) *социальная перцепция*, или *социальное восприятие* (несёт аффективную функцию). Расскажем о них подробнее.

1. *Коммуникация* является интересубъектным процессом, так как *информация* (вербальная и невербальная, констатирующая (сообщение) и побудительная (совет)) в ходе него не только передаётся от *коммуникатора* к *реципиенту*, но формируется и уточняется в целях создания нового, общего, смысла. *Суть коммуникативного процесса* – не информирование, но совместное постижение предмета.

Коммуникативное влияние – это воздействие посредством знаковых систем с целью изменения образа мыслей и поведения. Успешность такого воздействия определяет эффективность коммуникации и коммуникативную компетентность субъекта влияния.

Для эффективной коммуникации необходимо найти общий язык (и в прямом, и в переносном смысле), то есть обладать *единой системой кодификации*, позволяющей понимать не только значение, но и смысл слова. Эффективной коммуникации препятствуют *коммуникативные барьеры*, выражающие как общественные отношения (социальные, политические, религиозные, профессиональные,

мировоззренческие различия), так и характер индивидуума, его межличностных отношений (застенчивость, скрытность, недоверчивость, недоброжелательность).

2. Взаимодействие – реализация совместной деятельности, открытие новых форм и норм совместных действий, стиль которых может носить ритуальный, манипулятивный или гуманистический характер.

Основные *типы взаимодействия* – это *кооперация* и *конкуренция* (в том числе *конфликт*, который может быть как конструктивным, так и деструктивным). В западной и в отечественной социальной психологии сформировались различные концепции взаимодействия и подходы к определению его структуры (например, теория диадического взаимодействия Тибо и Келли, символический интеракционизм Г. Мида и др.).

3. Социальная перцепция – восприятие одним человеком другого, а также восприятие социальных групп. Речь в данном контексте идёт о восприятии внешних признаков объекта в соотношении их с его психологическими характеристиками и об интерпретации на этой основе поступков объекта социальной перцепции. Можно сказать, что восприятие – это стремление познать для более успешного согласования действий.

Межличностная перцепция – это и создание представления о поведении, намерениях, мыслях, способностях, эмоциях другого человека, и осознание себя самого через другого («я, в отличие от него...»), и идентификация с ним («я на его месте...»), и эмпатия (аффективное понимание, сопереживание).

Дж. Холмс усложняет понятие межличностной перцепции, увеличивая количество её виртуальных субъектов: субъект А сам по себе, А в собственных глазах, А в восприятии субъекта Б, наконец, А в восприятии Б, по мнению самого А. По мнению Холмса, максимальная эффективность коммуникации достигается при минимальных различиях между всеми названными А. Знание *атрибутивных процессов* позволяет уменьшить эти различия.

Каузальная атрибуция («приписывание причин», попытка угадать неясные мотивы, намерения, мнения партнёра по общению) – основной механизм межличностной перцепции. Следствием каузальной атрибуции являются некоторые эффекты: 1) эффект первичности и «эффект ореола» (отношение к человеку возникает и фиксируется на основе первого впечатления); 2) эффект новизны (свежая информация о знакомом приобретает большее значение, чем давнишнее первое впечатление о нём); 3) стереотипизация восприятия, при которой объект как бы упрощается, что приводит к возникновению немотивированной симпатии к нему или столь же немотивированного предубеждения. В следующих разделах мы ещё вернёмся к разговору об атрибутивных процессах, пока же обратимся к тому, что, помимо социальной перцепции и общения, составляет межличностные отношения.

Межличностные отношения – действительная реальность отношений общественных. Даже исполнение социальной роли (профессиональных обязанностей, например) всегда отмечено индивидуальным личностным стилем общения. Поскольку межличностные отношения развиваются на эмоциональной основе, они – определяющий фактор психологического климата в группе, для определения которого ещё в 30-е годы XX в. был разработан Дж. Морено метод социометрии, позволяющий выявить динамику симпатий и антипатий внутри социальной группы, определить позицию в группе (в коллективе) каждого из составляющих её индивидов.

Рассмотрим крайние полюсы межличностных отношений: аттракцию (симпатию) и агрессию.

Факторы формирования аттракции: 1) как известно, формированию симпатии к человеку способствует его физическая привлекательность. Это происходит ещё и потому, что стереотипное мышление миловидному человеку приписывает многие другие добродетели: удачливость, одарённость, ум. Только свою доброту и порядочность физически привлекательному человеку приходится доказывать; экспериментально подтверждено, что наиболее привлекателен

«средний стандарт», «редкая красота» способна отпугнуть окружающих так же, как и безобразия;

2) в женщине приятны молодость и внешние признаки плодовитости, в мужчине – физическая сила и уверенное поведение как признак высокого социального статуса;

3) аттракции способствует сходство (физическое и социальное), но и дополняющая противоположность часто оказывается притягательной;

4) нам рано или поздно понравятся те, кому нравимся мы, если они терпеливо и ненавязчиво будут выказывать свою приязнь, умея быть нам полезными;

5) вообще привлекательны люди с высокой самооценкой (влюбчивы, напротив, люди с низкой самооценкой или с обострённым самолюбием);

6) экспериментально установлено, что привлекательность другого человека усиливает наше собственное нервное возбуждение, независимо от того, чем оно было вызвано (тревогой, страхом, болью): в одном из экспериментов девушка-гид, встречавшая туристов, только что перешедших через пропасть по подвесному мосту, выслушивала от них больше предложений познакомиться поближе, чем от туристов, преодолевших безопасный этап маршрута;

7) способствует аттракции «помогающее» поведение партнёра, особенно в экстремальной ситуации, вот почему так часто у подопечных возникает симпатия к спортивным, например, инструкторам;

8) аттракция вообще и любовь, в частности, – культурное явление, поэтому в разных культурах преобладают различные её составляющие.

Р. Стернберг изобразил «совершенную любовь» в виде равностороннего треугольника, в вершинах которого – Симпатия, Страсть и Заботливость. Если доминируют страсть и симпатия, возникает романтическая любовь, если симпатия и заботливость – возникает доверительное чувство любви-интимности, любовь, замешанная на страсти и обязательствах, наиболее уязвима, так как зависит от интенсивности страсти, которая, как принято считать, недолговечна. Данные

показывают, что у тех, кто вступил в брак по любви, через пять лет совместной жизни уровень расположения друг к другу такой же, как у тех, кто пять лет назад вступил в брак по расчету. Причём у последних, он как правило таким и остаётся (хоть «пик» отношений им неведом), у тех же, кто был влюблён, уровень расположения друг к другу и впоследствии снижается: разочарование в страсти часто блокирует формирование привязанности.

Теория фрустрации-агрессии (Дж. Доллард, Бандура, Миллер) представляется наиболее правдоподобным объяснением агрессивного поведения, если оставить без внимания биологические, инстинктивные факторы агрессивности. *Фрустрация потребности – блокирование целенаправленного поведения*, «облом» в тот момент, когда заветная мечта уже близка была к осуществлению (в отличие от *депривации*, которая есть хроническая, перманентная невозможность удовлетворить некую потребность).

На возникновение агрессии как следствия фрустрации влияют следующие факторы: 1) степень ожидаемого удовлетворения от достижения цели; 2) степень непреодолимости внезапно возникшего препятствия; 3) количество предшествовавших фрустраций (наблюдается эффект накопления негативной энергии и «взрыва»). Фрустрация в любви часто применяется объектом влечения как способ поддержания силы этого влечения: по закону фрустрации, чем явственнее вблизи опасность, тем привлекательнее издали цель. Порочный круг «влечение – фрустрация» затягивает.

Угроза наказания не снимает, только блокирует агрессивное намерение, мотивацию агрессии способен ослабить лишь *катарсис* (эмоциональная разрядка негативного напряжения, в которой Аристотель усматривал основной смысл воздействия искусства, Фрейд – задачу психоаналитической терапии). Однако, не будучи по большей части высокохудожественным, «насилие на экране» способствует не снятию напряжения, а увеличению потребности в реализации агрессии, что рано или поздно приводит к *смещению агрессии* –

обращению её не на фрустратора (виновника), а на «козла отпущения». Хорошо, если для выхода агрессии окажется достаточным разбить тарелку, хлопнуть дверью или «избить» куклу начальника, выставленную в офисе для этой цели.

Как правило смещённая агрессия обрушивается на случайного человека, на безответное животное, но кто-то (обычно из низкостатусных членов семьи) может стать и постоянной жертвой смещённой агрессии, особенно если отмечен стимульным сходством с фрустратором, ведь, кроме фрустрации, для проявления агрессии необходимы внешние факторы – так называемые средовые стимулы (в том числе оружие). Риск смещения агрессии зависит как от силы агрессивного импульса, так и от надёжности «тормозов» агрессивного поведения, приобретённых человеком в ходе социализации. Вкус к криминальному, в том числе сексуальному, насилию – общепризнанное следствие постоянных фрустраций.

Иногда негативные эмоции фрустрированного человека трансформируются не по пути «гнев – агрессия – прямое или смещённое проявление её вовне», а по пути «страх – уклонение – обращение агрессии на себя – суицид». Таким образом, человек, став жертвой фрустрации, может в итоге оказаться и жертвой *аутоагрессии*.

Мы переходим к описанию основного понятия социальной психологии – «группа» – и приведём сначала наиболее общее определение группы, сделанное К. Левином: ***социальная группа*** – динамическое целое, обладающее свойствами, отличными от свойств его частей или их суммы.

Классификация социальных групп представляет определённую проблему, так как существует множество оснований для классификации. Прежде всего группы можно разделить на *большие* (этносы, социальные классы, страты) и *малые*. Среди последних принято рассматривать: *естественно сложившиеся* и *лабораторные* (созданные в экспериментальных целях), *временные* и *постоянные*, *организованные* и *спонтанные*, *открытые* (со свободным

членством) и *закрытые* (для вхождения в них или для выхода), *развитые* и находящиеся *в процессе становления*, *группы членства* и *референтные* группы (последние являются собой для не входящего в них индивида или *нормативный* образец (идеал), или социальную точку отсчёта *при сравнении*). Следующая тема призвана раскрыть проблематику психологии большой группы, теперь же постараемся дать синтезированное определение малой группы, изучение которой составляет самостоятельное направление в современной социальной психологии.

Малая группа – та, в которой общественные отношения выступают в форме непосредственных личных контактов (Андреева). Малая группа – единый субъект деятельности, целое, составленное двумя и более лицами, которые устанавливают контакт с определённой целью и считают этот контакт для себя существенным (Миллс). В малой группе наличие *всех* взаимосвязей является обязательным для удовлетворения потребностей *каждого* (Кеттел).

В психологии применяются *три методических принципа изучения малой группы*: 1) по результатам её *деятельности*; 2) *системный принцип* (выявление и анализ групповых норм, ценностей, эмоциональных процессов в группе); 3) *принцип развития*, который предполагает исследование: причин образования группы, этапов интеграции и степени сплочённости её членов, процессов сотрудничества и соперничества в группе, дифференциации её членов, явления группового давления и, наконец, исследование причин регрессии группы.

Среди *причин образования группы и её пополнения новыми членами* выделяются следующие: 1) привлекательность групповой деятельности; 2) привлекательность групповых целей и ценностей; 3) привлекательность социального статуса группы; 4) личная привлекательность членов группы; 5) реализация эмоциональной потребности человека в принадлежности (к некоему сообществу) и психотерапевтический эффект группового членства, выражающийся в росте самооценки и в снижении тревожности.

Движущими силами развития (динамики) малой группы, каждая из которых в своём становлении проходит несколько этапов от возникновения до распада, являются: 1) нарушение баланса между эмоциональной и деловой сферами существования группы, что приводит к неизбежному конфликту (с ростом сплочённости, как ни странно это на первый взгляд, снижается продуктивность групповой деятельности); 2) поддержание баланса самореализации каждого индивида и интенсивности группового давления; 3) устранение противоречий между поведением лидера группы и ожиданиями, которые на него возлагают; 4) статусная дифференциация в группе и переструктурирование её; 5) возможность изменения норм и целей группы (инициатива чего исходит, как правило, от лидера или от самых низкостатусных её членов).

*Групповые нормы регулируют поведение и роли членов группы в типовых ситуациях её деятельности, тем самым выступая универсальным регулятором межличностных отношений внутри группы и с представителями внешнего мира. Сплочённость – групповое свойство, являющееся производным от количества и интенсивности взаимных позитивных установок членов группы, которое определяет силу *группового давления* – механизма проведения в жизнь норм большинства. Готовность подчиняться этим нормам определяется *конформностью* индивида, высокая степень которой зависит от четырёх факторов: 1) значимость сохранения членства в группе; 2) неустойчивость к стрессу; 3) низкая способность доминировать; 4) низкий интеллект.*

С. Московиси, основываясь в том числе на известных экспериментах Аша¹⁹, исследовал проблему норм меньшинства

¹⁹ В экспериментах Аша единственному «наивному испытуемому», помещённому в группу помощников экспериментатора, демонстрировали цветные слайды, где был представлен голубой цвет разных оттенков и интенсивности. Подавляющее большинство при предъявлении каждого слайда утверждали, что цвет – зелёный, меньшинство уверенно констатировало фактический цвет слайда. В ответах наивного испытуемого, сначала конформистских, постепенно,

(групповой оппозиции) и их влияния на изменение групповых норм в целом. Выяснилось, что, при условии устойчивости меньшинства, уверенного поведения составляющих меньшинство индивидов и аргументированного отстаивания ими своей точки зрения, наблюдаются следующие эффекты: уменьшается конформность прочих членов группы, увеличивается их готовность принять нововведения, под воздействием «влиятельного меньшинства» как минимум увеличивается вариативность прежних норм, сближающая их с предлагаемыми меньшинством.

Проблему норм влиятельного меньшинства следует отличать от проблемы девиантного (отклоняющегося) поведения членов группы, в результате которого «сомневающиеся» исправляются под прессом усиленного группового давления, а упорствующие в своём ослушании изгоняются.

Изучение малой группы предполагает среди прочих исследование *проблемы власти и лидерства*. Социальная психология рассматривает пять основных (чистых) *типов власти*: 1) вознаграждающая (использующая метод пряника); 2) принуждающая (предпочитающая метод кнута); 3) легитимная; 4) экспертная (основанная на реальной или мнимой компетентности лиц, наделённых властью); 5) референтная (основанная на харизме, эмоциональной насыщенности образа её носителя). На практике эти типы выступают смешанными, с преобладанием черт того или иного. Типам власти должны соответствовать и *стили лидерства*: авторитарный, демократический, «попустительский». Разумеется, простой классификацией исследование проблем власти и лидерства не исчерпывается, составляя самостоятельную дисциплину внутри социальной психологии.

под влиянием меньшинства, стало сказываться доверие к собственным глазам.

*ВТОРАЯ ТЕМА. ЭТНОПСИХОЛОГИЯ.
МЕЖКУЛЬТУРНАЯ КОММУНИКАЦИЯ*

1. Основные направления этнопсихологии.
2. Классификация атрибутивных процессов и этнических стереотипов.
3. Процессы социализации и инкультурации. Предотвращение этнических конфликтов.
4. Специфика межкультурного взаимодействия.

Проблемы этнических различий, межэтнического взаимопонимания и взаимодействия актуальны не только на практике, но и в теоретических своих аспектах – и для общей, и для возрастной психологии, и для этнологии, и для культурной антропологии. Поэтому, по определению Т.Г. Стефаненко, **этнопсихология – междисциплинарная область знания, изучающая психологические особенности человека в единстве общечеловеческого и культурно специфического.** Парадокс последних десятилетий заключается в сочетании процессов культурной унификации, вызванных глобализацией, с возрастанием потребности людей в этнической самоидентификации.

Этнос, с психологической точки зрения, – устойчивая (на протяжении многих поколений) группа людей, осознающих себя её членами на основании любых признаков, воспринимаемых как этнодифференцирующие. В качестве таковых (в зависимости от исторической ситуации) могут выступать (а могут и не иметь значения): язык, ценности, нормы, общая историческая память, религия, представления о родине, мифология, представления о национальном характере, национальное искусство, внешность, а также, на взгляд постороннего человека, такие случайные признаки, как манера ношения отдельных предметов одежды. Границы культуры и этноса редко совпадают.

Таким образом, этнопсихолога в подходе к этносу интересует, скорее, субъективная, собственно психологическая, сторона. Почему, например, совместно заработанные

несколькими людьми деньги американец сочтёт правильным делить по реальному трудовому вкладу каждого, русский – поровну, кто-то ещё – по потребности, а кто-то – в соответствии с нормой привилегий (по статусу родителей, скажем)? *Предметом этнопсихологии* является субъективная культура, то есть характерные для каждой культуры способы, которыми её члены познают «часть окружающего мира, созданную самими людьми» (в кавычках приведено определение культуры, данное американским культурантропологом М. Херсковицем).

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Основные направления этнопсихологии

Из истории этнопсихологии. Ещё в XIX в. в Германии М. Лацарус и Г. Штейнталь, изучая язык, обычаи и нравы, занимались выявлением «народного духа» как сходных индивидуальных черт и самосознания представителей одного народа. В начале XX в. основатель экспериментальной психологии сознания В. Вундт выпустил 10-томную «Психологию народов», где доказывал, что: 1) душа народа не сводится к сумме индивидуальных сознаний; 2) наука о душе народа должна объяснять, а не только описывать; 3) душа народа выражается, прежде всего, в языке, мифах, обычаях, которые и следует анализировать. Ф. Боас, восприняв идеи Вундта, перенёс их в США, где стал одним из создателей американского направления этнопсихологии.

В России ещё в первой половине XIX в. Н.И. Надеждин в рамках программы Русского географического общества собрал обширный этнографический материал, уделяя внимание психологическим аспектам его интерпретации. А.А. Потебня, лингвист и философ, заложил основы гуманитарной этнопсихологии, утверждая, что национальный язык – хранитель традиций и приёмов мышления народа. В XX веке Г.Г. Шпет высказал мысль о том, что необходимо изучать не столько продукты культуры, сколько саму *ментальность* –

эмоционально окрашенную систему миропонимания (то, что Г. Триандис позже и назовёт субъективной культурой). С точки зрения Шпета, принадлежность человека к этносу определяется не биологически, а сознательным приобщением к ценностям, но только в обоюдном акте признания.

В первой половине XX в. в рамках *культурантропологии* проводились исследования, легшие в основу современного этнопсихологического знания. 1. Р. Бенедикт и М. Мид в США предприняли попытки выделить *типы («конфигурации»)* культур. Бенедикт обнаружила среди североамериканских этносов аполлонический, дионисический и параноидальный типы культур; Мид разделила все культуры на постфигуративные (традиционные, в которых старики пользуются непререкаемым авторитетом), префигуративные (в которых авторитетно для подростков только мнение сверстников, где произошёл разрыв поколений) и кофигуративные (не путать с «конфигуративными»), переходные между первым и вторым типом. К последнему типу Мид отнесла и современную ей американскую культуру. 2. М. Мид явилась также автором трудов по этнографии детства, занимаясь в полевых условиях проблемами социализации детей в разных культурах.

3. Вопрос наличия национального характера некоторыми культурантропологами интерпретировался как вопрос соотношения культуры и личности. А. Кардинер (США) ввёл понятие *базовая личность*, под которой понимал совокупность склонностей, представлений, способов связи с другими людьми, формирование которых у ребёнка поощряется в целях адаптации его к конкретной культуре. Р. Линтон писал о «*модальной личности*», типе личности, не усреднённом, а статистически наиболее часто встречающемся в данной культуре. Линтон выделял и так называемые мультимодальные общества, где наблюдаются несколько модальных личностей.

4. Попытки выявить суть национального характера и этнической идентичности (которая столь же очевидна, сколь неизъяснима) предпринимались с давних пор. Под **национальным характером** понимается **совокупность**

типических черт, которые присутствуют в разной степени и в разных сочетаниях у большинства представителей нации, не только присутствуя на индивидуальном уровне, но отражаясь в истории и культуре. При этом надо иметь в виду, что уникальны не черты характера (общечеловеческие сами по себе), а их соотношение и структура, степень выраженности, специфика проявления у представителей данного этноса.

Начиная с «пелёночного детерминизма» Дж. Горера (доказывавшего, что традиции пеленания младенцев способствуют формированию того или иного типа ментальности их во взрослом возрасте), возникало много гипотез о происхождении особенностей национального характера из особенностей социализации. Среди них и психоаналитическая гипотеза о влиянии раннего детского опыта, и гипотеза о влиянии географического фактора (климата и ландшафта). Проводились масштабные эксперименты и полевые исследования, призванные определить влияние на формирование у ребёнка особенностей национального характера численности семей, социального их статуса, доминирующей в обществе хозяйственной деятельности. Были получены интересные результаты, показывающие, например, что в культурах охотников и собирателей старшие воспитывают в подрастающем поколении независимость и инициативность, в земледельческих культурах – ответственность и послушание, в индустриальном же обществе социальные верхи поступают подобно охотникам, низы – подобно земледельцам. И тем не менее загадка души любого народа по-прежнему ускользает от этнопсихологов.

5. В рамках *культурантропологии* проводились сравнительные исследования понятий психической нормы и психической патологии в разных культурах. Болезни, разумеется, были одни и те же, но их симптомы обнаруживали свою национальную специфику.

Помимо культурантропологии, свой вклад в современную этнопсихологию внесла *сравнительно-культурная психология начала XX в.*, основатель которой У. Риверс (Великобритания)

проводил *кросс-культурные исследования* в рамках общей психологии. Он изучал особенности протекания психических процессов, в частности, особенности визуального восприятия, у представителей разных этносов и обнаружил зависимость восприятия от социальных факторов и опыта инкультурации (к тем же выводам позднее пришёл в ходе собственных полевых исследований один из основателей отечественной психологии А.Р. Лурия). Так, благодаря Риверсу, европейцы узнали, что являются обитателями «квадратного мира» (мира квадратных предметов и сооружений), поэтому подвержены некоторым зрительным иллюзиям (вроде иллюзии Мюллера-Лайера), которые не проявляются у представителей «круглого мира», лишённых опыта созерцания углов и граней в перспективе.

Культурантропология и сравнительно-культурная (кросс-культурная) психология положили начало и двум стратегическим направлениям этнопсихологических исследований, двум подходам в этнопсихологии: *emic*-подходу и *etic*-подходу²⁰ соответственно.

Эмик-подход (*культурно-специфический подход*) предполагает установку исследователей, в соответствии с которой все культуры рассматриваются как равноправные, но существенно различные. Этот подход восходит к Л. Леви-Брюлю и в качестве предмета этнопсихологии изучает систему связей между психикой людей и этнокультурными особенностями их общественной жизни. Причём исследователь старается проникнуть в культуру, стать по возможности её носителем, чтобы изнутри выносить суждения.

Этик-подход (*универсалистский*) характеризуется установкой исследователя на то, что все культуры равноправные, различающиеся по внешним признакам, но существенно одинаковые. Подход восходит к К. Леви-Стросу и изучает сходства и различия между особенностями психики представителей разных культур и этносов. Данный подход не

²⁰ Термины ввёл К. Пайк по аналогии с терминами «фонетика» (наука о звуках языка вообще) и «фонемика» (наука о звуках, специфических только для определённого языка).

следует путать с *псевдоэтик-подходом*, в котором культуры предстают сущностно одинаковыми, но не равноправными. Европоцентрический подход, долгое время процветавший и в отечественной этнологии, где ничтоже сумняшеся писали об «отсталых» и «малых» народах, не может быть объективным, так как сторонники этого подхода не свободны от схем мышления культуры, к которой принадлежат.

По мнению Т. Стефаненко, в этнопсихологии желателен комбинированный подход, позволяющий выделить универсальные категории, проанализировать их с помощью специфических для данной культуры методов и вновь обратиться к сравнению. Таким образом можно будет дать наиболее *общее определение предмета этнопсихологии: этнопсихология изучает систему связей между психологическими и культурными переменными при сравнении этносов и культур, а также межэтнические отношения.*

ВТОРОЙ ВОПРОС. Этнические стереотипы и атрибутивные процессы

Стереотипы – упрощённые, устойчивые в нескольких поколениях образы этнических групп, характеризующиеся высокой степенью согласованности индивидуальных представлений. Стереотипы усваиваются в раннем детстве из вторичных источников (а не формируются в ходе личного опыта) и носят эмоционально-оценочный характер.

Функция этнических стереотипов сводится к тому, чтобы экономить сознательные усилия индивида и защищать его систему ценностей. Стереотипными можно считать качества, которые приписывают представителям определённого этноса не менее 75 % опрошенных. Негативные стереотипы складываются в иррациональные *предубеждения и национальные предрассудки.*

Любые стереотипы (даже самые нелепые) отражают реальность в том смысле, что являются показателем

фактических отношений между взаимодействующими группами. Критерием же того, насколько стереотипы соответствуют истинному положению вещей (реальным особенностям национального характера), может выступать совокупность следующих показателей: 1) длительность контактов; 2) единодушие двух этнических групп относительно третьей; 3) согласованность между восприятием группой самой себя и восприятием её другими.

Для стереотипизации характерны три типа образов: 1) *полярные образы* этнического конфликта («мы во всём хорошие, они во всём плохие»), как правило, полярные образы *зеркальны*: каждая из конфликтующих сторон готова подписаться под этой характеристикой; 2) *двусмысленные атрибуции*, предполагающие противоположную интерпретацию одних и тех же качеств (американцы о себе: «дружелюбны, раскованы» (+); англичане об американцах: «назойливы, развязны» (-)); 3) *образы умеренного этноцентризма* («я дружу с соседом-инородцем, потому что мой народ миролюбивый, а сосед – славный парень»); 4) *взаимодополняющие образы* латентного этноцентризма («американцы – предприимчивы (+), а мы (*зато*) отзывчивы (++)»), при котором представителям своего этноса приписываются положительные качества, наиболее ценимые в данной культуре, а инородцы тоже поучают позитивную характеристику, но на основании менее значимых свойств.

При анализе стереотипов надо учитывать выявленные в социальной психологии закономерности атрибутивных процессов. Первые исследования каузальной атрибуции («приписывания причин» поведения) были проведены М. Хьюстоном в 1970-е годы в Оксфорде. (**В этнопсихологии под каузальной атрибуцией понимается интерпретация причин поведения индивида на основании его этнической принадлежности**).

Одной из универсальных закономерностей является *этноцентризм атрибуций*, подтверждённый рядом исследователей. Как правило, внутренними (личностными, характерологическими) причинами люди склонны объяснять

успехи (добрые дела) «своих» и промахи (неблаговидные поступки) «чужих»; напротив, внешними причинами (обстоятельствами) – промахи «своих» и успехи «чужаков». Так, в Южной Индии проводились эксперименты среди индуистов и мусульман. Испытуемым предлагались рисунки, изображавшие ситуации, главными действующими лицами которых выступали единоверцы (или иноверцы) испытуемого (например, учитель хвалит/наказывает ученика, хозяин дома приглашает/прогоняет вымокшего под дождём прохожего и т.п.). Предлагались также варианты интерпретации изображения, в одном из которых упор делался на обстоятельства (или нормы поведения), в другом – на качества характера персонажа. В обеих группах испытуемых результаты оказались одинаковыми: единоверцы совершали добрые дела «по зову сердца», а неблагоприятные – под гнётом необходимости, с иноверцами всё обстояло противоположным образом. Исключение в подобных экспериментах составляют лишь представители этнического меньшинства с тенденцией к обесцениванию членства в своей группе: в оценках они солидаризируются с представителями доминантной группы.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Процессы социализации и инкультурации. Предотвращение этнических конфликтов

Социализация – интеграция индивида в общество, приобретение им опыта, необходимого для исполнения социальных ролей, по определению М. Херсковица. Социализация – более универсальный процесс, чем связанная с ним, но более специфичная ***инкультурация*** – освоение (с младенчества) принципов миропонимания и поведения, присущих данной культуре.

Инкультурация позволяет сохранять и, вместе с тем, развивать наследие предков, поэтому осуществляется в два этапа: 1) *детство* (когда культурные нормы усваиваются безоценочно и без возможности выбора) и 2) *зрелость* (когда элементы культуры воспринимаются и транслируются

потомкам избирательно, в индивидуальной творческой интерпретации).

Вместе процессы социализации и инкультурации составляют механизм воспроизведения групповых норм и ценностей, называемый *культурной трансмиссией*. В зависимости от преобладающего *агента трансмиссии* она может быть: 1) вертикальная прямая (передача культуры от родителей к детям); 2) вертикальная «непрямая» (от любых взрослых к детям); 3) горизонтальная (при которой агентами трансмиссии выступают сверстники). В разных культурах степень влиятельности агентов разная.

Профилактика межэтнических конфликтов. Не стоит обольщаться относительно возможности урегулировать межэтнический конфликт, особенно на стадии обострения, только психологическими средствами. Необходимо гармонизировать межэтнические отношения путём совершенствования законодательства, путём переговоров, по возможности, с участием третьей, нейтральной, стороны, путём информирования конфликтующих сторон друг о друге и предоставления им трибуны в СМИ

Пока существуют этносы, конфликты будут возникать, но, как и в медицине, профилактика предпочтительнее и зачастую эффективнее лечения. Психологическая тактика предотвращения эскалации межэтнических конфликтов включает в себя: 1) просветительскую работу: знакомство населения как с этнопсихологическими законами вообще, так и с конкретными элементами иноэтнической культуры; 2) работа со стереотипами (в СМИ и кинематографе США, например, успешно создан положительный образ афроамериканца); 3) переориентация агрессии (спорт – идеальная сфера приложения бойцовских качеств); 4) М. Шериф считает эффективным введение *надгрупповых целей* (экологическая работа, борьба с болезнями, предотвращение стихийных бедствий и так далее); 5) формирование, наряду с этнической, также *надгрупповой идентичности* (и немец, и француз – европейцы; и европеец, и азиат – земляне); 6) осознание ситуационно более актуальной *дополнительной идентичности* («в данный момент важно не

то, что Х латиноамериканец, а то, что он – гордость российской спортивной команды»).

ЧЕТВЁРТЫЙ ВОПРОС. Межкультурная коммуникация и специфика межкультурного взаимодействия

Межкультурная коммуникация – вербальное и невербальное общение субъектов, принадлежащих к различным лингвокультурным сообществам, на языке-посреднике или на языке одного из субъектов-коммуникаторов.

Д.Б. Гудков приводит классификацию *коммуникативных неудач* в ситуациях межкультурной коммуникации. К *широким* коммуникативным неудачам он относит те ситуации общения, в которых было достигнуто понимание, но оно не привело к достижению практических целей коммуникации. Более подробно анализируются *узкие коммуникативные неудачи*: 1) неудачи вербализации («неправильно сказал»); 2) неудачи восприятия («не так расслышал»); 3) *неудачи взаимодействия*. Последняя разновидность коммуникативных неудач связывается классификатором с тремя группами причин: а) недостаточное владение языковым кодом (эту группу причин, как и первые два типа коммуникативных неудач, мы здесь не будем рассматривать как преимущественно лингвистические); б) культурно детерминированные индивидуальные различия коммуникаторов; в) «прагматические факторы», вызывающие дискурсивные неудачи взаимодействия.

Дискурсивные неудачи коммуникации и взаимодействия связаны с недостаточным владением культурными нормами и ценностями того сообщества (той этнической группы), на языке и в среде которого идёт общение. Можно выделить несколько типов такого рода ошибок. 1. *Этикетные*, например, незнание социально-ролевого употребления местоимений «ты» и «вы»; неразличение коммуникативных функций обмена приветствиями между покупателем, зашедшим в магазин, и

продавцом (в Европе этим можно и ограничиться, в России обмен приветствиями обязывает к беседе); неверное истолкование невербальных сигналов (если в США знаком (сигналом плохого самочувствия, например) является отсутствие улыбки, в России сама улыбка – знак (скажем, желая познакомиться), если в Европе принято смотреть в глаза собеседнику, в Японии это может быть расценено как дерзость). 2. *Ошибки стереотипов поведения* (а) *языковых стереотипов*: европейцы сразу садятся в такси, русские спрашивают у таксиста, подвезёт ли; б) *ментальных стереотипов*: в Европе профессор или врач – обеспеченный человек, в России – нет; в России «свинья» – во всех смыслах нечистоплотный субъект, в Японии – всего лишь толстяк). 3. *Энциклопедические ошибки*, к которым приводит незнание культурных реалий – имён литературных персонажей, ставших нарицательными, цитат из кинофильмов, ставших крылатыми выражениями, и т.п. 4. *Идеологические ошибки*. Интерпретация одних и тех же сюжетов (литературы, кино) в разных культурах может быть прямо противоположной. Гудков утверждает, что из рассказа А.П. Чехова «Смерть чиновника» японцы склонны выводить мораль, подобную «всяк сверчок знай свой шесток». В 1987 – 88 гг., когда «Полёт над гнездом кукушки» М. Формана пошёл в СССР широким экраном, автор настоящего учебника сама была свидетелем того, что публика в массе своей не понимала ни трагизма существования птенцов кукушкина гнезда, ни финального поступка индейца, живо сочувствуя только физическим страданиям главного героя в трёх сценах.

И всё же самая большая ошибка может случиться на уровне предотвращения межэтнических трений – это попытка из соображений политкорректности закрывать глаза на факторы, провоцирующие ксенофобию (в том числе вышеперечисленные коммуникативные неудачи). В странах с полиэтническим населением, в странах, принимающих большой поток иммигрантов, разработаны и совершенствуются способы адаптации инородцев в новой культурной среде. Часто

приезжие «лезут со своим уставом в чужой монастырь» вовсе не злонамеренно, а по незнанию «чужого устава».

Один из эффективных способов просвещения – *атрибутивный тренинг*. В ходе тренинга отрабатываются типовые ситуации межличностного взаимодействия иммигранта с «аборигеном», при анализе которых акцент делается на том, какие причины поведения будут приписывать друг другу участники данного взаимодействия, являющиеся носителями разных культур. В результате атрибутивный тренинг дарит много полезных открытий своим участникам.

Эффект тренингов подкрепляется использованием *культурного ассимилятора* (первые ассимиляторы были разработаны в 1960-е годы группой психологов под руководством Триандиса в Университете штата Иллинойс (США)). Эта техника повышения культурной сензитивности бывает особенно полезна на стадии подготовки индивида к вхождению в инокультурную среду. *Цель культурного ассимилятора, по определению Т. Стефаненко и А. Солдатенкова, – научить человека видеть ситуацию с точки зрения представителей чужой группы, понимать их видение мира.* Эксперты, представители обеих культур (А и Б) (к сожалению, проблематично создание универсального ассимилятора), подбирают ситуации, в которых носитель культуры А ведёт себя привычным для него (и неординарным для носителей культуры Б) образом. Затем к каждой ситуации (их может быть до от 35 до 200) пишутся четыре интерпретации поведения А – три – с точки зрения А, четвёртую (эта и является каузальной атрибуцией) – с точки зрения Б. При написании интерпретаций учитываются взаимные стереотипы, различия в ролевых ожиданиях, обычаи, особенности невербального поведения и пр.

Носитель культуры А считается тем более подготовленным к визиту в страну Б, чем больше интерпретаций учебных ситуаций с точки зрения Б от выбирает. Задача культурного ассимилятора просветительская, поскольку он предполагает не просто тестирование, но подробное объяснение причин культурологической ошибки в

случае неудачного ответа (пример ситуации: «Почему гостя-иностранка закрывается в отведённой ей комнате? Она нуждается в уединении? Ей нужно заниматься? Она не обратила внимания, закрыта ли дверь? Она обижена на хозяев?»).

По данным Н.М. Лебедевой, *аккультурации* иммигрантов способствуют, помимо атрибутивного тренинга и культурного ассимилятора, четыре типа программ: 1) тренинг самосознания (в ходе которого человек открывает культурные основания собственного поведения), 2) когнитивный тренинг (в ходе которого получает объективную информацию о другой культуре), 3) поведенческий тренинг и 4) тренинг обучения практическим навыкам. Вне зависимости от конкретных методов в этнопсихологии выделяются *четыре стратегии аккультурации*: ассимиляция, сепарация, маргинализация и *интеграция*. Последняя предпочтительнее, так как предполагает формирование у людей этнической толерантности при сохранении прежней позитивной этнической идентичности.

ТРЕТЬЯ ТЕМА. ОРАТОРСКОЕ ИСКУССТВО КАК КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ

1. Подходы к определению коммуникативной компетентности.

2. Составляющие коммуникативной компетентности. Атрибутивные процессы в общении.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Подходы к определению коммуникативной компетентности

Коммуникативная компетентность – предмет одной из дисциплин социальной психологии. Под коммуникативной компетентностью подразумевается умение достигать в общении своих целей, способность в нужный момент произнести нужные слова или не произносить ненужных.

Три основных направления психологии XX в. по-разному рассматривают проблему коммуникативной *некомпетентности*:

1) *Бихевиоризм* придерживается мнения, что неумение эффективно общаться с себе подобными – результат отсутствия навыка, влекущий за собой болезненную неуверенность, застенчивость, страх – то, что принято называть *социальным неврозом*. Посредством *научения* (проще говоря дрессуры) отсутствующий навык может быть сформирован, что приведёт и к исчезновению невроза.

Бихевиоральные методы формирования коммуникативной компетентности, действительно, эффективны, если речь идёт о *типовых ситуациях* общения.

2) *Психоанализ* исходит из противоположной позиции: невроз, корни которого, как правило, уходят в раннее детство, делает личность человека «закрытой для опыта», для приобретения полезных социальных навыков, в том числе.

Отсюда – и коммуникативная некомпетентность такого человека.

Психоаналитический метод формирования коммуникативной компетентности заключается в *расширении сознания*, то есть в интенсификации процессов осознания всех составляющих проблемной ситуации, в том числе внутриличностных. В этом случае компетентность в общении является не самоцелью, а приходит как следствие, как «побочный продукт» *личностного роста*. И только в этом случае можно говорить о компетентности в широком смысле слова, то есть об эффективности в *нестандартных ситуациях общения*.

Гуманистическое направление в психологии занимает позицию, сходную с психоаналитической.

3) *Когнитивная психология* считает, что к коммуникативной некомпетентности приводит непонимание ситуации. Был проведён эксперимент: три объекта были сфотографированы с разных точек в аудитории. Впущенные затем в эту аудиторию студенты должны были определить, какие места (кресла) позволяют получить эти ракурсы. *Вывод*: коммуникативная компетентность (эффективность в общении и лидерские качества) коррелирует с умением поставить себя на место другого (в прямом и переносном смысле), взглянуть на проблему с другой точки зрения.

Универсальная формула психолога К. Левина, объединяющая все три названные позиции:

$B = f(S; P)$, где В – поведение (бихевиоризм); f – функция; S – ситуация; P – личность.

*Формы работы по развитию коммуникативной компетентности*²¹:

- 1) индивидуальные консультации;

²¹ Примеры упражнений авторского спецкурса С.Н. Лютовой по формированию коммуникативной компетентности см. в Приложении.

2) групповые консультации:

а) психодрама; б) «большой семинар»;

3) социально-психологические тренинги (СПТ):

а) специализирующие; б) универсализирующие.

Одним из примеров оригинального подхода является так называемый EST (Эрхард-семинар-тренинг). Его создатель психолог Вернер Эрхард (США) работает одновременно с сотнями человек (в зале или «в поле»).

Методы и этапы его работы:

1) шок (в целях изменения состояния сознания, а следовательно – восприимчивости):

а) участники семинара начинают с переправки по канатной дороге через каньон; б) используется метод гипервентиляции лёгких; в) используется метод «фрустрирующего обучения» (ведущий не стесняется в выражениях при обсуждении промахов участника тренинга);

2) работа с метафорами (показывая, что такое «пристройка» в беседе, ведущий тренинга даёт наглядное о том представление, приглашая на танец даму);

3) видеотренинг позволяет расширить осознание автоматизмов своего поведения;

4) психодрама с последующим групповым обсуждением помогают понять стратегию своих и чужих поступков.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Составляющие коммуникативной компетентности. Атрибутивные процессы в общении

Составляющие коммуникативной компетентности:

I. Необходимые, но не достаточные (нормативные, составляющие «нулевой ступени»):

1. Умение говорить на языке и доходчиво изъясняться невербально.

2. Минимальное соблюдение обычаев и норм этикета, характерных для данной страны, социальной группы, компании, конкретного собеседника.

3. Личностные и социальные характеристики (внешняя привлекательность, природная и благоприобретённая, коммуникабельность, социальный статус семьи, группы членства).

4. Умение начать и поддержать разговор (умение задавать «открытые вопросы», говорить комплименты, проявлять участие и так далее).

5. Умение сказать «да» и «нет».

6. «Чувство границ» неуверенного / уверенного / агрессивного поведения.

7. «Чувство границ» между деловой / светской / личной беседой.

II. Не необходимые, но достаточные составляющие коммуникативной компетентности (*метаболы отправителя*, гарантирующие эффективность коммуникации):

1. Осознание собственной мотивации и целей в ситуации общения.

2. Доверие к себе, как следствие – наличие индивидуального стиля.

3. Выбор верного соотношения спонтанности и актёрства в своём поведении в каждой конкретной ситуации.

4. Осознание и прогнозирование развития ситуации на основе: 1) активного слушания, 2) безошибочности атрибуций в общении.

5. Владение коммуникативными техниками.

Атрибутивные процессы в общении.

Британский психолог Ром Харе (*Rom Hare*), автор *теории действия*, утверждает, что разные описания придают разный статус происходящему. Например, *статус операции*: «их пальцы прошли сквозь кольца», *статус действия*: «они надели кольца», *статус поступка*: «они обручились». **Действие всегда есть не только нечто происходящее, но и его сознательная интерпретация.**

Коммуникативная компетентность в теории действия – искусство создавать выгодную интерпретацию своих поступков и проницательность в отношении поступков противника.

Интерпретировать – «означить» нечто. Политический авторитет зарабатывается не столько поступками, сколько победой в борьбе за их интерпретацию.

Каузальная атрибуция («приписывание причины») – интерпретация причин поведения другого человека в условиях недостаточности информации об этих причинах. Этим занимаются все, поскольку людям свойственно не только наблюдать явления, но и анализировать их с целью осмысления происходящего.

Предполагаемые причины люди «извлекают» из собственного прошлого опыта или логически пытаются их конструировать на основе представлений о возможных собственных мотивах поведения в подобной ситуации.

Теория социальной атрибуции утверждает, что индивид *приписывает* на основании представлений о той группе, к которой принадлежит объект, и представлений собственной группы.

Ошибки атрибуции зависят от того,

а) уникально или типично действие (чаще ошибки наблюдаются в первом случае),

б) социально приемлемо оно или нет (если нет – большой простор для интерпретаций и ошибок),

в) от принципа отбора причин (*обесценивание* – отбрасывание причин, имеющих альтернативу, *усиление* – приписывается чаще причина, которая чем-либо усилена: *Саша блестяще ответил, потому что он умный, ведь ему достался трудный вопрос*);

г) от позиции субъекта восприятия (участник или наблюдатель).

Типы приписываемых причин: 1) *личностные* (зависящие от представлений о личности того, кому приписывают причины); 2) *обстоятельственные* (зависящие от интерпретации ситуации, в которой оказался тот, кому приписывают причины); 3) *объектные* (причина приписывается объекту, на которое направлено действие).

Наблюдатель чаще использует личностную атрибуцию, участник – объектную или обстоятельственную (*те, которые не сдали зачёт, будут утверждать, что психология – трудный предмет или что «препод придирался», а уже сдавшие зачёт «наблюдатели», между тем, будут уверены в неспособности или неподготовленности провалившихся*).

Приписываются не только причины, но и намерения, чувства, качества, ответственность за что-то, поэтому говорят не только о каузальной атрибуции, но об *атрибутивных процессах* вообще, которые наблюдаются, разумеется, не только в ходе межкультурной коммуникации.

Люди осуществляют атрибуцию быстро и категорично. В результате экспериментов было выявлено *два основных класса ошибок атрибуции:*

1. Фундаментальные ошибки:

а) ложное согласие (моя точка зрения – норма, он не согласен – значит он дурак, ненормальный, преступник);

б) неравные возможности (умнее кажутся экзаменаторы из-за их ролевой позиции, хотя это не всегда так);

в) большее доверие к фактам, а не к суждениям (личность как факт, к ней обращён первый взгляд, обстоятельства же ещё надо обнаружить);

г) ложные корреляции (произвольные соединения личностных черт как обязательно сопутствующих друг другу, стереотипы, иногда научно-популярного происхождения: низколобые – тупы, блондинки – дуры, полные – добряки и т.п.);

д) игнорирование информационной ценности «неслучившегося» (мальчик забрался в учительскую тайком, но он не вор, так как ничего не украл, хотя имел возможность).

Фундаментальные *ошибки атрибуции часто зависят от культурных факторов* (например, европейский индивидуализм заставляет личностные причины ставить выше обстоятельственных), *от локуса контроля* индивида (во внутреннем или во внешнем мире он ищет причины успехов и неудач)

2. Мотивационные ошибки атрибуции:

а) стремление сохранить самооценку в ходе приписывания причин поведения другому (эксперимент Тибо и Риккена: студенту предложено убедить «первокурсника» и «свежего кандидата» стать донорами. Оба соглашаются. Студент считает, что последний самостоятельно принял такое решение, а «первокурсника» он сам уговорил. Сказалось влияние статуса);

б) в случае своего успеха случившемуся приписываются внутренние причины, в случае неуспеха – внешние («я получил «пятёрку», потому что я такой умный, а двойку – потому что экзаменатор – негодяй»). В отношении других лиц возможны варианты;

в) успехам более успешных приписываются внутренние причины, их поражениям – внешние; успехам менее успешных приписываются внешние причины, их неудачам – внутренние («Петя способнее, чем я. Он получил «пятёрку», потому что умный, а «четвёрку», потому что у него болела голова. Миша –

менее способный, чем я. Он получил «пятерку», потому что дуракам везёт, а «тройку», потому что именно её и заслуживает).

Причины, которые индивид приписывает, имеют важные последствия прежде всего для него, так как в итоге определяют картину мира индивида и всю совокупность его социальных связей.

ЧЕТВЁРТАЯ ТЕМА. РИТОРИКА НА ПЕРЕСЕЧЕНИИ ЛОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ЛИНГВИСТИКИ

1. Риторика: теория и практика. Эволюция предмета.
2. Логика и составляющие ораторского искусства.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Риторика: теория и практика.
Эволюция предмета

Человек, представляющийся учителем красноречия, прежде всего, демонстрирует самонадеянность: высока ответственность являть себя в качестве эталона. Утешает вот что: 1) учатся и на ошибках (чужих, так что вы сможете – на моих); 2) ответственность я разделяю со всеми ораторами, которые, сами того не зная, тоже станут вашими преподавателями *психологии ораторского искусства*. Среди них окажутся и блистательные риторы, и те, кого американский психолог А. Монро разделил на следующие категории: *актёр, оракул, отшельник, болтун, «обиженный» (козёл отпущения)*; 3) наконец, на лекциях я единственная в этой аудитории буду учиться *практической риторике*: учится тот, кто говорит.

Под *практической риторикой* подразумевается «мастерство целесообразной, воздействующей, гармонизирующей речи» (определение А.К. Михальской). Красноречие («сладкоречие», по М.В.Ломоносову) – это способность нейтрализовать врагов и завоевать сторонников посредством пленительной силы звучащего слова.

Логика обращена к рациональному началу в человеке, овладение ее законами воспитывает дисциплину ума. Однако доводы рассудка воздействуют лишь на тех, кто испытывает эстетическое удовлетворение от красоты логического построения. Мало того, чем выше логические способности, тем успешнее человек может оправдать свой несуразный поступок. Часто парадоксальные, алогичные суждения и более

убедительны, и более полезны: они открывают новые горизонты.

Риторическое мастерство является свидетельством зрелости целостной личности, не только рациональной сферы. Формирование риторических навыков, в свою очередь, – это процесс воспитания личности.

Три сферы психики в психоанализе, по З.Фрейду и по К.Г.Юнгу, – постоянные адресаты любого риторического высказывания (Я, Сверх-Я, Оно, коллективное бессознательное). Рационализация – один из защитных механизмов личности, по Фрейду. Не он ли включается, когда убеждение сводят к логической аргументации?

Теоретическая риторика, которой будет посвящен мой курс, – это наука о психологических закономерностях всякого коммуникативного воздействия. Цель коммуникативной компетентности (риторики) как учебного предмета – «снабдить человека знаниями, необходимыми для превращения его речевого поведения в речевую (риторическую) деятельность – там и тогда, когда это необходимо, то есть дать ему возможность стать подлинно человеческим. Это и делает риторику дисциплиной гуманизирующей, очеловечивающей» (А.К. Михальская).

Речевое поведение – следующая ступень после сигнальной речи животных. Спонтанная знаковая речь не предполагает осознанного целеполагания (слово – не воробей: вылетит – не поймаешь, язык мой – враг мой и т.п.).

Речевая деятельность (РД) (которую изучает и которой обучает теоретическая риторика) – это высшая форма человеческого речевого поведения, предполагающая наличие вербально отрефлектированной цели, диктующей осознанный выбор средств для её осуществления. РД предполагает также умение «властвовать собой», контролировать своё и чужое поведение, сознавать возможные последствия своих и чужих действий в вербальной форме. В этом случае мотив подчиняется цели (иногда и подавляется ею), а цель организует речевые действия в определённую последовательность, в систему.

Сферы приложения коммуникативной компетентности нет нужды перечислять (политика, дипломатия, все ситуации переговоров и публичных выступлений, юриспруденция, теле- и радиожурналистика, академическая сфера. Начинается же с малого: обворожить родителей порывом своего свободолюбия, произвести впечатление на девушку...и на инспектора ГАИ, сдать зачёт, наконец!).

Теоретическая риторика зародилась в античности как единство философии, этики, лингвистики, психологии. В процессе дифференциации науки в ней постепенно выделились самостоятельные дисциплины: стилистика, психолингвистика, культура речи, этология человека, коммуникативная компетентность как социально-психологическое направление и др.

Эволюция предмета риторики: умение убеждать – формальный эстетический подход – рамки гомилетики – Ренессанс, развитие светского красноречия, но продолжающийся застой в теории коммуникативной компетентности – возрождение теоретической риторики в XX в., связанное с попыткой выделить механизмы речевого воздействия.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Логика и составляющие ораторского искусства

Логика (от греч. *logos* – слово, мысль, речь, разум) – совокупность наук о законах и формах человеческого мышления, анализ методов рассуждений, учение о критериях истины и правилах познания.

Формальная логика (её первая ступень – традиционная логика, высшая ступень – математическая логика) изучает формы мыслей и их сочетаний в отвлечении от конкретного содержания понятий, суждений, умозаключений и доказательств.

Значение логики в том, что она учит, как правильно по форме построить рассуждение, чтобы, при условии верного

применения формально-логических законов, прийти из истинных посылок к истинному выводу, расширяющему наши знания.

В основе данного понимания значения логики – *принцип непротиворечивости мышления*, открытый Аристотелем: *две противоположные мысли, взятые в одно и то же время, в одном и том же смысле, в одном и том же отношении, вместе не могут быть истинными.*

Сначала задачей логики считали проверку и обоснование истинности, затем (благодаря Ф. Бэкону), с начала XVII в., логику стали рассматривать как инструмент новых научных открытий.

Логическая форма носит *принудительный характер*, заставляя сделать необходимый вывод из принятых посылок, и может быть записана формулой.

Например, *третья фигура простого категорического силлогизма*: Все А суть В, все А суть С, следовательно, некоторые С суть В (все матери являются дочерьми, все матери – чьи-то дети, значит, некоторые дети – дочери).

Существуют формально-логические законы:

1) *тождества* (А есть (=) А);

2) *противоречия* (неверно, что А и не-А: не могут быть одновременно истинными две противоположные мысли об одном и том же, взятом в одно и то же время, в одном и том же отношении);

3) *исключённого третьего* (А есть либо В, либо не-В: из двух противоречащих высказываний в одно то же время, в одном и том же отношении одно непременно истинно) и

4) *достаточного основания* (если есть В, то есть его основание А: всякая истинная мысль должна быть обоснована другими мыслями, истинность которых доказана).

Аксиома – истинное суждение, которое принимается без доказательства, так как многократно подтверждалось на практике. Системы аксиом изменяются, совершенствуются в процессе исторического развития познания (пример: неевклидова геометрия Н.И. Лобачевского).

Философия, психология, логика и лингвистика вновь собрались под эгидой Риторики, чтобы обнаружить, что, помимо формальной логики, существует неосознаваемая нами *логика функционирования глубинных структур психики (психологическая, неформальная, логика)*. Именно по законам этой логики живёт ораторское искусство.

3. Позволю себе здесь вспомнить моих собственных учителей ораторского искусства, каждый из которых, как оказалось, одарил меня неким знанием, умением, из которых и складывается коммуникативная компетентность. Прежде всего, хочу процитировать фрагмент из лекции Елизаветы Петровны Кучборской, чьей студенткой мне довелось быть. Лекция была посвящена творчеству Оноре де Бальзака. *«Слово «логика» Бальзак произносил так же почтительно, как и Стендаль, который разделял даже этот термин на слоги. Всмотритесь в этот термин, вдуматься... Вот у Стендаля в книге «О любви» и в других его работах есть упоминание о зальцбургской ветке. Стендаль припомнил обычай, который существовал в Австрии. Зальцбург, заброшенные соляные копи... Жители Зальцбурга осенью, собирая с деревьев, уже потерявших листву, голые ветки, бросали этот букет, что ли, из голых ветвей в глубины заброшенных шахт и забывали... И забывали... А весной извлекали этот букет за верёвку, привязанную к нему, извлекали букет наружу. И это в самом деле букет! Он светился всеми цветовыми оттенками, сформировалось множество кристаллов, сверкающих, голубых, зеленоватых, золотых, алых кристаллов. «Подземная работа страстей!» – говорил сам Стендаль, любуясь этим букетом. Зальцбургская ветка... Итак, вот логика. Наука логика. Логическое мышление! С глубочайшей почтительностью относились к нему Оноре Бальзак и Стендаль.»*

«Логика кристаллизации на зальцбургской ветке» – и есть та самая логика глубинных структур психики. Но процитировала я профессора Кучборскую еще и для того, чтобы иллюстрировать одну из составляющих ораторского искусства, а именно *умение породить в слушателе мысль* (собственные открытия мы помним лучше, чем даже хорошо

выученные уроки). Елизавета Петровна в высшей степени обладала этим талантом. Кто-то назвал ее лекции в МГУ «театром интеллекта»... Для меня идеальный оратор – всегда актёр этого театра.

К сфере непосредственно театра относятся умения, которые преподавала мне когда-то режиссёр детской студии художественного слова, актриса в прошлом, Евгения Михайловна Ростова. *Этика и техника речи* (артикуляция, дикция, соблюдение орфоэпических норм), *декламация*... Однако главное, за что я благодарна Ростовской, – это за *владение экспрессивной, демонстративной речью*. «Красить!» было её первым требованием к нашему подчас «пономарскому» исполнению. Все мы испытываем эмоции, но не всем дано адекватно выражать их в речи. На собственном опыте знаю, что этому можно научиться (Ростова использовала технику «заражения» эмоцией, мимическую помощь со стороны «идеального слушателя», никогда не демонстрируя, как надо).

Последний, кому я хочу выразить благодарность, – еще один мой университетский преподаватель, Валерий Викторович Петухов, познакомивший меня некогда с общей психологией. Помимо хороших актёрских данных, он обладал эрудицией, виртуозным искусством не излагать, но *показывать* то, о чём говорил, просто обладал **интеллектом** – умением **обнаруживать скрытые связи явлений и открывать неожиданный ракурс**.

Каждый оратор отличается индивидуальным стилем, имитация которого невозможна, однако наличие образцов необходимо для обнаружения собственной манеры. Желаю, чтобы вам было кого вспомнить с благодарностью.

В следующий раз мы с вами будем говорить об античной риторике. Чтобы «перекинуть мостик» к той лекции, я прочитаю небольшой фрагмент из первой главы «Илиады» Гомера. В нём, мне кажется, запечатлён момент рождения искусства политической риторики.

Царь Агамемнон требует за Хрисеиду, возвращённую отцу, отдать ему пленницу Ахилла. Ахилл готов уже поднять

меч на Агамемнона, но тут, незримая для прочих, его хватает за вихры Афина, богиня разума, и:

«Сыну Пелея рекла светлоокая дщерь Эгиоха:
«Бурный твой гнев укротить я, когда ты бессмертным
покорен,
С неба сошла; ниспослала меня златотронная Гера;
Вас равномерно обоих и любит она, и спасает.
Кончи раздор, Пелейон, и, довольствуя гневное сердце,
Злыми словами язви, но рукою меча не касайся».

/Ахилл следует её совету.../

...Так произнёс и на землю стремительно скипетр он
бросил,
Вкруг золотыми гвоздями блестящий, и сел меж царями.
Против Атрид Агамемнон свирепствовал сидя...»

«Свирепствовал сидя»... Вот с умения так поступать, мне
кажется, и начинается риторика.

ПЯТАЯ ТЕМА. АНТИЧНОЕ КРАСНОРЕЧИЕ И СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ

1. Софистика и современные психологические теории.
2. Майевтика Сократа. Этические аспекты риторики.
3. Риторический идеал и ораторы античности.

Архаические истоки ораторского искусства. Не всегда, особенно в первобытные, доисторические времена, те, кто генерировал политические идеи, был способен облечь их в вербальную форму, тем более добиться их поддержки и одобрения у соплеменников. Тогда и обнаружилось, что встречаются люди, которые не только «всё понимают, но и сказать» могут. Талант этих людей ценился на вес золота.

«Спикеры» не были просто глашатаями, они были соавторами идеи, творили её, явившуюся в интуиции прозорливого вождя, в слове. Однако дар их был именно риторический, если не сочетался с политическим даром. (Вспомните американский фильм «Баффало Билл и индейцы» с Полом Ньюманом и Уиллом Сэмпсоном). Иного рода словесный дар имели знахари и ворожеи (разряд шаманов, практикующих, главным образом, вербальную магию, а не фармацевтическую, пластическую и так далее).

В заговорах с особенной ясностью выступает непостижимый, магический характер, который приписывался языку. *Заговор* – «малый» фольклорный текст, служащий магическим средством достижения желаемого. Заговоры отличаются ярким своеобразием семантики, структуры и языка, сопрягают реальную ситуацию с «заместительной». Синтаксические и словообразовательные средства используются в заговорах для создания жёсткого смыслового и формального ритма²².

²² Славянские древности: Этнолингвистический словарь. – Т.2, М., 1999.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Софистика и современные психологические теории

Горгий Леонтийский (ок. 483– 375 гг. до н.э.) первым, насколько нам известно, возводит в художественный принцип ряд приёмов фольклорного *заговора*: использование метафоры в устной речи (заставить слушателя сновидеть наяву), использование *горгиевых фигур* (предложение делится на равные части, противопоставленные, по смыслу и созвучные концами, при этом используются прозаический ритм, специфические интонации, телодвижения).

Горгий в 427 г. до н.э. прибыл с Сицилии в Афины в составе посольства, чтобы заручиться поддержкой афинян против Сирокуз. И потряс их своими речами, позже – теорией, центральным вопросом которой был «как относятся к окружающему миру наши мысли о нём?»

Это и стало центральной проблемой *софистики*. Софистами, одним из которых и был Горгий, стали называть первых платных учителей красноречия, которые предпочитали славу учителей мудрости. Они не принадлежали к какой-то формальной школе, однако разделяли общую позицию по отношению к *истине*, которая нашла выражение в формуле Протагора из Абдеры (ок. 480 – 410 гг. до н.э.): «Человек есть мера всех вещей: существующих в их существовании и несуществующих в их несуществовании». Всё, что представляется кому-то, то и существует, но лишь относительно этого человека. Воспринимают же все по-разному в зависимости от нрава, состояния натуральности или противоестественности своей жизни. Даже для одного и того же человека ничто не бывает истинным раз и навсегда, ибо и он сам со временем становится другим. *Мудрый тот, полагал Протагор, кто сумеет превратить случившееся с нами зло (кажущееся и действительное) в кажущееся и действительное добро.*

Концепция Протагора, вероятно, родилась под влиянием теории изменчивости Гераклита (умершего за три года до

рождения софиста) и определённо имела следствием философское направление скептицизма, оформившееся в I в. до н.э. в «десяти причинах относительности истины» Энезидема. Причины эти в различии – живых существ, людей, органов чувств, состояний, положений, расстояний и мест, явлений по их связям; также в смешанном бытии воспринимаемого объекта с другими объектами, в относительности вообще, в зависимости от количества восприятий, от образования, нравов, законов, философских и религиозных взглядов. Но вернёмся от философии к софистике.

Протагор считается автором книг «Истина», «Великое слово», «Противоречия», известных нам лишь по фрагментам и комментариям.

Горгий известен как автор речи «Похвала Елене» и трактата «О не-сущем, или О природе», в котором концептуальная позиция выражена в трёх принципах: 1) ничто не существует; 2) если и существует, то непознаваемо; 3) если и познаваемо, то неизъяснимо ни для кого.

Из этой позиции следовало, в частности, то, что общественные и нравственные нормы не присущи людям от природы, а являются результатом соглашения между людьми, поэтому один из принципов коммуникативной компетентности гласит: *всё может быть оспорено*.

Антифонт, представитель уже поздней софистики, утверждал: «Справедливость – соблюдение общественных законов. Но закон – тиран, часто действующий против природы, веления которой необходимы. Кто тайно нарушит закон, страдать от позора или кары не будет. Кто же нарушит веление природы, тайно или явно, узнает многие бедствия. То, что определено природой, приносит человеку свободу».

Задача софистов – отстаивать право человека на свободу, свободу Оно от чрезмерных требований Сверх-Я в том числе право на следование природному закону, право на хитрость в отношении закона социального. Считалось, что Гермес дал людям риторику, Одиссей, его потомок, был блестящим оратором, хитроумным и изворотливым. Истина относительна и поэтому множественна. Нет истинного и ложного, есть

сильное и слабое. *Красноречие способно сделать слабое сильным.* Вот и вся риторическая хитрость.

Цель софистов – научить искусству доказывать с одинаковой убедительностью даже взаимоисключающие положения. Такое искусство было чрезвычайно востребовано во II половине V в. до н.э. в Аттике, где наблюдался расцвет афинской демократии, где необходимость выступать с речами в Совете и Народном собрании была насущна.

Значение софистов было ещё и в том, что они явились первыми теоретиками языкознания. Я имею в виду не только, например, фактическое создание Продиком синонимии, не только то, что софисты явились основателями художественной прозы как литературного жанра (в дополнение к лирике и эпосу) и создателями публицистики. Наконец, не только то, что они классифицировали ораторскую прозу, выделив *совещательные (политические), судебные и эпидиктические (торжественные) виды речей.*

Софисты, предложили *альтернативу философской онтологии.* Согласно последней, слова – заместители реальных объектов мира, в понятиях удваивающие мир, копирующие его. И мы реагируем на слова, как павловские собаки на звонок, вызывавший в их памяти образ мяса. Горгий же в «Трактате о не-сущем» осмелился утверждать: «Не речь служит представлением внешнего мира, но внешний мир становится тем, что раскрывает речь». Софисты утверждали в правах *психическую реальность.*

На место онтологии является *логология,* согласно которой бытие есть эффект высказывания. «Не объект воздействует через посредство слова, но непосредственно само слово создаёт нечто вроде объекта: чувство, мнение, веру в ту или иную реальность, состояние мира, саму реальность, наконец», – так комментирует мысль Горгия Барбара Кассен в своём философском исследовании «Эффект софистики» (М.-СПб., 2000).

Сам Горгий в «Похвале Елене» говорит о слове: «Слово – величайший владыка: видом малое и незаметное, а дела творит чудесные – может страх прекратить и печаль отвратить,

вызвать радость, усилить жалость... Боговдохновенные заклинания напевом слов сильны... сливаясь с души представлением, мощь слов заклинаний своим волшебством её чарует, убеждает, перерождает... И сколько, и скольких, и в скольких делах убедили и будут всегда убеждать, в неправде используя речи искусство!..»

«Похвала Елене» Горгия осталась как образец «двойных речей», упражнения, используемого софистами при обучении риторике. Оратор должен был быть одинаково убедителен в речах «за» и «против», не имитируя правдоподобие, а реально умея взглянуть на проблему с разных точек зрения (одинаково истинных, как мы помним). Личность Елены Троянской неоднозначна, как и неоднозначный мир вокруг нас, она создаётся многообразием интерпретаций.

Всё вышеизложенное можно считать предтечей следующих психологических концепций XX века:

1) теория «конструктивного альтернативизма» Джорджа Келли (когнитивная психология): психолог может помочь увидеть два профиля, обращённые друг к другу, вместо бокала, который, наконец, просто растворится в аморфном фоне (иллюзия «Ваза Рубина»);

2) феноменализм Карла Роджерса (гуманистическая психология);

3) гештальт-психология (восприятие рисунков Рубина и Боринга как метафор множественной истины).

Горгий советовал: «Серьёзность противника следует убивать шуткой, а шутку – серьёзностью». *Софистические шутки*, имевшие целью вывести из себя противника, лишить его хладнокровия, а значит, способности рассуждать, звучали следующим образом: «Чего ты не терял, то имеешь, верно? Ты не терял рогов, значит, ты рогат!»

Подобные дразнилки послужили тому, что термин «софистика» позже стал нарицательным для высказываний, содержащих намеренные логические нарушения и определённый аморализм. Негативное отношение к софистике

пошло со времён Сократа и Платона, утверждавших наличие объективной и единственной истины. Но шутки играл со своими собеседниками и сам Сократ.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Риторический идеал и ораторы античности

Майевтика – метафорическое повивальное искусство Сократа, посредством которого он, не владеющий якобы истиной, помогал душам собеседников разрешиться от бремени этой истиной, зреющей в них исподволь. Но великий учитель Платона применял, не зная, что через две с половиной тысячи лет их так назовут, и методики НЛП (нейро-лингвистического программирования). Проиллюстрируем методику *трёх «да»* фрагментом из диалога Платона «Горгий». Говорят Сократ и Пол, младший софист:

– Всегда, какое действие совершается, такое же в точности и испытывается?.. И если разрез длинный, или глубокий [тот, кто], или болезненный [тот, кого], тело получает такой именно разрез, какой наносит режущий?

– Видимо, так.

– Кто карает по заслугам, творит справедливое, то есть прекрасное дело?

– Да.

– Стало быть, тот, кого наказывают, испытывает на себе прекрасное дело?

– Да.

– Всё прекрасное есть удовольствие или польза, то есть благо. Значит, наказание – благо для того, кто его несёт. И очищает душу.

Собеседники договариваются до того, что красноречие стоит использовать только против провинившегося

родственника или друга, чтобы принести ему пользу и выздоровление души (даже ценой его смерти). Выгораживать же следует врага. Вот чем кончается спор:

Пол: – Нелепо, но логично. Не шутишь ли ты?!

Калликл: – Сократ, мне кажется, ты озорничаешь в речах, совсем как завзятый оратор.

Сократ: – Ведь я, о чём бы не говорил, могу выставить лишь одного свидетеля – собеседника, с которым веду разговор... А истина одна.

Методика *трёх «да»* заключается в том, чтобы усыпить бдительность поддакивающего очевидному собеседника и постепенно произносить всё более спорные суждения, пока тот будет продолжать поддакивать по инерции. Наконец, он обнаружит себя в противоречии самому себе. (Как в «Малыше и Карлсоне» А.Линдгрэн, когда фрёкен Бок спросили, прекратила ли она пить коньяк по утрам, – тоже типичный *софизм*).

Снова вернёмся к спору об истине. Эта тема была актуальна не только для спора Сократа с софистами, она всегда остаётся открытой и в исторической перспективе. Афинский оратор Демосфен (384–322 гг. до н.э.) начал с воспитания себя как оратора и с того, что «двойные речи» отрабатывал в суде, где писал их одновременно и для истца, и для ответчика по одному делу.

Но прославился Демосфен своими «филиппиками», знаменитыми речами против экспансии македонского царя Филиппа (отца Александра Македонского) за сохранение афинского демократического строя. Его оппонентом выступал оратор Эсхин, вынужденный бежать из Афин после очередной риторической победы над ним Демосфена. Эсхин признал поражение и восхищался такими (дошедшими и до нас) речами Демосфена, как «О предательском посольстве» и «За Ктесифонта о венке».

Однако истории было угодно, чтобы Демосфен стал свидетелем торжества дела, сторонником которого был Эсхин. Афинская демократия и независимость пали.

На чьей стороне была истина в историческом споре Эсхина с Демосфеном – остаётся невыясненным.

Марк Тулий Цицерон (106–43 гг. до н.э.). Риторические трактаты-диалоги – «Брут», «Оратор», «Об ораторе».

Риторический идеал Цицерона: в арсенале оратора должны находиться: философия, история, законы, этика, психология, логика, поэзия, государственное мышление, общая эрудированность, внешние и актёрские данные. Оратор должен уметь поднимать частный вопрос до уровня всеобщих принципов. «Оратор должен соединять в себе тонкость диалектика, мысль философа, язык поэта, память юриста, голос трагика, жесты и грацию великих актёров».

Три задачи ставил Цицерон перед оратором: доказать, доставить наслаждение, воздействовать на волю. При этом равно уметь пользоваться всеми видами речей и *тремя стилями*: низким (спокойным), средним (изящным) и величавым (патетическим, возвышенным). *Требования к речи*: ясность, простота, богатство выразительных средств.

Марк Фабий Квинтилиан (30–96 гг. н.э.) возглавил в Риме кафедру латинской риторики в Публичной школе красноречия. Ратовал за стиль Цицерона (против позёрства «нового стиля»). Трактат Квинтилиана «Обучение оратора» – об универсальном образовании оратора, которое приблизило бы его к цицероновскому идеалу.

ШЕСТАЯ ТЕМА. ОБЩЕЕВРОПЕЙСКИЙ РЕНЕССАНС. РИТОРИКА В ДРЕВНЕЙ РУСИ

1. Место риторики в культуре Ренессанса (XIII–XVI вв.).
2. Красноречие на Руси (XI–XIII вв.).
3. Риторика Древней Руси как зеркало общественных противоречий.

Введение. Культура, к которой мы прикоснулись на прошлой лекции, явилась эталоном для становления латинской культуры, цивилизации Древнего Рима. Греция, ставшая провинцией Римской империи, являлась чем-то вроде университета.

Языческие времена сменились христианскими, настало время Средневековья, расцвета философии схоластики и преобладания духовного христианского красноречия. Ораторское искусство претерпело значительную трансформацию.

Сохранился *античный канон построения речи*: *инвенция* (изобретение того, что сказать), *композиция* (*диспозиция* – расположение частей), *элокуция* (выражение, украшение словами), *мемория* (запоминание) и *акция* (действие, произнесение).

Но был утрачен риторический идеал Цицерона, согласно которому «оратор должен соединять в себе тонкость диалектика, мысль философа, язык поэта, память юриста, голос трагика, жесты и грацию великих актёров». *Гомилетика* (искусство проповеди) ограничивала свободу оратора христианской догматикой. Проповедник выбирал лишь *как* сказать, а не *что*. Риторика была сведена к украшению речи (буквально к *красноречию*), что привело к распаду мысли и языка.

Однако успехи в распространении христианства говорят и об успехе «звучащего слова церкви». Так, брат Ришар, исповедник Жанны д'Арк, в 1429 г. проповедовавший в Париже, собирал толпы верующих. Оливье Майар, в 1485 г.

проповедовавший в Орлеане, был столь популярен, что после его отъезда два месяца чинили крыши, обвалившиеся под тяжестью слушателей. (Невольно вспоминается одна из шуток Оскара Уайльда, на которые тот был мастер (кстати, Уайльд считался блестящим оратором): «Я тут придумал новую христианскую ересь. Оказывается, Христос оправился после распятия и, восстав из гроба, жил до глубокой старости... Однажды в город, где он жил, пришёл апостол Павел, и он один из обитателей плотницкого квартала не пошёл слушать его проповедь»²³. Так что не ясно, везде ли, где ломятся крыши, присутствует Христос...).

Впрочем, испанский священник Винцент Феррер, славившийся красноречием и даже вынужденный проповедовать за деревянной оградой (от напора почитателей), не только хорошо говорил, но и рыдал вместе с прихожанами, и прославился своей миротворческой деятельностью: он добился заключения 123 мирных актов. К сожалению, письменное изложение речей никогда не может в полной мере передать ораторский талант.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Место риторики в культуре Ренессанса (XIII–XVI вв.)

Ренессанс (или Возрождение) – философско-эстетическое течение в европейской культуре. Кульминация его приходится на XIV–XV вв., но первые признаки обнаруживаются некоторыми исследователями ещё в XII в. Суть Ренессанса – в *возрождении* античных наук и искусств, в новом, гуманистическом, понимании человека.

Гуманизм – культурное направление, ориентированное на античный идеал человека, утверждавшее светское свободомыслие, творческий индивидуализм и универсальность индивида (его сопричастность всем знаниям и видам деятельности, полноте и богатству жизни). Основа

²³ Эллман Р. Оскар Уайльд: Биография. М., 2000. С. 408.

гуманистического образования – гуманитарные знания, греческий и латынь; «универсальный человек» обладает честью, достоинством, добродетелями и действенным знанием. Гуманизм провозглашал также свободу воли человека, свободу мыслить и говорить. Создание *первых европейских университетов* явилось откликом на потребность в формировании людей, отвечавших подобному идеалу.

Риторика Ренессанса видела своим предметом не истину, но мнение, приближающееся к постижению истины. Цель Риторике – речевой поступок как изменение жизни. *Цель оратора* – просвещение аудитории, формирование независимости суждения. Издаются словарики языка Цицерона, отрицается «средневековый Аристотель», зато – интерес к его трудам по риторике и теории аргументации. В моде – неоплатонизм.

Пико делла Мирандолла (1463–1494) в трактате «Речь» утверждал, что философия без риторики (то есть без публичных диспутов) – ленивая и сонная. Спор – вид состязания, необходимый для выявления и защиты истины. Лоренцо Валла, гуманист, в трактате «О наслаждении» говорит, что риторику надо привлечь для обновления христианской мысли. Он против схоластического богословия, схематизма, против формальной логики. Искусство риторики, считает он, предполагает живое языковое мышление. Предметом риторики может быть всё изъяснимое.

Сплав язычества и христианства вообще становится эстетической нормой. Он характерен для Данте, Леонардо да Винчи, Бокаччо. Петрарка (1304–1374) первым заговорил о *светлой античности*, о подражании древним, об очищении древней латыни от мертвящей схоластики. Он утверждал родство поэзии и правды. Античность для людей Возрождения лишена реальности, она – объект ностальгии. Утраченная безвозвратно, она может быть обретена лишь в духе. В каждой культуре прошлого – нераскрытые и неосознанные (ею самой) возможности. Культура, пришедшая ей на смену, способна открыть их. В соприкосновении культур – их обогащение. Обращаясь к прошлому, устремляются в будущее.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Красноречие на Руси (XI–XIII вв.)

Академик Д.С. Лихачёв в 1985 г. в своей статье «"Слово о полку Игореве" и культура его времени» утверждает, что Ренессанс был не только западноевропейским, но общеевропейским явлением, затронувшим в XII в., в самом своём начале, и наше с вами отечество. Лихачёв пишет: «Аналогичное древнерусскому возрождение язычества в XII в. в Западной Европе... отмечает общее условие этого возрождения: язычество перестало быть опасным для христианства... Пережитки язычества – явления эстетического порядка».

О том, насколько Дмитрий Сергеевич был прав, мы поговорим позже. Теперь же я хочу отметить, что «пережитки язычества» в красноречии Древней Руси заметны уже с XI в. Красноречие тогда питалось из *двух источников*: 1) наследие византийского и южнославянского церковного красноречия; 2) языческая образность русского фольклора.

Первыми ораторами, тексты речей которых до нас дошли, были Иларион (первый русский, не из греков, митрополит Киевский, поставленный в 1051 г. Ярославом Мудрым, сыном Владимира Святославича, братом св. Бориса и Глеба), Феодосий Печерский, Кирилл Туровский.

Два основных жанра определяются в ораторском искусстве Древней Руси: *поучение* в дидактическом красноречии (учительском) и *слово* в панегирическом (торжественном). Поучение произносилось как моральное наставление, слово – как речь по поводу церковных и исторических дат, по поводу политических событий.

Рассмотрев пасхальную речь Кирилла Туровского «Слово об артосе»²⁴, мы можем заметить, как не просто используется образность фольклорной веснянки, но и осуществляется перевод христианских понятий в знакомые слушателю термины

²⁴ «Слово о весне».

языческой обрядности и языческого мироощущения. (Это было обычной практикой. Мы, например, уже не задумываемся, что слово «воскресение» существовало до принятия христианства и обозначало ритуальное ежегодное возжигание «нового» огня). Вот цитата из этой проповеди:

«Обновился мир, уже не именуется богом стихия: ни солнце, ни огонь, ни источники, ни древо... Ныне небеса просветлились, освободившись от покрова тёмных облаков, и светлым воздухом провозглашают славу господню.

Не эти разумею видимые небеса, но мысленные... Ныне солнце, красуясь, на высоту восходит и, радуясь, землю согревает. Это взшло от гроба наше праведное солнце Христос.

Это зима языческого кумирслужения... окончилась. Ныне весна красуется, оживляя земное естество, и буйные ветры, тихо повевая, плоды умножают, и земля, семена питая, зелёную траву рождает.

Весна красная есть вера Христова, а буйные ветры – греховные помыслы, покаянием претворившиеся в добродетельные».

Через метафору ведёт пастырь недавних язычников в христианство. *Суть язычества* – не поклонение стихиям, а ощущение сакральности всего и мистической сопричастности всего универсуму. Каждое явление бытия – зеркало всего мироздания. Поэтому обнаружение сходства посредством метафоры – аргумент для человека, проникнутого языческим сознанием, не просто «красное словцо». Но метафора должна быть убедительна, то есть действительно подобна тому явлению, которое отображает, подобна во всех своих частях.

На мой взгляд, примером неудачной метафоры является знаменитое «Слово о законе и благодати» митрополита Илариона, произнесённое им в киевском Софийском соборе во II половине XI в.

Представьте себе, что вы услышали, как бездетная, уже немолодая, женщина, мечтая о том, чтобы у них с мужем появился наследник, придумала вот что: заставила девушку-

служанку родить дитя от пожилого хозяина и родившегося мальчика 13 лет воспитывала.

Но тут случилось чудо: женщина смогла родить, наконец, собственного сына! Служанка с её ребёнком теперь были, как бельмо в глазу. Хозяйка нашла повод выгнать обоих, и те погибли бы, если б Бог их не спас, пообещав великое будущее мальчику и его потомкам.

А теперь вам говорят: радуйтесь же вместе с этой достойной супружеской четой! Больше не надо терпеть в доме ничего временного, ничего чуждого и вынужденного! Вы, возможно, узнали этот сюжет.

Именно так строит первую часть своего слова Иларион, используя библейскую легенду про Авраама и Сарру, сына их Исаака, рабыню Агарь и Измаила, её сына. Иларион уподобляет сына рабыни ветхозаветному Закону языческого мира, а Исаака – Благодати, то есть евангельской истине, христианству.

Смысл текста не должен меняться от введения метафоры, иначе она введена неверно. Не слишком, как мне кажется, данная метафора (или, скорее, аллегория) работает на утверждение христианства: рабыня с сыном вызывают сочувствие (особенно, если учитывать, что отцу последнего было 86 лет, когда мальчик появился на свет). Кроме того, опущенный Иларионом и, возможно, известный его слушателям конец истории даёт надежду на некое будущее отвергнутого сына.

Речь Илариона красочна, но не убедительна. Что и не мудрено: отвергая закон, утрачиваешь понимание его сути. Метафора работает, только когда полностью проецируется на ситуацию. Природные метафоры Кирилла Туровского, на мой взгляд, более удачны.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Риторика Древней Руси как зеркало общественных противоречий

Какова же была общественная ситуация в Древней Руси в XI-XII веках? Ораторское искусство расцветает, как известно, на почве противоречий. Ядром противоречий того времени была борьба между защитниками древней, языческой, веры и сторонниками насаждаемой греческой веры, христианства.

Наши с вами ближайшие предки стали в первой половине XX века свидетелями святотатства безбожников, сбивавших кресты с церковей, взрывавших храмы, преследовавших священников и верующих. Поэтому нетрудно представить, какую скорбь испытывали отдалённые предки, видя, как вырубаются священные рощи, разоряются святилища, а на месте языческих капищ строятся церкви!

Исследователь Серяков пишет, что языческая картина мира представляла угрозу самим основам христианства. «В избавлении от последствий грехопадения не было никакой нужды, поскольку язычники и так уже пребывали в том идеальном состоянии, к которому их обещало привести христианство... Как между богом и природой, так и между человеком и природой (а через неё и с Первобогом) оказывалась неразрывная связь... Вся Вселенная вместе с порождённым ею человеком оказывается пронизанной Святым Светом и образует единое божественное тело Святовита»²⁵...

Язычество искоренялось и словом, и делом. Кто выиграл этот исторический спор, мы знаем. Именно поэтому, читая проповеди церковных ораторов, мы не имеем возможности ознакомиться с ораторским искусством их оппонентов – волхвов. Лишь по накалу полемического пафоса в речах священников да по косвенным свидетельствам мы способны оценить красноречие побеждённой стороны. Так, в летописи встречается упоминание, что в 1071 г. в Киеве объявился волхв, который пророчил: «Днепр вспять потечёт, а греческая земля встанет на место русской». Понятое метафорически, это пророчество вполне соответствовало опасениям Ярослава Мудрого, что Византия претендует не только на духовное, но и

²⁵ Серяков М.Л. Голубиная книга: Священное сказание русского народа. М., 2001. С.159-160.

на политическое влияние. Опасениям, заставившим Ярослава заменять греческих иерархов русскими, наконец, воевать с Византией, как и дед его Святослав, и отец Владимир воевали.

С тех пор в развитии русского православия обнаруживаются две тенденции: 1) подмена звеньев языческой системы; 2) вбирание в христианскую обрядность элементов язычества. Долго ещё сохраняется двоеверие, насколько можно судить по образцам церковного красноречия вроде этого: «Когда же нас призывают в храм, то мы позевающа и чешемся и потягаемся, дремлем и речем: “дождь” или “студёно!” ... А на позорищах [театрализованные языческие обряды на площадях] ни крову сущу, ни затишыю, но многажды дождю и ветром дышущю или вьюга – то всё приемлем радуяся, позоры дея [участвуя в обрядах] на пагубу душам. А в церкви – покрову сущу и заветрию дивну и не хотят прити на поучение...».

С середины XII века на Руси активизируется *процесс возрождения язычества* в княжеско-боярской среде. Поводом для открытого конфликта стал (отнюдь не эстетический, вопреки мнению Лихачёва) *спор о мясоедении*. Мясные блюда – ритуальные на языческом столе, поэтому для крещёных язычников принципиальным вопросом была отмена поста в дни языческих праздников (в июньские дни Русалий, например). С 1150 по 1160 гг. четыре епископа были смещены – трое князьями-язычниками, четвёртый, сам сторонник мясоедения, – митрополитом. Князь Андрей Боголюбский в 1157 г. смещает епископа Ростовского Нестора, а в 1164 г. – Суздальского епископа Леона, посягнувшего на зимние святки с их рождественскими окороками.

На рубеже XII-XIII вв. впервые появляются *светские летописцы*. Одним из них был киевский боярин Пётр Бориславич, обличавший показной аскетизм духовенства и обращающийся открыто к языческой образности. Некоторые именно Петру Бориславичу приписывают авторство «Слова о полку Игореве» с его:

*Не ветры ль,
Стрибожьси внуки,*

*Шумят с моря стрелами
На храбрые полки Игоревы?!*

*Сгубила усобица
силу Дажьбожья внука...*

С его Плачем Ярославны:

*О, Ветер-Ветрило!
Почто, государь мой,
враждебно веешь?*

Епископ Фёдор Суздальский, племянник Петра Бориславича, вошёл в историю, вслед за Авраамом Смоленским, как страстный защитник прежних традиций и интерпретатор христианских книг в духе славянского язычества. О Фёдоре говорили, что он «телом крепок зело, аки дуб, и язык имея чист и речь велеречиву и мудрование кознено».

Недоброжелатели говорили о Фёдоре, что епископ – тайный волхв и ораторский талант его – от демона. В результате интриги митрополита епископ Фёдор был казнён в Киеве, как были казнены позже новгородские волхвы, решившиеся на открытое выступление в защиту веры предков. Это выступление волхвов свидетельствовало о том, что, пережив двухвековую опалу под крылом аристократии, они не просто пытались реставрировать архаичный культ, но что само язычество претерпело трансформацию. Являлось новое *просвещённое, теологическое язычество*, очистившееся от жертвоприношений и прочей первобытности. Такой вывод делает отечественный историк Борис Рыбаков, рассматривая, например, переосмысленный культ Святовита (бога Белого Света, ипостась Рода).

В этом смысле Ренессанс затронул и русские земли, как справедливо утверждал Лихачёв, но не только как эстетическое явление. К сожалению, в начале XIII в. войны с немцами, со

шведами, а с 1237 г. хан Батый прервали процесс Русского Возрождения, который мог бы, я думаю, дать свои плоды.

«Моление Даниила Заточника» (XI в.) – перл древнерусской литературы (обращение неизвестного автора к Ярославу Мудрому с демонстрацией своих талантов и просьбой взять его на службу) – являет собой пример отечественного варианта гуманизма, предвосхищение Ренессанса с его утверждением ценности универсального человека. Предлагаю вашему вниманию фрагмент этой речи:

«Был язык мой как трость книжника-сорописца, и приветливы уста мои, как быстрота речная. Того ради попытался я написать об оковах сердца моего и разбил их с ожесточением, как древние – младенцев о камень.

Но боюсь, господине, осуждения твоего. Ибо я как та смоковница проклятая: не имею плода покаяния; ибо имею сердце – как лицо без глаз, и ум мой – как ночной ворон, на вершинах бодрствующий, и закончилась жизнь моя, как у ханаанских царей, бесчестием... И покрыла меня нищета, как Красное море фараона.

Ибо, господине, кому Боголюбово, а мне горе лютое; кому Белозеро, а мне оно смолы чернее; кому Лаче-озеро, а мне, на нём живя, плач горький; кому Нов Город, а у меня в доме и углы завалились, так как не расцвело счастье моё.

Как сказал князь Святослав, сын Ольгин, когда шёл на Царьград с небольшою дружиною: «Братья! Нам ли от этого города погибнуть или городу от нас быть пленёну?» Как бог повелит, так и будет; погонит один сто, а от ста побегут тысячи. Тот кто надеется на господа, не дрогнет вовек...

Юн возраст имею, а стар смысл во мне. Мыслию бы парил, как орёл по воздуху. Я, княже, ни за море не ездил, ни у философов не учился, но был как пчела – припадая к разным цветам и собирая мёд в соты; так и я по многим книгам собирал сладость слов и смысл их и собрал, как в мех воды морские».

СЕДЬМАЯ ТЕМА. ТЕОРИЯ АРГУМЕНТАЦИИ И «НОВАЯ РИТОРИКА»

1. Современная теория аргументации.
2. «Риторика» Аристотеля в интерпретации Х. Перельмана.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Современная теория аргументации

Классификация типов аргументации

1. Эмпирическая аргументация (из опыта):

- 1) прямое подтверждение;
- 2) подтверждение следствий;
- 3) факты как примеры;
- 4) факты как иллюстрации;

2. Теоретическая аргументация:

(логическое рассуждение);

3. Контекстуальная аргументация (доказательство от топов, по Аристотелю, и через энтимемы – на основании «здорового смысла» доказывається не истинность, но правдоподобие положения):

- 1) традиция и авторитет;
- 2) интуиция и вера;
- 3) вкус и здравый смысл;

4. Аргументация к ценностям и оценкам, в том числе квазиэмпирическое обоснование оценок: 1) неполная (популярная) индукция («Петя Иванов – блондин, Петя Петров – блондин, все Пети – блондины»); 2) ссылка на образцы; 3) аналогия (свойств или отношений) – умозаключение о принадлежности признака предмету на основании того, что сходный с ним иной предмет обладает этим признаком: А относится к В, как С к D. Аналогия обладает слабой

доказательной силой, но доказательность и убедительность – разные вещи.

ВТОРОЙ ВОПРОС. «Риторика» Аристотеля в интерпретации Х. Перельмана

Х.Перельман (1912–1984), профессор Брюссельского университета, создатель термина «новая риторика», писал в своей работе «Трактат об аргументации: новая риторика» в 1958 г.: «Вправе ли мы отказывать аналогии в доказательной силе, если один только тот факт, что она способна заставить нас предпочесть одну гипотезу другой, указывает на то, что она обладает силой аргумента?».

Новая теория аргументации провозглашала разрыв с картезианской традицией, признающей лишь рациональное логическое доказательство инструментом строго научного мышления. Перельман и участники «группы μ » (Ж.Дюбуа, Ф.Эделин, Ж.-М.Клинкенберг, Ф.Мэнге, Ф.Пир, А.Тринон) утверждали, что есть сфера аргументов, не обладающих логической доказательностью, но способных убедить. Они призывали возобновить античную греческую риторику (Аристотеля), которая учитывала, что человек не есть просто рациональное начало, искажаемое эмоциональными порывами. Есть третья сфера – *рассудок*. Есть *собственно риторика* помимо формальной логики и стилистики.

Рассудочную аргументацию от рациональной отличает учёт конкретной ситуации (особенностей коммуникатора и реципиента, контекста, ценностных предпочтений аудитории). Аристотель в своей «Риторике» рассматривал и инструментарий, и участников коммуникации, и намерения говорящего, и реакцию аудитории – рассматривал пластичное взаимодействие обеих сторон.

Таким образом, полное определение риторики звучит следующим образом: ***риторика*** – это наука о способах

убеждения преимущественно языковыми средствами – конкретной аудитории конкретным оратором в целях получения конкретного эффекта. Этот эффект достигается, если удаётся породить в сердцах слушателей определённые эмоции, которые единственно и позволяют направлять формирование новых или модификацию изначальных стереотипов восприятия и поведения.

Стилистика давно признавала, что художественный язык по сравнению с обыденным *аномальный*. *Фигуры и тропы* – образцы подобных аномалий. Однако стилистика не отвечала на вопрос, в чём эффект их воздействия и чем художественные средства отличаются от языковых ошибок.

«Новая риторика» предприняла попытку теоретически обосновать механизм воздействия тех «аномалий», которые были названы *метаболами*.

Так, конечная *цель и основная задача риторики* были определены как формирование *этоса* путём введения и снятия (редукции) языковых нарушений (при этом наблюдаются: 1) потрясение, вызванное аномалией, 2) облегчение, вызванное её объяснением). *Теория метабол в сочетании с теорией этоса раскрывает стратегию речевого убеждения в «новой риторике».*

Этос – аффективное состояние реципиента в результате воздействия сообщения. Метабола – необходимое (но не достаточное) условие порождения этоса. Этос бывает:

1) *ядерный* (воздействие заложено в характере самой метабола – в величине отклонения от «нулевой ступени», в особых эстетических возможностях её);

2) *автономный* (воздействие зависит от получателя сообщения – от его языкового опыта, эпохи, профессии, социальной и культурной среды, индивидуальных психологических особенностей: высказывание «кот – божество моего дома» для современного европейца и для древнего египтянина звучит по-разному);

3) *контекстуальный* (в зависимости от контекста наблюдается смещение локальной нулевой ступени относительно абсолютной нулевой ступени).

Любой текст, вслед за восприятием этоса, вызывает оценочное суждение. Чтобы лучше понять, что представляет собой этос, порождаемый воздействием метаболы, стоит обратиться к предпосылкам возникновения «новой риторики» – логическим, лингвистическим, философским.

Импульс к возрождению теоретической риторики исходил со стороны формальной логики, которая оказалась бессильна объяснить языковые явления полисемии и влияние контекста. Испытав влияние *русской школы лингвистического анализа художественной литературы* (Бахтин, Потебня), «новая риторика» явилась «любимым детищем» *французского структурализма*.

Исследования К.Леви-Строса в области мифологии и этнологии показали наличие неосознаваемых логических структур в социальной организации и в мышлении человека. Юноша и девушка, встречаясь, полагают, что всё, что происходит между ними, случилось впервые во Вселенной, что они вольны сами строить свои уникальные взаимоотношения. Между тем многое уже предопределено и закодировано в мифологии человечества. Свободой выбора мы обладаем лишь в определённом диапазоне.

Ту же идею развивал Ж. Лакан (1901–1981), глава французской школы психоанализа. Он акцентировал внимание на открытии Фрейдом «говорящих болезней» (оговорки и т.п. явления) и пришёл к выводу, что бессознательное – не вместительное «мычащих» влечений, а первоисточник речи. «Вначале было слово» – наши предки заговорили до появления у них рефлектирующего сознания, считал Лакан. Бессознательное только и функционирует как логически структурированный язык. Мысль рождается (уже в вербальной форме) в бессознательном, сознание лишь фиксирует её.

Лакану принадлежит *метафора зеркала*: отражение в зеркале не есть ни реальный человек, ни воображаемый. Оно – символический образ нашей телесной реальности, и ребёнок узнаёт себя в зеркале до того, как получит сознательное представление о своей анатомии. Так и язык – зеркало, в котором в раннем детстве мы обучаемся узнавать символическую целостность мира прежде его рационального познания. Язык до пробуждения сознания навязывает нашему мышлению (в соответствии с его структурой, возможно) дихотомическое деление мира (да / нет, плохо / хорошо), временную и причинную последовательность явлений и многое другое.

Лингвистически структурированное бессознательное (существующее тысячелетиями) формирует нас. Мы не вполне понимаем его законы и вынуждены внутри языковой системы передавать свои мысли. Наше мышление – производное бесчисленных возможностей, заданных неосознаваемыми структурами (социальными, лингвистическими, мифологическими).

Трудно говорить о *свободе* в такой ситуации. Логические структуры языка навязывают реальность. Поэтому так приятно нам столкнуться с *небывальщиной*, ощутить свободу, даруемую нам нарушением условной речевой нормы посредством метаболы.

Положительный эмоциональный эффект ораторского выступления – в ощущении свободы от естественного хода вещей и здравого смысла. Мы окованы структурами изнутри, как вещество – своей кристаллической решёткой. Поэтому мы радуемся даже иллюзорной возможности отклонения. Вместе с тем естественное чувство самосохранения не позволяет нам отклоняться далеко и надолго: это чревато хаосом и безумием. Поэтому, едва столкнувшись с языковой аномалией, с метаболой, мы бессознательно начинаем поиск её соотнесения со структурой. Лишь когда нам это удаётся, возникает этос: мы благодарны оратору за «аттракцион», за то, что ему удалось «пощекотать нам нервы» *в условиях гарантии безопасности*.

Теперь мы склонны больше доверять этому доброму волшебнику, всему, что он скажет.

ВОСЬМАЯ ТЕМА. ПСИХОЛОГИЯ КОММУНИКАЦИИ И НОРМАТИВНАЯ СТИЛИСТИКА

1. Предмет практической стилистики. Функциональные стили речи.

2. Лекифы и метаболы (основа классификации «группой м»).

Введение. Античное и средневековое образование предполагало обязательное изучение «тривиума» – грамматики, диалектики и риторики (изучение поэтики входило в изучение риторики).

Курс *общей риторики* включает теорию аргументации, риторическое построение и композицию, учение о риторике.

В курсе *частной риторики* изучаются жанровые формы словесности на примере классических образцов. Это даёт практическое владение литературной лексикой и синтаксисом, различными способами организации фразы, фигурами речи.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Предмет практической стилистики. Функциональные стили речи

Предмет практической стилистики близок к предмету частной риторики, к такому разделу её, как элокуция. Предмет стилистики – это: 1) языковые стили; 2) особенности экспрессивно-эмоциональной окраски средств языка; 3) синонимия языковых средств.

Первые известные нам исследования в области стилистики принадлежат софистам. И некоторое принципиально изменилось в этой науке с тех давних времён.

Стилистика – особая филологическая дисциплина, занимающая срединное положение между теорией литературы и языкознанием. Стилистика предлагает классификацию лексических и синтаксических явлений,

тропов и фразеологизмов. **Стилистика изучает также способы построения из общего языкового материала индивидуализированной речи.**

Стиль – система языковых средств, характерных для того или иного автора, жанра. Это способ, манера словесного выражения мыслей или поведения вообще. (Самим словом «стиль» называли палочку для письма на вощёных дощечках в Древней Греции и в Древнем Риме).

Стили бывают: *образцовый* (изучается нормативной стилистикой) и *экспрессивный*.

Критериями языковой нормы выступают: чистота (московский диалект как основа русского литературного языка), краткость, ясность (слово соответствует мысли), однозначность (отсутствие двусмысленности). Учение о стилистической норме и речевом этикете стало основой риторики на протяжении веков.

Цицерон, как мы помним, говорил о трёх стилях речи:

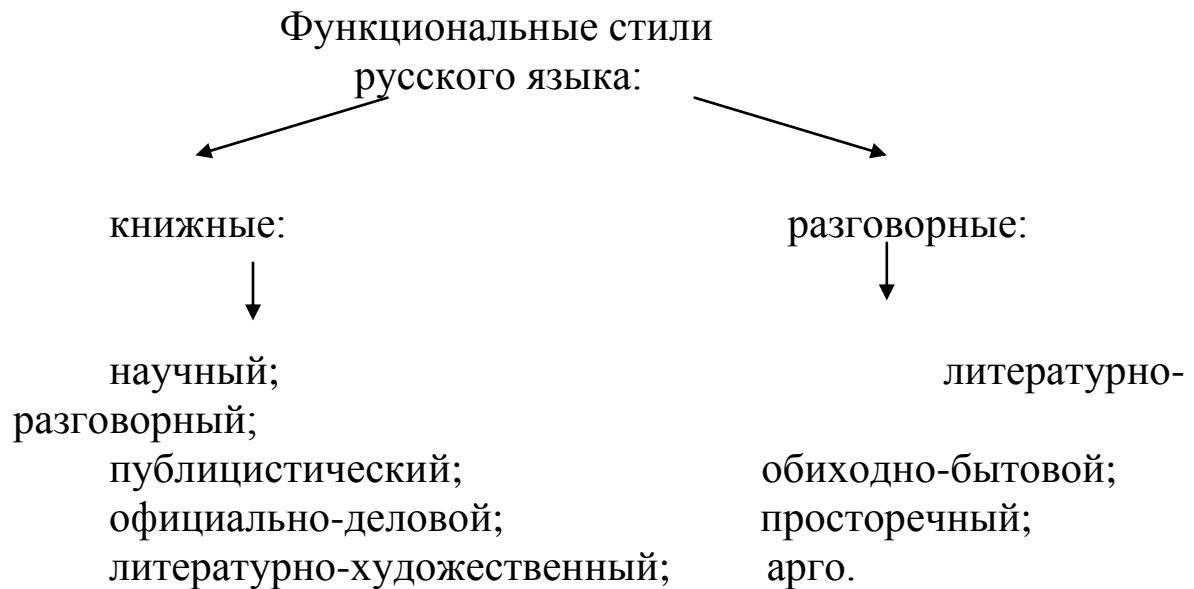
- 1) низком (задача которого – доказывать тезисы);
- 2) среднем (или софистическом, задача которого – радовать);
- 3) величавом (патетическом, задача которого – воздействовать на волю слушателей).

В XVIII в. М.В. Ломоносов также выделил три стиля («*штиля*») русской речи:

- 1) низкий (просторечие – язык бытовой беседы, дружеского письма и комедийного жанра);
- 2) высокий (поэтический – язык оды, прозаического произведения о важных материях), использующий церковнославянизмы и архаичное неполногласие (брег, град, млеко, златой);
- 3) посредственный (средний – смесь двух других стилей, язык театральных пьес).

Наряду со *структурной классификацией*, существует и *функциональная классификация стилей*:

- 1) функцию *общения* выполняет разговорный стиль;
- 2) функцию *сообщения (информирования)* – научный и официально-деловой;
- 3) функцию *воздействия и эстетическую функцию* – публицистический и литературно-художественный.



Наблюдаются эффекты как нормативного использования, так и «смещения» стилей.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Лекифы и метаболы (основы классификации «группой μ »)

«Лекифами» (само слово обозначало флакончик для благовоний) Цицерон называл риторические украшения речи, так называемые цветы красноречия, гербарий из которых столь тщательно собирала стилистика, называя их *фигурами* и *тропами*. **Риторическая фигура – необычный оборот речи, усиливающий её эмоциональное воздействие. Троп – разновидность фигуры, использование слова или фразы в переносном значении.**

Если софист Горгий говорил всего о трёх фигурах, впоследствии классификаторы выделили их несколько десятков. Бельгийские учёные объединившиеся в так

называемую *группу μ* (названную в честь буквы греческого алфавита, начальной в слове «метафора») в 60-е гг. XX века **всю совокупность фигур назвали *метаболами* – отклонениями от «нулевой ступени» языкового кода – и обнаружили всего *четыре вида метабол*, объединяющих разные типы фигур:**

Метаплазмы – нарушения фонетики или графики, то есть морфологические преобразования.

Примером метаплазмы может служить *параномазия* (обыгрывание созвучий, *каламбуры*): «Мы торгуем скотом [с котом]»; «Он не спит сутками [с утками]»; «Букет целебных трав в вашей пасте [пастИ – от “пасть”, а не в зубной]»;

также примером метаплазмы являются *неологизмы*: «*ладонь-глубизна*», «*хвалынь*» (у М. Цветаевой).

Метатаксис – нестандартные синтаксические конструкции, например:

анафора, эпифора (повтор, соответственно, начал и концов соседних фраз). Анафора в стихе Лермонтова:

*Клянусь я первым днём творенья,
Клянусь его последним днём,
Клянусь позором преступленья
И вечной правды торжеством...*

Эпифора у Гоголя: «Мне бы хотелось знать, отчего я титулярный советник? Почему именно титулярный советник?»;

инверсия (перестановка слов с целью смещения смыслового акцента): «Я приду в три часа / Я приду часа в три»; *асиндетон, полисиндетон* (бессоюзиe – «пришёл, увидел, победил» и многосоюзиe – «И мир, и плоть, и он, восставший ангел... И бьёт меня, и потрясает, и чарует» [Спонд]); *эллипсис* (опущение легко подразумевающихся слов – «Мы с товарищами тут обменялись... и решили» [Горбачёв имел в

виду «обменялись мнениями», впрочем, это, скорее, ошибка, чем риторический приём].

Метасемемы (семантические нарушения, то есть нарушение значения). Примеры – *метонимия*, *синекдоха* (использование слова в переносном значении на основании связи между двумя явлениями – между содержимым и содержащим («Я съел целую тарелку»), автором и произведением («Вчера я купил Толстого»), действием и орудием, предметом и материалом, местом и его обитателями; синекдоха – вариант метонимии, выражающий количественные отношения между явлениями («Всё спит – и человек, и зверь, и птица», «мне нужна только крыша над головой»);

наконец, *метафора*. О ней мы уже немного говорили, рассказывая и об Иларионе, и о Сократе. **Метафора – демонстрация сложного и нового через привычное и более простое.**

«Группа μ» в своей «Общей риторике», вышедшей в 1970 г., утверждает, что метафора строится на реальном пересечении двух значений, на реальном, пусть и отдалённом, сходстве. Признак этого пересечения метафора переносит на всё объединение двух явлений, тем самым раздвигая границы значения, открывая новые смыслы, не всегда поддающиеся вербализации. («Человек – мыслящий тростник» [Паскаль]; «Да это сущий тигр!» [о коте]).

«Свежая» метафора может стать укоренённой в языке (или «спящей»: ножки [стола], негр [писатель], ас [мастер – лётчик – букв. с фр. – «туз»]). Спящую метафору можно освежить: «Стол опирается на “ножки Буша”»

Металогизмы – нарушения «фигур мысли», то есть нарушения в экстралингвистической области («издевательство не над языком, а над логикой самой реальности»). Если метасемема игнорирует логику, металогизм смеётся над ней: логически верное, высказывание даёт абсурдное описание реальности.

Металогизмом является и *аллегория* (басни, например, где утрачена релевантность отношений, сохраняемая метафорой: у зверей нет судов, королей и т.п.). Значение металогизма может иметь *метафора и парадокс* («Это – не кот![А не = А] Это сущий тигр!»); «На столе лежал нож – без лезвия и с отломанной ручкой»).

Метафора – кажущийся пример логической категориальной ошибки. Она и истинна, и неистинна одновременно. Не обладая логическим смыслом, она заключает в себе открытый диапазон смыслов, не навязывая однозначности и даже запрещая выбор. Метафора имеет смысл за пределами логических категорий.

Примеры металогизма – *гипербола и литота* («дождь – как из ведра», «от горшка два вершка»); *оксюморон и катахреза* (оксюморон – «остроумно-глупое», соединение противоположного: «окаменелость взрыва», «Живой труп», «обжигающий лёд»; катахреза – соединение несовместимого: «я страшно рада, что ты ужасно умный», «сколько он выдумал правды!»).

Примерами также могут служить *апострофа и анаколуф*. Апострофа – обращение к неодушевлённому или отсутствующему лицу. (Так митрополит Иларион во второй части «Слова о законе и благодати» обращается к покойному князю Владимиру, называя его крестным именем Василий: «Как разгорелась в тебе любовь к Христу? Как вселился в тебя разум, который выше разума земных мудрецов? Как ты возлюбил невидимого и о небесном задумался? Как искал ты Христа? Как предался ему? Поведай нам, рабам своим, поведай нам, учитель наш!»). Здесь также используется *риторический вопрос*.

Анаколуф – разрыв логической стройности речи (используется, в частности, в «двойной коммуникации» Милтона Эриксона, применяемой как одна из техник нейролингвистического программирования (НЛП)).

Эвфемизм – одна из форм металогизма: замена более мягким или пристойным выражением грубого, которое легко угадывается. Реклама на радио «Эхо Москвы» ресторана «Тамерлан», где посетители сами подбирают ингредиенты кушанья: «Главная фишка – ты сам создаёшь Рецепт того блюда, которое... ку-ша-ешь!» [«жрёшь» подсказывается рифмой и контекстом]. Анонс радиоигры на той же радиостанции: «Дедушка Петя играл в домино, Взрослые дядьки пили вино, мамки и няньки смотрели кино, Было на мальчика им... всё равно! [вопреки, на сей раз, рифме угадывается «наплевать»].

Среди метабол «группа μ » называла также *метаболы отправителя, получателя и контекста*.

ДЕВЯТАЯ ТЕМА. ИСКУССТВО ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

1. Смысловая структура публичного выступления.
2. Невербальные средства общения.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Смысловая структура публичного выступления

Отечественный психолог Адольф Хараш задался как-то вопросом, что именно является объектом восприятия аудитории, внимающей оратору. Сам оратор (коммуникатор)? То, что он произносит (текст)? И пришёл к выводу, что *объектом смыслового восприятия всегда является сообщение коммуникатора – весь комплекс его вербального и невербального поведения, разворачивающегося в аудиовизуальном поле реципиента.*

Продукты восприятия сообщений (мысли, образы, *перцепты*) преобразуются в потребности, мотивы, цели и установки, если удаётся установить межличностный контакт («субъект-субъектный», а не «субъект-объектный») оратора и аудитории. Подобный контакт, где обе стороны коммуникации рассматриваются как активные субъекты, считается основой эффективности коммуникативного воздействия.

Таким образом, *традиционная модель коммуникативного процесса Лассуэлла* – «кто? что? кому? по какому каналу? с каким эффектом?» – была дополнена ещё одним вопросом – «как?» Этот вопрос связывает в неразрывное единство первые два вопроса – «кто? что?»

Процесс передачи сообщения включает в себя два процесса:

- 1) предъявление текста (*текст* – продукт индивидуальной активности оратора, доступный отчуждению в вербальной форме, представляющий собой

совокупность знаков); 2) деятельность по предъявлению текста, то есть предъявление коммуникатором себя самого – *самопрезентацию*.

Сообщение, по определению, включает в себя *личность коммуникатора*. Ведь коммуникатор (оратор) – не социальная роль, он всегда индивидуальность. Поэтому в такой дисциплине, как коммуникативная компетентность, рассматривается схема *коммуникатор – сообщение – реципиент*, а не *коммуникатор – текст – реципиент*.

Текст может быть *открытым* (персонифицированным), содержащим сознательно вербализованное раскрытие индивидуальности оратора. Текст может быть и *закрытым* (деперсонифицированным). Например, институт дикторов в СССР, озвучивавших правительственные сообщения, имел цель максимально нивелировать личность говорящего, чтобы сделать произносимый текст официальным и, следовательно, закрытым (даже подбирались люди со стандартным тембром голоса). И всё же полностью деперсонифицировать сообщения не удавалось, и среди дикторов выделялись «выдающиеся, узнаваемые, любимые», поскольку *любое публичное выступление всегда содержит сообщение*.

Сообщение может быть только открытым. Сознательно или бессознательно, даже предъявляя «закрытый» текст, коммуникатор говорит о себе – о своём личностном стиле, качествах, притязаниях, уровне самооценки и самоуважения, об интересах и компетентности, о личностных смыслах и *действительных мотивах деятельности*.

Андрей Битов говорил о всяком человеке, решившемся на публичное выступление: «Хочет он или не хочет, – он выдаст свою тайну». (Например, тайной лектора, строго призывающего аудиторию к тишине, может быть его тревога, ощущение себя гладиатором на арене).

Смысловая структура выступления:

текст – сообщение – мотивация коммуникатора.

Сообщение ближе к коммуникатору, чем к тексту. Вместе с тем оно является *психологическим полем взаимодействия*, пространством встречи импульса, идущего от оратора, с желанием реципиента проникнуть в мир коммуникатора.

Проникновение в «затекстовый» мир коммуникатора – кульминация восприятия сообщения, делающая последнее *смысловым*. **Смысл – содержание сообщения, которого нет в тексте. Смысл как укрупнение значений возникает в целостном бытии коммуникатора и реципиента, на пересечении их мотивационных полей.** (Сравните значение и смысл пословиц и поговорок, сравните то, что содержится в предвыборных выступлениях политиков и то, что можно вычитать в них «между строк»).

«*Мера ответственности*» сообщения, как считает А. Хараш, зависит от **смысловой дистанции между личностным смыслом выступления (мотивацией коммуникатора) и текстуальными смыслами.** Это дистанция в сознании реципиента между значением текста и смыслом сообщения.

Смысловая дистанция может быть:

1) значительная; 2) средняя; 3) короткая.

Значительную смысловую дистанцию почти невозможно преодолеть. Она исключает реальный диалог и обладает низкой или сиюминутной действенностью. Значительная дистанция вызывает ощущение неискренности оратора.

Пример *средней смысловой дистанции* – случай неудачного авторитарного воздействия оратора. Такой оратор выдаёт свой провал сбивчивостью, паузами, оговорками, длинными отступлениями, интонацией «перекрикивания». Пример средней смысловой дистанции являет в своём выступлении и «конформный коммуникатор», смутившийся, заметив, что его не слушают или что время истекает.

Пример *короткой смысловой дистанции* – «**Я-сообщение**» – приглашение к диалогу, искренний отчёт говорящего о своих мыслях и чувствах «здесь и теперь».

Эффект «Я-сообщения», если не непосредственный, то стратегический, – очень высок.

Д.Д. Мак-Клинтон в США в середине XX в. проводил эксперименты по выявлению и преодолению расовых предубеждений у студентов. Испытуемые до экспериментального воздействия обладали выраженными расовыми предрассудками (были специально отобраны по этому показателю). Путём предварительного тестирования среди этих студентов были выявлены *низкоконформные* и *высококонформные* лица. Все испытуемые были разделены на две группы, в каждой из которых оказалось поровну низкоконформных и высококонформных. Затем группы подверглись *коммуникативному воздействию* в двух версиях. В конце эксперимента все испытуемые снова прошли тестирование на наличие расовых предрассудков. *Версии коммуникативного воздействия*, по Мак-Клинтоку:

1) *информационная* (умное, логичное, аргументированное доказательство равенства белых и афроамериканцев);

2) *интерпретационная* (была представлена «патодинамика» личности, ведущая к развитию этнических предубеждений, оратор представлял её в форме критического самоанализа).

Поддались воздействию версий

среди низкоконформных:
высококонформных:

информационной – 29%,	информационной – 67%,
интерпретационной – 82%;	интерпретационной – 73%;

Объяснения высокой эффективности воздействия интерпретационной версии на низкоконформных испытуемых:

по Мак-Клинтоку: взгляд «внутрь себя» эффективнее объективного изложения фактов;

по Харашу: раскрытие «личной проблемы» лектором, демонстрация им «кухни» своей души оказались эффективнее авторитарно-безличного монологического вещания.

Вывод: *искусство публичного выступления – искусство предъявлять себя и уверенность в том, что есть, что предъявить.*

ВТОРОЙ ВОПРОС. Невербальные средства общения

Невербальное поведение – внешне наблюдаемая форма существования психического мира личности. Невербальные средства общения играют исключительно важную роль на этапе *акции* – произнесения речи. Они едва ли не важнейший фактор социальной перцепции. Есть мнение, что вербальная часть сообщения вторична, что она накладывается на развёрнутую систему невербальной его структуры.

Пять основных знаковых систем невербальной коммуникации (структурная классификация):

1. Оптико-кинетическая:

- а) жестикауляция, мимика, пантомимика (позы);
- б) одежда, косметика, причёска, запахи (в том числе парфюмерия), украшения;
- в) физиогномика (выразительность лица и фигуры, обусловленная их анатомическим строением, полом, возрастом, внешними признаками социального статуса);
- г) индивидуальный стиль выполнения типовых действий (держат вилку, обмахиваться веером, помахивать сумочкой);
- д) прикосновения (похлопывания, поцелуи, рукопожатие):
М. Волошин научил М. Цветаеву, по её собственному признанию, крепкому и открытому рукопожатию, произнеся две фразы: «Марина, почему твоя рука так удивительно похожа на заднюю лапу Одноглаза [пса]?!» и «Ты даёшь руку, – как будто подкидываешь младенца!».

2. *Паралингвистическая* («пара-» – с греч. «возле», то есть «приречевая») знаковая система. К ней относятся интонация (ритмико-мелодическая сторона речи) и другие особенности вокализации, например, качество, диапазон, тональность голоса.

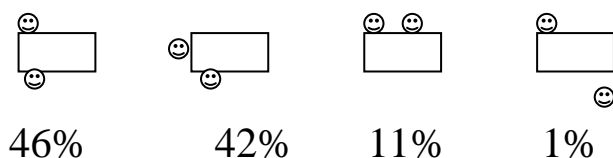
3. *Экстралингвистическая* («экстра-» – с лат. «вне» – «внеречевая») знаковая система. К ней относятся кашель, смех, вздохи, а также темп речи и паузы в ней. К данной системе относится и шум, сопровождающий экспрессивные движения (хлопанье двери, выразительные скрип стула, щёлканье авторучкой и т.п.).

4. *Организация пространства и времени коммуникации* (изучается наукой *проксемикой*). От многих факторов, в том числе культурно-этнических, зависят: смысл пунктуальности (кому и на какое время можно запаздывать), смысл размещения собеседников за столом, величина персонального пространства. Всё это может определяться традицией, этикетом, но может служить и индивидуальным «языком чувств» конкретного человека.

В ходе американских исследований зависимости расстояния между собеседниками от ситуации общения были выявлены:

- 1) интимное (до 45 см) расстояние;
- 2) персональное (45 – 1 м 20 см – дружеское общение);
- 3) социальное (1 м 20 см – 4 м – формальное общение);
- 4) публичное (4 м – 7,5 м – выступление перед аудит.).

Оказалось, что есть зависимость между склонностью людей к определённым типам взаимодействия и тем, как они располагаются за столом при первом знакомстве. Эксперименты на спонтанное расположение за прямоугольным столом и последующее тестирование показали склонность людей к следующим видам взаимодействия (соответственно последовательности картинок): конфронтация; сотрудничество; кооперация; избегание



(проценты показывают, для скольких испытуемых такое расположение за столом оказывалось комфортным).

Эффекты хронотопов (комплексов пространственно-временных условий) – это эффекты: «больничной палаты», «вагонного попутчика» и т.п.

5. *Визуальный контакт.* Частота и длительность обмена взглядами, динамика взгляда, избегание его, угол взгляда, наконец, ношение тёмных очков.

Критерии функциональной классификации невербальных знаков:

1. а) спонтанное невербальное поведение (врождённые, универсальные, генетически заложенные способы выражения эмоций, сопровождающие речь);

б) символическое невербальное поведение (невозможное без обучения, обусловленное культурой);

2. а) эмоциональные действия (врождённое и символическое поведение) – рыдания, смех, спонтанные прикосновения;

б) ритуальные действия (только культурно обусловленные) – плач-причитание, ношение колец и обручение, христосование и др.

3. а) выражение временного состояния;

б) выражение константных характеристик личности;

4. а) коммуникативные средства (внеречевые знаки контакта);

б) описательно-изобразительные (подчёркивание смысла речи);

в) модальное средство (оценка).

Все четыре знаковые системы (пять по первой классификации) работают при создании имиджа оратора. На коммуникативных тренингах для политиков используются специальные упражнения на невербальную экспрессию. Простой пример. Как заставить телеоператора снимать вас во время выступления вашего оппонента? Двигаться, на четыре счёта изображая: интерес, сомнение, скепсис, разочарование.

Система невербальных характеристик – индикатор социального и географического происхождения оратора даже в большей степени, чем его речь. Важно уметь показать себя «своим» или принадлежащим к референтной группе.

Посредством невербальных знаков легче всего достичь эффекта эмоционального «заражения» аудитории (в том числе и снижения её излишнего возбуждения).

Функции невербального поведения:

1. *Осведомительная* (дополнение, усиление / смягчение речи, замена вербального сообщения, например, обмен многозначительными взглядами).

2. *Регулятивная* (обозначение членения речи, её начала и конца, предвосхищение высказывания).

ДЕСЯТАЯ ТЕМА. ВЕДЕНИЕ ДИАЛОГА. НЕЙРО-ЛИНГВИСТИЧЕСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ (НЛП)

1. Параметры конструктивности диалога. Трансактный анализ.
2. Диадическое взаимодействие.
3. Практические методики НЛП.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Параметры конструктивности диалога. Трансактный анализ

Диалог – целостный речевой феномен, беседа между двумя лицами, основная форма коммуникации при ответах на вопросы.

Параметры конструктивности диалога – это, прежде всего, : *неоценочность, неинтерпретативность, аргументированность.*

Типы диалога: информационный, совещательный, диалектический, обучающий, командный, соревновательный.

Формы диалога: беседа, интервью, дискуссия, диспут (обсуждение вопроса перед слушателями), спор.

Эристика – искусство вести спор, полемику.

Индивидуальный стиль ведения диалога (например, ирония Сократа).

Установление контакта с собеседником, по К. Роджерсу: «зеркало», эмпатия, перифраз.

Позиции в диалоге определяются, например, эго-состояниями, по Э.Бёрну).

ВТОРОЙ ВОПРОС. Диадическое взаимодействие

Теория диадического взаимодействия психологов-необихевиористов Д. Тибо и Г. Келли изложена в их работе «Социальная психология групп». Второе название – *теория взаимодействия исходов*. Познакомимся с основными понятиями этой теории.

Исходы – вознаграждения или потери (издержки) каждого участника взаимодействия (материальные или психологические). Бывают *позитивные* и *негативные*. Партнёр тем более *эффективен* в коммуникации, чем большим потенциалом для *вознаграждения* другого он обладает.

Комплиментарность отношений: вознаграждать другого ценой низких собственных издержек. Несовместимое, соперничающее поведение увеличивает издержки.

Уровень сравнения индивида – средний показатель позитивных исходов в прошлых отношениях с другими людьми. Конкретный исход тем более благоприятен, чем выше он уровня сравнения.

Уровень сравнения альтернатив (в частности, показатель стабильности власти) – наилучший исход в свете наилучшей реальной альтернативы. (Человек останется даже в неудовлетворительных взаимоотношениях, если имеющийся альтернативный вариант ещё хуже – из двух зол выбирают меньшее.)

Составление *матрицы исходов* (специальной таблицы) – технический приём для оценки взаимозависимости членов *диады*.

Два типа контроля одной личности над исходами другой:

1) *фатальный контроль* (А над В), когда А – всегда в выигрыше, а исход В зависит от одной из двух линий поведения, выбранной А. Как бы В себя ни вёл, его исходы зависят от выбора А.

2) *поведенческий* контроль – когда каждый не может полностью определить исход для другого, но выбором собственной стратегии может влиять на исход другого. *Как и фатальный контроль, бывает взаимным.*

Пример взаимного поведенческого контроля – знаменитая «Дилемма узника». Выбор каждого из двух узников в итоге зависит от: 1) понимания мотивов другого; 2) уверенности в доверии со стороны другого.

Критика теории Тибо / Келли: 1) не учитывает связь членов диады с социальным окружением; 2) принцип вознаграждений / издержек не универсален; 3) предполагает, что участники разумны и стремятся к максимальному выигрышу; 4) механистична: игнорирует атрибуции.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Практические методики НЛП

НЛП, нейро-лингвистическое программирование, – попытка создать алгоритм эффективного общения на основе изучения опыта таких мастеров коммуникации, как Вирджиния Сатир, Милтон Эриксон, Фриц Пёрлз, Карл Роджерс. НЛП возникло в США, благодаря усилиям Ричарда Бэндлера и профессора лингвистики Джона Гриндера.

Простейшие методики НЛП:

1. Введение в «даунтайм» (состояние лёгкого транса, когда внимание обращено внутрь, к своим мыслям и ощущениям).

2. *Присоединение* (отражение языка тела человека, *перекрёстное присоединение* – с использованием движений другого типа). Вхождение в *раппорт* – в процесс построения и поддержания отношений взаимного доверия и понимания между двумя людьми, возможность вызвать реакции других людей. ВЕДЕНИЕ (изменение собственного и, тем самым, чужого поведения в режиме раппорта).

3. *Рефрейминг* – изменение «рамки» в отношении утверждения, чтобы придать ему другой смысл. (*Рамка* – набор контекстов или способов восприятия.) ***Рефрейминг контекста*** – изменение контекста утверждения с целью придать ему иной смысл, зададимся вопросом: «В каких условиях это было бы подходящей реакцией?». ***Рефрейминг содержания*** – придание утверждению иного смысла путём перевода внимания на другую часть содержания, мы как бы задаём вопрос: «Что ещё это может значить?».

4. Использование *сигналов доступа* помогает в *подстройке*. *Репрезентативные системы человека* (визуальная, аудиальная, кинестетическая) – способ кодирования опыта. Предпочитаемая система – чаще используемая для сознательного мышления. Например, *глазные сигналы доступа* позволяют определить предпочитаемую систему собеседника. Знание этого позволяет избежать ошибок атрибуции.

5. *Якорь* – внешний стимул, связанный с нужной репрезентацией или эмоцией, запускающий впоследствии её проявление.

ОДИННАДЦАТАЯ ТЕМА. КОНФЛИКТ, ЕГО ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ И РАЗРЕШЕНИЕ

1. Типология и структура конфликта.
2. Динамика и функции конфликта.
3. Управление производственным конфликтом.

Введение. Конфликт²⁶, представляя собой один из типов фрустрирующей ситуации, является одним из мощнейших стрессорных факторов. В плане управления конфликтом наряду с его разрешением, предотвращением, ослаблением и т.д. следует также назвать симптоматику, диагностику, прогнозирование и контролирование конфликта. Именно практическим целям управления конфликтом во всех его аспектах служит исследование конфликта, выявление его социально-психологических механизмов и закономерностей.

Важным методологическим ориентиром всякого исследования служит адекватная понятийная схема изучаемого явления. В лекции мы предпримем попытку вычленить круг понятий, важных для социально-психологического исследования конфликта. Упомянутый круг понятий мы рассмотрим в рамках четырех основных категориальных групп: структура конфликта, его динамика, функции и типология.

ПЕРВЫЙ ВОПРОС. Типология и структура конфликта

Типология конфликта. Социальные конфликты исследуются целым рядом дисциплин, и в каждой из них существует множество различных типологий конфликта. Последнее справедливо и в отношении социальной психологии.

²⁶ При изложении теории конфликта преимущественно используется концепция Л.А. Петровской.

В зарубежной литературе, например, различные классификации конфликта представлены в работах М. Дойча, А. Рапопорта, Д. Бернард, Л. Козера, Л. Понди, Р. Мака и Р. Снайдера и др.

Подобное разнообразие типологий конфликта неизбежно и оправданно. Изучая конфликт с самых различных точек зрения, исследователи могут выделять самые разные, существенные для их частных целей основания классификации и соответственно получать различные виды типологии. Например, А.А. Ершов предлагает различать конфликты при ил социально-психологическом исследовании по следующим признакам: по источнику, по содержанию, по значимости, по типу разрешения, по форме выражения, по типу структуры взаимоотношений, по социальной формализации, по социально-психологическому эффекту, по социальным результатам. При этом следует иметь в виду, что такой перечень, с одной стороны, не является исчерпывающим, а с другой стороны, каждый из упомянутых признаков общего характера включает фактически широкий круг более конкретных признаков, каждый из которых может быть основанием для деления. Ввиду этого любые попытки предлагать какую-либо единственную, так сказать, истинную классификацию конфликта представляются заведомо неоправданными. Ограничимся в рассмотрении проблемы типологии некоторыми методологическими замечаниями.

Типологизация конфликта играет важную методологическую роль. Она служит не только средством охвата и упорядочения накопленных знаний, что уже само по себе весьма существенно, но и часто играет заметную эвристическую роль в процессе получения новых знаний. Попытки проанализировать имеющиеся конкретные примеры конфликтных ситуаций с точки зрения выбранного основания классификации нередко обнаруживают совершенно новые аспекты конфликтов, ускользавшие ранее от внимания исследователя.

В полной мере, однако, методологическая роль типологизации конфликта может сказаться лишь при выполнении основных логических требований, предъявляемых

к научной классификации. В частности, основание классификации должно быть четко выделено и последовательно проведено, в результате чего классификация должна оказаться полной (по выделенному основанию) и непересекающейся.

Упомянутые логические требования, однако, весьма часто нарушаются. В качестве характерного примера можно привести типологию конфликтов, предлагаемую М. Дойчем. Дойч выделяет следующие шесть типов конфликта:

1. «Подлинный конфликт». Это конфликт, «который существует объективно и воспринимается адекватно». (Если жена хочет использовать свободную комнату в доме для занятия живописью, а муж в качестве кабинета, они вступают в «истинный» конфликт.)

2. «Случайный, или условный, конфликт». Существование этого типа конфликта «зависит от легко изменяемых обстоятельств, что однако, не осознается сторонами». («Подлинный конфликт» предыдущего примера превращается в «случайный», если допустить, что жена и муж не замечают, что имеется еще мансарда, гараж или какое-то другое помещение, которое легко может быть преобразовано в кабинет или студию.)

3. «Смещенный конфликт». В этом случае имеется в виду «явный конфликт», за которым скрывается некоторый другой, скрытый конфликт, лежащий в основе явного. (Предыдущий пример модифицируется в пример «смещенного конфликта», если энергичный спор по поводу свободной комнаты происходит в условиях, когда муж и жена фактически мало или совсем не заинтересованы в студии или кабинете, а возникшее столкновение служит проявлением какого-то другого, более серьезного, возможно даже неосознаваемого конфликта.)

4. «Неверно приписанный конфликт». Это конфликт «между ошибочно понятыми сторонами и как результат — по поводу ошибочно истолкованных проблем». (Когда, например, порицают ребенка за что-то, что он был вынужден сделать, исполняя предписание родителей.)

5. «Латентный конфликт». Это конфликт, «который должен был бы произойти, но которого нет», поскольку он по тем или иным причинам не осознается сторонами.

6. «Ложный конфликт». Это случай, когда отсутствуют «объективные основания» для конфликта, и последний существует только в силу ошибок восприятия, понимания.

В качестве основания для классификации Дойч называет «отношение между объективным состоянием дел и состоянием дел, как оно воспринимается конфликтующими сторонами». Подобная формулировка, однако, не может выступать в роли действительного основания, поскольку она крайне неопределенна. Знакомство с самой классификацией и примерами позволяет предположить, что фактически в качестве основания используется наличие или отсутствие у конфликтов по крайней мере следующих трех признаков: существование объективной конфликтной ситуации, факт осознания этой ситуации и адекватность этого осознания. Поскольку основание классификации сколько-нибудь четко не сформулировано, полученные Дойчем типы конфликта часто пересекаются. Например, пятый тип конфликта не исключает третьего, четвертого и шестого, шестой не исключает третьего и четвертого, что, впрочем, признает и сам автор. Наконец, отсутствие четкого основания не позволяет выяснить, является ли приведенная классификация полной (по соответствующему основанию) или же она неполна.

Структура конфликта. Анализируя структуру конфликта, можно выделить следующие основные понятия: стороны (участники) конфликта, условия протекания конфликта, образы конфликтной ситуации, возможные действия участников конфликта, исходы конфликтных действий. Рассмотрим перечисленные понятия по порядку.

Стороны конфликта. Участниками, или сторонами, конфликта могут быть отдельные индивиды, социальные группы и организации, государства, коалиции государств и так далее. С точки зрения специальных интересов социальной психологии, исследующей внутриличностные

(интраперсональные), межличностные (интерперсональные) и межгрупповые (интергрупповые) конфликты, наиболее типичными сторонами конфликта являются, по-видимому, отдельные аспекты личности, сами личности и социальные группы. В плане такой классификации сторон возможны конфликты типа: аспект личности — аспект личности, личность — личность, личность — группа, группа — группа. Участники конфликта характеризуются, вообще говоря, широким набором существенных в том или ином отношении признаков. В социально-психологическом отношении участники конфликта характеризуются в первую очередь мотивами, целями, ценностями, установками и пр.

Условия протекания конфликта. Помимо характеристик участников, конфликт существенно зависит от внешнего контекста в котором он возникает и развивается. Важной составной частью этого контекста выступает социально-психологическая среда, представленная обычно различными социальными группами с их специфической структурой, динамикой, нормами, ценностями и т.д. При этом важно подчеркнуть, что социально-групповую среду необходимо понимать достаточно широко, не ограничиваясь лишь ближайшим окружением личности. Без учета влияния этого более широкого контекста невозможно понять содержательную сторону мотивов, ценностей, норм и других социально-психологических аспектов социальных процессов вообще и конфликта в частности.

Образы конфликтной ситуации. Характеристики участников конфликта и особенности условий его протекания определяют конфликтное поведение сторон. Однако указанное определяющее влияние никогда не осуществляется непосредственно. Опосредствующим звеном выступают идеальные картины, образы конфликтной ситуации, имеющиеся у каждого из участников конфликта. Эти внутренние картины ситуации включают представления участников о самих себе (своих мотивах, целях, ценностях, возможностях и т.п.), представление о противостоящих сторонах (их мотивах, целях, ценностях, возможностях и т.п.) и

представление. о среде, в которой складываются конфликтные отношения. Именно эти образы, идеальные картины конфликтной ситуации, а не сама реальность являются непосредственной детерминантой конфликтного поведения участников. Последнее обстоятельство представляется принципиально важным с точки зрения социально-психологических исследований конфликта. Оно обнаруживает, возможно, наиболее существенный срез социального конфликта как объекта социально-психологического анализа.

В целом образы, внутренние картины конфликтной ситуации порождаются и обуславливаются объективной реальностью. Однако отношения образов и реальности весьма сложны, и они допускают, в частности, случаи серьезного расхождения. Ниже мы еще остановимся на этом вопросе.

Возможные действия участников конфликта. Образы конфликтной ситуации, имеющиеся у ее участников, определяют набор возможных действий, предпринимаемых сторонами. Поскольку действия противостоящих сторон в большой степени влияют друг на друга, взаимообуславливаются, в любом конфликте они приобретают характер взаимодействия. Заметим, кстати, что в теории игр, исследующей формальные модели конфликта, существует специальный термин для описания действия, учитывающего все возможные ответные реакции противостоящей стороны. Мы имеем в виду термин «стратегия», играющий ключевую роль в случае матричного представления конфликта. Существенно отметить, что помимо своей непосредственной функции, например способствовать достижению своих целей, препятствовать достижению целей противостоящей стороны и т.п., действия включают также моменты общения сторон и играют в этой связи важную информационную функцию.

Как отмечает Т. Шеллинг, имея в виду конфликтную ситуацию, слова часто дешевы, участники предпочитают судить о намерениях, ценностях, возможностях противостоящих сторон в первую очередь не по их словам, а по их действиям. Аналогичным образом они часто обращаются к

действиям для того, чтобы передать противостоящей стороне свои намерения оценки и продемонстрировать свои возможности.

Исходы конфликтных действий. Исходы (или, иными словами последствия, результаты конфликтных действий) не представляют собой нечто, лежащее за пределами самого конфликта. Напротив, они органично вплетены в самый конфликт. Во-первых, они включаются в конфликт на идеальном уровне: участники конфликта с самого начала имеют образ возможных исходов и в соответствии с этим образом выбирают свое поведение. Не менее существенно, однако, что и сами реальные последствия конфликтных действий оказываются составным элементом процесса конфликтного взаимодействия. Как правило, в конфликте действия предпринимаются по частям и поэтому перемежаются с их результатами. Осознание этих результатов, коррекция участниками своих представлений о конфликтной ситуации на основе такого осознания — важный момент конфликтного взаимодействия.

ВТОРОЙ ВОПРОС. Динамика и функции конфликта

Динамика конфликта. Всякий реальный конфликт представляет собой процесс. Рассмотрение конфликта в динамике предполагает вычленение стадий конфликта. К их числу можно отнести следующие: а) возникновение объективной конфликтной ситуации; б) осознание объективной конфликтной ситуации; в) переход к конфликтному поведению; г) разрешение конфликта.

Возникновение объективной конфликтной ситуации. В большинстве случаев конфликт порождается определённой объективной конфликтной ситуацией. Существо последней в общем виде можно представить следующим образом. Стороны А и В оказываются участниками объективной конфликтной ситуации, если стремление стороны А к достижению некоторого желаемого для неё состояния С объективно препятствует достижению стороной В некоторого желаемого

для неё состояния D. И наоборот. В частных случаях C и D могут совпадать. Это, например, имеет место, когда оба участника, A и B, стремятся к одной и той же цели, но при этом достижение этой цели одним из них исключает достижение её другим. Кроме того, A и B могут оказаться сторонами одной и той же личности, в этом случае мы имеем дело с внутриличностным конфликтом.

Какое-то время объективная конфликтность ситуации не сознаётся сторонами. Эту стадию поэтому можно назвать стадией потенциального конфликта, ибо подлинным конфликтом он становится лишь после восприятия, осознания объективной ситуации её участниками.

Осознание объективной конфликтной ситуации. Чтобы конфликт стал реальным, участники его должны осознать сложившуюся ситуацию как конфликтную. Именно восприятие, понимание реальности как конфликтной порождает конфликтное поведение. Обычно понимание ситуации в качестве конфликтной является результатом осмысления реально сложившегося объективного противоречия интересов, стремлений. Однако нередко конфликтность образов возникает в случае, когда объективная основа конфликта отсутствует. Более детально возможны следующие варианты отношений между идеальными картинками и реальностью:

1. Объективная конфликтная ситуация существует, и стороны считают, что структура их целей, интересов конфликтна, и правильно понимают существо реального конфликта, то есть правильно оценивают себя, друг друга и ситуацию в целом. В этом случае перед нами адекватно понятый конфликт.

2. Объективная конфликтная ситуация существует, и стороны воспринимают ситуацию как конфликтную, однако с теми или иными существенными отклонениями от действительности. Это случай неадекватно понятого конфликта.

3. Объективная конфликтная ситуация существует, но она не осознаётся сторонами. В этом случае мы по сути не имеем

дело с конфликтом как социально-психологическим явлением, поскольку психологически он не существует для сторон и они конфликтным образом не взаимодействуют.

4. Объективная конфликтная ситуация отсутствует, но тем не менее отношения сторон ошибочно воспринимаются ими как конфликтные. В этом случае мы имеем дело с так называемым ложным конфликтом.

5. Конфликтность отсутствует и объективно, и на уровне осознания.

Для социально-психологического анализа, по-видимому, особенно интересны случаи неадекватно понятого и ложного конфликта. Поскольку именно внутренняя картина ситуации, имеющаяся у участников, определяет их непосредственное поведение в конфликте, важно тщательно исследовать, с одной стороны, факторы, определяющие ее отклонение от реальности (например, уровень информированности участников, структура их коммуникаций и т.д.), и, с другой — механизм влияния самих этих отклонений на течение конфликта (его продолжительность, интенсивность, характер разрешения и т.п.).

Кроме того, осознание ситуации как конфликтной всегда сопровождается эмоциональным окрашиванием. Возникающие эмоциональные состояния оказываются включенными в динамику любого конфликта, активно влияя на его течение и исход. Механизм возникновения и влияния эмоциональных состояний участников конфликта на его развитие также является специфической проблемой социально-психологического анализа.

Переход к конфликтному поведению. Помимо эмоционального окрашивания, осознание конфликтной ситуации может сопровождаться переходом к конфликтному поведению сторон. Конфликтное поведение можно определить как действия, направленные на то, чтобы прямо или косвенно заблокировать достижение противостоящей стороной ее целей, намерений и так далее. Заметим, что необходимым условием, необходимым признаком конфликтного поведения является его осознание сторонами в качестве именно конфликтного. Если,

например, сторона А предпринимает действия, блокирующие достижение стороной В ее целей, но при этом ни А, ни В не сознают, что эти действия препятствуют В, то поведение А нельзя назвать конфликтным.

Конфликтное поведение одной стороны по отношению к другой не обязательно является результатом осознания конфликтной ситуации между этими сторонами. Конфликтное поведение А по отношению к В может быть, например, формой снятия внутренних напряжений А. В этом случае мы обычно имеем дело с переходом внутреннего конфликта во внешний.

Конфликтные действия резко обостряют эмоциональный фон протекания конфликта, эмоции же, в свою очередь, стимулируют конфликтное поведение. вообще существенно, что взаимные конфликтные действия способны видоизменять, усложнять первоначальную конфликтную структуру, принося новые стимулы для дальнейших действий. Таким образом, стадия конфликтного поведения порождает тенденции к эскалации, дестабилизации конфликта.

Вместе с тем этой же стадии свойственны и тенденции противоположного характера. Дело в том, что конфликтные действия выполняют в известном смысле познавательную функцию, Стороны вступают в конфликт с некоторыми гипотетическими, априорными картинками своих интересов, возможностей и т.п., намерений, ценностей другой стороны и определенными предположительными оценками среды. В ходе конфликтных действий стороны сталкиваются с самой действительностью, которая корректирует их первоначальные априорные картины. Эта коррекция приводит к более адекватному пониманию сторонами имеющейся ситуации, что, в свою очередь, обычно способствует разрешению конфликта по крайней мере в форме прекращения конфликтных действий.

Нередко конфликт отождествляют со стадией конфликтного поведения. Такое отождествление представляется ошибочным: конфликт — значительно более сложное многогранное явление. Однако справедливо, что переход к конфликтному поведению означает вступление конфликта в свою открытую, явную и обычно наиболее острую

стадию. И поэтому, естественно, что в первую очередь на устранение конфликтного поведения бывают направлены различные способы разрешения конфликта.

Разрешение конфликта. Разрешение — заключительная стадия эволюции конфликта. Разрешение конфликта возможно, во-первых, за счет преобразования самой объективной конфликтной ситуации и, во-вторых, за счет преобразования образов ситуации, имеющих у сторон. вместе с тем и в том и в другом случае возможно двойное разрешение конфликта: частичное, когда исключается только конфликтное поведение, но не исключается внутренне сдерживаемое побуждение к конфликту у сторон, и полное, когда конфликт устраняется и на уровне фактического поведения, и на внутреннем уровне. Полное устранение конфликта за счет преобразования объективной конфликтной ситуации мы имеем, например, когда посредством разведения сторон они лишаются возможности и необходимости контакта и, следовательно, конфликтного взаимодействия (перевод одного из конфликтующих сотрудников в другое подразделение). К тому же типу относится разрешение конфликта, состоящего в борьбе сторон за некоторые ограниченные ресурсы, посредством изыскания дополнительных ресурсов и полного удовлетворения ими обеих сторон.

Частичное разрешение конфликта на объективном уровне имеет место, когда посредством соответствующей модификации реальных условий среды конфликтная ситуация преобразуется таким образом, что стороны оказываются незаинтересованными в продолжении конфликтных действий, хотя стремление достичь первоначальной цели у сторон остается. К этому типу относятся, например, многие чисто административные решения конфликта, вводящие определенные запреты и санкции на случаи их нарушения.

Разрешение конфликта посредством изменения образов, имеющих у сторон, — особенно интересный для социального психолога случай. Подобное разрешение конфликта (полное или частичное) предполагает прежде всего

переструктурирование имеющихся ценностей, мотивов, установок, а также принятие новых, и поэтому здесь уместен весь арсенал средств, разрабатываемых социальной психологией для этих целей.

Заключая рассмотрение динамики конфликта, уместно отметить также следующее. Во-первых, все сказанное выше относительно динамики конфликта не следует понимать в том смысле, что в конфликт непременно проходит каждую из перечисленных стадий. Например сложившаяся объективная конфликтная ситуация может остаться незамеченной, не воспринятой сторонами. В этом случае конфликт ограничится своей первой стадией и останется на уровне потенциального. С другой стороны, стадия восприятия ситуации как конфликтной может наступить в условиях, когда объективная конфликтная ситуация отсутствует. Далее, разрешение конфликта может последовать непосредственно за его восприятием, прежде чем стороны предпримут какие-то конфликтные действия в отношении друг друга. Исследования социально-психологических факторов, влияющих на тот или иной вариант течения конфликта, – одна из задач социального психолога.

Во-вторых, важным моментом динамики конфликта являются его возможные переходы из одних форм в другие. Диапазон таких переходов весьма широк. Например, внутренний конфликт (внутриличностный, внутригрупповой) может переходить во внешний (межличностный, межгрупповой) и внешний — во внутренний. Последнее, в частности, имеет место в случае частичного разрешения конфликтов, когда тем или иным образом пресекается конфликтное поведение, направленное вовне (на противостоящую сторону) но внутреннее стремление к этому конфликтному поведению не исчезает, а лишь сдерживается, порождая тем самым внутреннее напряжение, внутренний конфликт. Далее, упоминавшийся уже ложный конфликт, то есть конфликт, возникающий при отсутствии объективной конфликтной ситуации в силу ошибочного взаимного восприятия сторон, может трансформироваться в истинный, подлинный. Аналогичным образом истинный (ложный)

конфликт по одному поводу может перейти в истинный (ложный) конфликт по другому поводу и т.д. Последнее, например, происходит, когда конфликт, возникший на личной почве, перерастает в деловой и обратно.

При исследовании взаимоотношений в различных группах социальному психологу довольно часто также приходится сталкиваться с серией частных, на первый взгляд неоправданных конфликтов, которые на самом деле репрезентируют какой-то глубокий, серьезный конфликт. Последний, являясь базовым, иррадирует, обрастая совокупностью внешних, более мелких конфликтов.

Функции конфликта. Если исходить из большого числа социально-психологических исследований, направленных на поиски путей устранения конфликта из внутриличностной сферы, сферы межличностных, внутригрупповых и межгрупповых отношений, то легко прийти к ошибочному выводу, что конфликт играет лишь негативную роль, выполняет лишь деструктивную функцию. В действительности, однако, социальный конфликт, будучи одним из наиболее ярких проявлений противоречия, сам внутренне противоречив, выполняя не только деструктивную, но и конструктивную функцию. При выяснении роли конфликта принципиально важен конкретный подход. Один и тот же конфликт может быть деструктивным в одном отношении и конструктивным в другом, играть негативную роль на одном этапе развития, в одних конкретных обстоятельствах и позитивную — на другом этапе, в другой конкретной ситуации.

Деструктивная функция конфликта. Проявления деструктивных функций конфликта крайне разнообразны. Внутриличностный конфликт, например, порождает состояние психологического дискомфорта, который влечет, в свою очередь, серию различных негативных последствий и в крайних случаях может привести к разрушению личности. На уровне группы конфликт может нарушать систему коммуникаций, взаимосвязей, ослаблять ценностно-ориентационное единство, снижать групповую сплоченность и в итоге понижать эффективность функционирования группы в

целом. Аналогичным образом деструктивные функции конфликта проявляются и в межгрупповых взаимоотношениях. Заметим, что деструктивное влияние конфликта может иметь место на каждом из этапов его эволюции: этапе объективной конфликтной ситуации, этапе ее осознания сторонами, этапе конфликтного поведения, а также на стадии разрешения конфликта. Особенно остро деструктивные воздействия конфликта обнаруживаются обычно на стадии конфликтного поведения, конфликтных действий.

Конструктивная функция конфликта. Конструктивные воздействия конфликта также весьма многообразны. Так, общеизвестно, что внутриличностный конфликт не только способен оказывать негативное влияние на личность, но и часто служит мощным источником развития личности, ее совершенствованиях (например, в виде чувства неудовлетворенности собой). В групповых и межгрупповых отношениях конфликт может способствовать предотвращению застоя (стагнации), служит источником нововведений, развития (появление новых целей, норм, ценностей и т.п.). Конфликт, особенно на стадии конфликтного поведения, играет познавательную роль, роль практической проверки и коррекции имеющихся у сторон образов ситуации. Кроме того, обнаруживая, обнажая объективные противоречия, существующие между членами группы (группами), и устраняя их на стадии разрешения, конфликт освобождает группу от подтачивающих ее факторов и тем самым способствует ее стабилизации. Общеизвестно также, что внешний конфликт может выполнять интегративную функцию, сплачивая группу перед лицом внешней опасности, внешних проблем. Как это видно отчасти из вышесказанного, конструктивные функции конфликта, подобно его деструктивным функциям, могут проявлять себя на всех этапах эволюции конфликта.

ТРЕТИЙ ВОПРОС. Разрешение производственного конфликта

Помимо затронутых выше аспектов: типологии, структуры, динамики, функций конфликта — имеется еще одна весьма существенная сторона рассматриваемой проблемы, заключающаяся в практическом отношении к конфликту. В рамках этого аспекта можно выделить целый ряд важных понятий: помимо упоминавшегося ранее разрешения конфликта, можно, например, назвать предотвращение конфликта, его профилактику, ослабление и т.п. Однако, как уже отмечалось, конфликт не является безусловно негативным и нежелательным, названные понятия являются частным случаем более общей позиции по отношению к конфликту, а именно позиции управления конфликтом.

Конфликтные ситуации создают серьезные проблемы для многих организаций. Действительно, руководители утверждают, что от 15 до 25% своего времени они тратят на разрешение конфликтов, проявляющихся в той или иной форме. Учитывая это обстоятельство, американские исследователи Бэрн и Томас сделали своей задачей выявление источников конфликтов и разработку различных техник, которые могли бы быть полезны в случае возникновения производственных конфликтных ситуаций. Результаты исследований показывают, что во многих случаях причиной производственного конфликта являются социальные факторы, такие как испытываемое в течение длительного времени стрессы, недовольство, стереотипы, неверная интерпретация мотивов поступков других людей и т. п. Если это утверждение верно, то вполне логично предположить, что может быть полезна гипотеза несовместимых реакций для решения производственного конфликта. В нескольких недавно проведенных исследованиях этому предположению искали подтверждение.

В первом из поставленных экспериментов испытуемые, мужчины и женщины, изображали руководителей большой организации, которые обсуждали две проблемы, постоянно стоящие на повестке дня в их воображаемой компании: следует ли переместить ее на крайний юг США и следует ли вкладывать огромные средства в производство нового

продукта? Одним из участников обсуждения был помощник экспериментатора, выразивший несогласие с любой точкой зрения, излагаемой испытуемыми. Однако способ выражения несогласия, к которому он прибегал, постоянно менялся. В одном случае он выражал несогласие спокойным, уверенным тоном (например, «Я понимаю вас, но согласиться все же не могу»). В другом случае он выражал свое несогласие в брюзгливо-высокомерной манере (например, «Боже мой, что за чушь вы несете?»).

Следующий этап эксперимента начинался после окончания обсуждения «двух проблем». На этот раз экспериментатор на несколько минут покидал комнату, якобы для того чтобы взять необходимые формы. Все это время его помощник либо сидел спокойно, либо действовал в соответствии с одной из трех моделей поведения, предназначением которой являлась генерация у испытуемых положительных эмоций, несовместимых с гневом. Он либо предлагал им конфеты, заявляя, что еще не «пришел в себя» после важных экзаменов; либо просил их оказать ему помощь в выборе самой смешной карикатуры для очередного эксперимента.

Когда экспериментатор возвращался, участники эксперимента заполняли опросник, в котором им предлагалось оценить помощника экспериментатора по нескольким характеристикам (например, привлекательность, любезность) и указать, каким они бы предпочли способом разрешить конфликт с ним (избегание, соперничество, согласие, компромисс, сотрудничество).

Результаты показали, что испытуемые давали более низкую оценку помощнику экспериментатора и указывали на большую вероятность отрицательного отношения к нему в будущем, если он вел себя надменно, а не благоразумно. Кроме того, что для нас более важно, испытуемые выразили большее желание сотрудничать с ним, когда они были в ситуации с актуализированной гипотезой несовместимых реакций. Получившие небольшой подарок попадали под влияние просмотренных карикатур или проникались сочувствием к

помощнику экспериментатора и было более склонны к сотрудничеству с ним, нежели испытуемые из контрольной группы

Эти результаты нашли подтверждение в дальнейших работах, где для генерации несовместимых реакций у разгневанных испытуемых использовались различные процедуры. Результаты этих экспериментов показывают, что такие действия помощника экспериментатора, как ненавязчивая лесть и самоуничижение, также эффективны для изменения настроения испытуемых и для повышения вероятности выбора ими в качестве способа разрешения будущих конфликтов сотрудничества, нежели соперничества или избегания. Кроме того, вышеупомянутое поведение ассистента приводило к уступкам со стороны реципиентов во время инсценированных переговоров.

ПРИЛОЖЕНИЯ

I. Методические материалы по курсу психологии

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИИ XIX–XX ВВ.

ТЕМА 1. ЭВОЛЮЦИЯ ПРЕДМЕТА ПСИХОЛОГИИ. СПЕЦИФИКА НАУКИ

1. Предмет психологии

Приступая к изучению всякой научной дисциплины, прежде всего, следует уяснить себе её предмет. Значение термина «психология» позволяет нам это сделать. Слово «психология» переводится с греческого как «учение о душе» или, говоря более научным языком, «о психике».

Однако необходимо учесть, что определение предмета психологии претерпевало изменения в зависимости от того, какие проявления психики избирались в качестве объекта исследования: сознание, факты поведения или неосознаваемые психические процессы.

Раскрывая само понятие психики как особой формы отражения субъектом объективной реальности, важно обратить внимание на функцию психики как регулятора деятельности, связанную с её свойством отражать одновременно и состояние окружающего мира, и состояния самого субъекта.

Определяя критерий психического, необходимо отметить, что, являясь особой формой отражения как всеобщего свойства материи, психическое отражение связано, согласно гипотезе А.Н. Леонтьева, с таким свойством живых организмов, как

чувствительность, то есть способность отражать абиотические воздействия среды, связанные с биологически значимыми. Чувствительность вызывает высшую форму активности живых организмов – сигнальное поведение.

Рассматривая деятельность как направленную полимотивированную активность субъекта, уместно остановиться подробнее на основных психологических свойствах субъекта, таких, как его активность, способность к развитию и саморазвитию, наличие у него внутренних противоречий. Поскольку субъект является воспринимающим и познающим объективную реальность, постольку объект есть то, что имеет устойчивые и постоянные признаки, воспринимаемые всем сообществом субъектов независимо от их индивидуальных желаний.

Таким образом, прослеживается взаимосвязь понятий «деятельность», «субъект», «объект», «отражение».

При решении вопроса о предмете психологии встаёт ещё одна проблема, носящая методологический характер. Она получила название психофизиологической. Важно уметь раскрыть суть её в дискуссионности соотношения физиологических и психических процессов. Важно также понять, почему окончательного решения этой проблемы не существует, несмотря на утверждение в научном сознании материалистического взгляда на психику.

Психофизиологическая проблема порождает определённые трудности при осмыслении предмета психологии, в частности: возникает ли психика как свойство мозга, или как функция деятельности; допустимо ли говорить о материальности образа как единицы психического восприятия; что понимать под объективным методом изучения в психологии, если специфика психических явлений – их субъективность? Наконец, в чём различие между психическими явлениями и психологическими фактами?

2. Отрасли психологии

Слушателям данного курса необходимо составить себе представление о современной психологии как о разветвлённой системе специальных дисциплин или отраслей научного знания, классификация которых возможна по различным основаниям, среди которых наиболее значимы два критерия: а) вид (содержание) деятельности субъекта (инженерная психология, юридическая психология и др.); б) сам субъект, характер его развития и связей с обществом (возрастная психология, психология индивидуальных различий, социальная психология и др.).

3. Предмет данного учебного курса

Как явствует из его названия, данный курс призван познакомить студентов с основами общей психологии и некоторыми социально-психологическими дисциплинами. У студентов должно быть сформировано чётко дифференцированное представление о предметах и объектах изучения обеих отраслей психологической науки.

Если общая психология – наука о закономерностях психической жизни вообще, то социальная психология – наука о закономерностях поведения и деятельности людей, обусловленных включением последних в социальные группы. Предметом социальной психологии являются также психологические характеристики самих этих групп.

В связи с этим важно обозначить различия в определении понятия «личность» с точек зрения дифференциальной, социальной и общей психологии, что позволяет определить и такое понятие общей психологии как «психический склад личности».

При рассмотрении закономерностей функционирования психики, составляющих предмет общей психологии, следует обратить внимание на три основные группы явлений: а) психические процессы (память, внимание, воображение, ощущение, восприятие и мышление); б) психические состояния (эмоции, чувства, аффекты); в) психические свойства (такие, как темперамент, задатки, способности). Условность выделения этих групп связана со взаимозависимостью психических явлений и целостностью психической жизни вообще.

ТЕМА 2. ВОЗНИКНОВЕНИЕ НАУЧНОЙ ПСИХОЛОГИИ

1. Поиск объективного психологического метода.

Экспериментальная психология сознания

Прежде всего, надо составить себе представление о самом понятии научного эксперимента в его общих чертах. Экспериментальный метод позволяет доказать, что подмеченная связь между какими-либо параметрами является каузальной, то есть причинно-следственной зависимостью. Для доказательства экспериментальной гипотезы исследователь планирует, каким образом можно изменить независимую переменную, чтобы изучить её влияние на зависимую при нейтрализации всех прочих («контролируемых» переменных). Таким образом, эксперимент представляет собой вмешательство учёного в естественный ход вещей, создание искусственных условий с целью выявления конкретной закономерности.

Об экспериментальной психологии можно говорить и как о самостоятельном течении, и как о применении данного метода в различных отраслях науки наряду с прочими.

Исторически основателем экспериментальной психологии считается В. Вундт, пытавшийся преодолеть спекулятивный

характер психологических размышлений в рамках философии привнесением естественнонаучных способов исследования.

С именем В. Вундта (1832–1920) связывают рождение научной психологии. В 1879 г. в Лейпциге им была создана первая лаборатория экспериментальной психологии. Предметом исследований объявлялось сознание, точнее, явления внутреннего непосредственного опыта, доступные интроспекции. Структурный научный подход Вундта выразился в попытке расчленить предмет изучения на отдельные элементы – субъективные и объективные, простые и сложные, описать их свойства и проанализировать связи между ними. В опытах использовались простейшие приборы, производилось специальное обучение интроспекционистов. Процессы восприятия и внимания также были исследованы методом интроспекции.

Необходимо понимать парадоксальность программы Вундта: объективные результаты должны были быть получены субъективным методом, зависящим как от самого интроспекциониста и его изменчивых состояний, так и от степени его обученности. Однако противоречивость экспериментальной психологии Вундта стимулировала развитие экспериментального метода в дальнейшем.

Программа Вундта была подвергнута критике как со стороны представителей других направлений, так и «изнутри» психологии сознания представителями функциональной ориентации. Основные претензии предъявлялись к методу за его субъективность, ограниченность его применимости, за искажение им фактов сознания и нечёткость терминологии.

Признавая Вундта законным наследником идей Декарта и Локка, важно учитывать, что он трактовал сознание и функции интроспективного метода иначе, нежели его предшественники. Одновременно с Вундтом Ф. Brentano (1838–1917) выдвинул свою программу исследования сознания методом интроспекции. Однако предметом психологии назывались не элементы сознания, а его акты в их направленности на объект,

то есть сознание понималось функционально. Следует отметить и недостатки подхода Brentano. Основным заключался в ограничении психической активности внутренним миром субъекта, в отказе рассматривать за предметным содержанием образа предметное, реальное действие и мотив, к нему побуждающий.

2. Русская физиологическая школа

И.М. Сеченов (1829–1905) утверждал насущную необходимость для психологии объективного метода взамен субъективного метода интроспекции, что предполагало и обновление понимания предмета науки. Им должна была стать психическая деятельность, представленная в поведении. Особое внимание следует обратить на то, что Сеченов не отождествлял психический акт с рефлекторным, но признавал их родство по способу осуществления, считая и тот и другой трёхчленным, замкнутым, саморегулирующимся процессом. Впервые в истории науки предмет психологии должен был охватить весь цикл взаимодействия субъекта с миром. В этот цикл Сеченовым был включён также процесс интериоризации внешнего действия, что определило возникновение новой формы психологического детерминизма как механизма преобразования социального во внутриспсихическое.

Открытие Сеченовым центрального торможения повлияло на формирование теории З. Фрейда. Вклад русского учёного в развитие мировой науки весьма значителен, однако не следует забывать об определённой ограниченности сеченовского подхода.

Русский учёный Н.Н. Ланге заложил теоретическую основу объективного исследования, указав на биологическую ценность психической жизни для приспособления организмов в ходе эволюции. Необходимо отметить существование современного генетического подхода к исследованию приспособительных реакций человека.

Наибольшее влияние на развитие психофизиологии во всём мире оказали нобелевский лауреат И.П. Павлов, создавший учение о высшей нервной деятельности (ВНД), и В.М. Бехтерев, основавший в 1885 г. первую в России экспериментально-психологическую лабораторию, создатель рефлексологии. Их теории также способствовали возникновению американского направления психологии поведения.

3. Расширение области экспериментального исследования

Возникновение собственно психологических, не заимствованных из физиологии, методов экспериментального исследования обязано программе опытного изучения памяти, осуществлённой немецким психологом Г. Эббингаузом в 80-е годы XIX в. Если в психологии сознания пытались изучать закономерности ассоциативной памяти, Эббингауз изобрёл особый экспериментальный объект, призванный нейтрализовать сознательные ассоциации. Учёный выработал методику заучивания и сбережения в памяти бессмысленных слогов, что привело к открытию так называемого «фактора края списка», построению «графика забывания», выделению непосредственной, «речедвигательной» памяти. Значимо экспериментальное подтверждение Эббингаузом независимых от сознания психологических закономерностей.

Исследования памяти Эббингаузом позволили определить её как универсальный психический процесс, объединяющий процессы запечатления, сохранения и воспроизведения, в которых, в свою очередь, можно выделить подвиды мнемической деятельности. Были названы несколько разновидностей памяти. Изучение Эббингаузом навыков послужило основой для рассмотрения памяти как результата научения, зависящего от времени научения и пауз между пробами. Экспериментальное изучение памяти широко

практиковалось впоследствии в рамках когнитивной психологии.

Неизменный интерес вызывают, помимо исследований памяти, экспериментальные исследования внимания – от «диагностического» подхода к ним Вундта до «аналитического» подхода когнитивной психологии. В различных теориях внимание трактовалось и как процесс, и как свойство сознания. Правильнее было бы определить внимание как избирательную направленность познавательной деятельности субъекта на её объект и сосредоточенность на нём. В зависимости от произвольности и опосредованности внимания принято выделять несколько его видов. Надо отметить, что в разных подходах акцентировались различные характеристики внимания. Моторная теория Н.Н. Ланге представляет внимание как процесс психофизиологического единства, управление которым связано с управлением движениями. Исследования формирования внимания в отечественной психологии продолжали впоследствии Выготский, Гальперин, Добрынин, в частности, опытным путём изучая процесс интериоризации контроля.

Принципиально новую страницу в понимании психологии как экспериментальной науки открыли в первой половине XX века американские социальные психологи. Эксперимент покинул стены лаборатории и стал применяться в социальных исследованиях. Например, эксперименты Тейлора и «хотторнские исследования» Э. Мэйо, доказавшие зависимость производительности труда от социального фактора в группе. Экспериментальный подход на десятилетия определил развитие в США социальной психологии, лишь в 70-е годы там наметилась тенденция обращения к европейской традиции.

Особой формой экспериментальных исследований следует считать психологическое тестирование, применяемое для выявления индивидуальных различий в дифференциальной психологии.

У истоков этого направления стоит Ф. Гальтон, ещё в XIX веке в Англии включивший «измерительные испытания» в состав своей науки «антропометрики». Он автор самого термина «тест».

Не следует забывать, что с Гальтоном связано и возникновение такого метода, как метод свободных словесных ассоциаций, получивший, как известно, дальнейшее развитие в психологии и даже практическое применение в криминалистике.

С начала XX столетия тесты стали широко применяться. Популярный и эффективный по сей день тест, выявляющий коэффициент интеллектуальности (IQ), восходит исторически к исследованиям А. Бине и Т. Симона, проводившимся среди детей по заданию Министерства образования Франции. Важно отметить, что посредством специально разработанной методики экспериментаторам удалось выявить различие между хронологическим и «умственным» возрастом, определяющим развитие детского мышления.

Внедрение в практику психологии экспериментального метода не могло не актуализировать и в этой области проблему, вообще связанную с экспериментированием: нравственную проблему допустимости опытов над животными и людьми. Всегда следует учитывать гуманистический, этический и, наконец, правовой аспекты этой пока не имеющей однозначного решения проблемы.

ТЕМА 3. ПСИХОАНАЛИЗ КАК УЧЕНИЕ О БЕССОЗНАТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ

1. Понятие мотивации

Под мотивом в психологии следует понимать аффективно закреплённый предмет потребности, который направляет деятельность. Иерархия человеческих потребностей, таким образом, определяет всё многообразие мотивов, часть из которых осознаётся индивидом, другая же функционирует вне сферы сознания, управляя поведением исподволь.

Необходимо различать базовые и производные мотивы, которые, зачастую, вступают в противоречие друг с другом. Первые направляют удовлетворение физиологических потребностей, вторые – социальных и личностных. В современной науке используются две основные модели объяснения человеческой мотивации: мотивация повышением компетентности во взаимодействии с окружением и мотивация редукцией напряжения, созданного потребностью.

2. Классический психоанализ З. Фрейда

Редукционная модель впервые была описана австрийским психиатром З. Фрейдом (1856–1939). Согласно его теории, психика имеет энергетическую основу и подчиняется всеобщему закону сохранения энергии. Нейрофизиологическое состояние возбуждения – источник психической энергии, чрезмерное скопление которой требует разрядки или трансформации, вызывая неприятные ощущения у индивида. Возбуждение вызывается неудовлетворённой телесной потребностью – инстинктом.

Фрейд выделял две группы влечений: влечения Эроса и Танатоса. Среди «влечений к жизни» сексуальным влечениям он придавал особое значение в качестве определяющих поведение.

Теория Фрейда получила название психодинамической. Важно учитывать, что именно он понимал под динамикой психических процессов (конфликтное взаимодействие различных мотивов и сфер психического, определяющее

механизмы поведения). Суть вклада Фрейда в развитие психологии заключается в следующем:

1) выделение в психике, помимо сознания, предсознательного и бессознательного;

2) сновидения, ошибочные действия и невротические симптомы Фрейд определил как три формы проявления бессознательного, доступные методу психоанализа;

3) теоретическая интерпретация фактов бессознательного как последствий двух типов конфликтов внутри структуры личности: между Ид и Эго, но главным образом, между Ид и Супер-Эго.

Суть конфликтности психической жизни, по Фрейду, надо видеть в том, что непосредственное удовлетворение биологической потребности индивида наталкивается уже в раннем детстве на препятствия социального происхождения, и тогда потребность вытесняется в область бессознательного, перенося туда энергетический заряд. В случае непродуктивного решения проблемы энергия либидо или агрессии находит себе выражение в асоциальном или болезненном поведении индивида. Но существует, по Фрейду, и возможность продуктивного решения конфликта между природным влечением и культурным запретом. В этом случае внутренний конфликт выступает в качестве движущей силы развития. Механизм такого решения был назван Фрейдом сублимацией. Вся история и структура цивилизации, по мнению Фрейда, являются продуктом сублимации эротических и агрессивных влечений.

Критика Фрейда со стороны его оппонентов осуществлялась по четырём основным направлениям: 1) критика психосексуальной теории как универсального объяснительного принципа; 2) критика механицизма теории; 3) критика биологизации Фрейдом человеческой психики; 4) критика психологизации социальной истории.

3. Психоанализ в поисках объективного метода

Следует иметь в виду, что свою врачебную практику Фрейд начинал с терапии психозов методом гипнотического катарсиса. Но вскоре отказался от гипноза, задавшись целью отыскать неманипулятивный способ возвращения в сознание пациентов вытесненных оттуда содержаний, провоцировавших заболевание.

В итоге Фрейдом было предложено три метода психоанализа, среди которых основным в его работе стал метод свободных ассоциаций. Необходимо обратить внимание на условность этого термина. На самом деле ассоциации становятся символическим выражением вытесненных содержаний и направляются неосознаваемым процессом. Постепенное осознание и отреагирование подавленного конфликта позволяет достичь конструктивных личностных изменений и лучшей адаптации. Если в психологии сознания центральной была фигура интроспекциониста, то в психоанализе ведущая роль принадлежала аналитику как интерпретатору ассоциативных связей.

Интересно отметить, что в последнее время были созданы лабораторные методики, позволяющие проверить объективность психоаналитических интерпретаций. Наиболее эффективен метод подпороговой психодинамической активации Силвермана.

4. Эволюция психоанализа

В дальнейшем сторонники психоанализа теоретически разошлись. Одни направления сохраняют приверженность классическому фрейдизму, другие отошли от него достаточно далеко. Среди первых «отступников» нужно назвать двух учеников Фрейда, не согласившихся с «пансексуализмом» его теории. Оба они стали основателями самостоятельных школ: А. Адлер – индивидуальной психологии, К.Г. Юнг – аналитической психологии.

Необходимо понять суть динамической теории личности Адлера как обнаружение тенденции к личностному совершенствованию. Ведущей мотивационной силой в этом случае выступает стремление человека преодолеть чувство неполноценности, неизбежно возникающее в детстве. Компенсацией ощущения своей неполноценности становится стремление к совершенствованию. В патологических случаях формируется комплекс неполноценности, компенсируемый комплексом превосходства. При изложении теории Адлера важно определить, что вкладывается в понятие «индивидуального жизненного стиля», что определяет типологию личности и характера, по Адлеру.

Другим учеником Фрейда, оправдавшим большие надежды учителя в неожиданном для того направлении, был Юнг: Фрейдову концепцию бессознательного Юнг включил в качестве элемента в собственную теорию. В отличие от «индивидуального», прижизненно формируемого бессознательного, описанного Фрейдом, Юнг разработал концепцию «коллективного» бессознательного как глубинного пласта в структуре личности, биологически наследуемого и одинакового в ядре своём у всех людей. Коллективное бессознательное можно определить как латентную представленность в психике индивида видового и исторического опыта человечества, единицей которого является архетип. Опираясь на свои эмпирические исследования, Юнг наметил систематизацию архетипических образов. Энергию либидо Юнг рассматривал как универсальную психическую энергию.

Юнг предложил собственную типологию характеров не как застывших структур, но как вариантов баланса двух основных установок: экстравертной и интровертной. Одна из них становится доминирующей и определяет поведение. Другая, компенсирующая, действует из бессознательного, в норме способствуя поддержанию психического равновесия. Но иногда она активизируется чрезмерно и своими

«инфантильными» притязаниями приводит субъекта к нервному срыву.

Наряду с этими двумя установками Юнг выделяет четыре Эго-функции: мышление, чувство, ощущение и интуицию. Одна из функций также бывает доминирующей, вместе с установкой определяя условный тип характера, другие – подчинёнными. Согласно теории Юнга, функции бывают рациональными (мышление, чувство) и иррациональными. Если одна функция из подобной пары доминирует в сознании, другая оказывается наиболее вытесненной и преобладает в компенсирующей установке. Например, если тип можно охарактеризовать как «экстравертный мыслительный», бессознательное будет определять «интровертное чувство». Весь возможный набор подобных комбинаций и их качественных описаний составляет подвижную классификацию характеров, по Юнгу. Надо отметить, что эта классификация послужила основой теста, широко применяемого в настоящее время на Западе при подборе персонала.

Серьёзные сомнения в универсальности механизмов, открытых Фрейдом, вызвали «полевые» исследования представителей культурантропологии. В частности, работы М. Мид показали определяющую роль культуры в формировании психики ребёнка. Исследования Мид процесса взросления на Самоа вскрыли отсутствие условий формирования комплексов, характерных для европейской культуры. Неврозы в архаических сообществах менее распространены и имеют иное происхождение.

Не без влияния личного знакомства с М. Мид сформировалась позиция немецкого психиатра К. Хорни и её социокультурная теория личности. Начав как психоаналитик классической ориентации, Хорни отказалась вскоре от фрейдовой концепции определяющей роли сексуальных влечений. Основные положения собственной теории Хорни таковы:

1) этиология невроза – в нарушении социальных отношений между ребёнком и родителями, приводящем к фрустрации потребностей в удовлетворении и, главное, в безопасности;

2) фрустрация этих потребностей приводит к возникновению базальной враждебности и, далее, базальной тревоги, определяющих, в конечном итоге, три стратегии межличностного поведения;

3) в психологии половых ролей определяющее значение имеют социокультурные влияния.

К. Хорни и другие теоретики постфрейдистского направления придавали особое значение функциям Эго.

Э. Фромм также фокусировал свои исследования на влиянии социокультурных факторов в формировании личности. Он описал пять специфически человеческих экзистенциальных потребностей, мотивирующих деятельность индивида. Следует обратить внимание на то, что эти потребности базируются на конфликтующих между собой стремлениях к свободе и к безопасности. Способ удовлетворения данных потребностей определяет продуктивность или непродуктивность типа характера и, в целом, способ жизни типичного представителя современной цивилизации.

Для Э. Фромма социальный характер выступал связующим звеном между психикой индивида и социальной структурой общества. Фромм делил социальные типы характера на продуктивные и непродуктивные. Первые представляют собой некое идеальное состояние психического и социального здоровья личности, возможное в совершенном обществе. Непродуктивные типы объединяются в четыре категории: рецептивные, эксплуатирующие, накапливающие и рыночные. Соответственно выделены четыре ориентации в процессе социализации: мазохистская, садистская, деструктивная, безразличная. Фромм говорил о сочетании в индивидах всех четырёх типов, с их положительными и отрицательными свойствами, в разной пропорции.

Надо отметить близость учения Э. Фромма некоторым положениям К. Маркса о сущности человеческой природы как исторически изменчивой и зависящей от социальных отношений. Близка была Фромму и идея Маркса о будущем создании общества свободной личности, основой которого станут разум, любовь и труд.

ТЕМА 4. БИХЕВИОРИЗМ: ПСИХОЛОГИЯ ПОВЕДЕНИЯ

1. Возникновение бихевиоризма

Возникновение бихевиоризма явилось протестом против экспериментальной психологии сознания, негативной реакцией на интроспекцию как недопустимый в науке субъективный метод. Под объективным методом Дж. Уотсон, основатель бихевиоризма, понимал метод естественнонаучный, то есть прямое наблюдение в экспериментальных условиях, обеспечивающее воспроизводимость результатов. Человеческое сознание, по мнению Уотсона, недоступно для объективного метода, поэтому и предметом психологии должно стать доступное наблюдению извне поведение как система реакций на внешние стимулы. Бихевиоризм – наука о поведении в этом смысле.

Уотсон много экспериментировал с целью выявить механизмы образования условных интегрированных реакций, признавая научной базой бихевиоризма учение Павлова и Бехтерева об условных рефлексах. Однако Уотсон считал, что исследование собственно физиологических процессов находится вне сферы внимания психологии, задача которой – научиться по стимулу предсказывать реакцию и наоборот, что позволит контролировать поведение, в том числе и в масштабах всего общества.

Одной из конкретных задач бихевиоризма признавалось выяснение законов образования реакций, чем исчерпывалось, по мнению Уотсона, научение, понимаемое как выработка определённого поведения.

Разработкой теории научения ещё до оформления концепции бихевиоризма занимался Э. Торндайк. Он пришёл к выводу о наличии единого закона научения для человека и животных. Такой способ научения получил название оперантного, или инструментального. Он осуществляется по методу «проб и ошибок», причём вероятность повторения случайного действия возрастает, если оно приводит к желаемым результатам.

Б. Скиннер дополнил теорию Торндайка разработкой в опытах на животных метода формирования реакций путём последовательных приближений, подкреплённых «шаг за шагом». Следует обратить внимание на роль подкрепления в методе Скиннера как подкрепления результата в отличие от подкрепления раздражителя в методе выработки условного рефлекса, по Павлову. В целом можно сделать вывод, что в классическом бихевиоризме субъект поведения рассматривается как реактивный автомат, лишённый самостоятельной активности.

2. Поведение и эмоции

Без особого труда можно заметить, что трактовка поведения в бихевиоризме Уотсона страдала чрезмерной механистичностью, за что очень скоро была подвергнута критике внутри самого бихевиорального направления психологии.

Разумеется, нельзя говорить об отрицании классическим бихевиоризмом сознания, мышления, эмоциональной сферы, но то, что понималось под объективностью метода, требовало рассматривать их исключительно в поведенческих проявлениях, то есть как всё ту же наблюдаемую извне

систему моторных актов, совершаемых в ответ на внешние стимулы. Эмоции подлежали научному изучению лишь в своих внешних проявлениях: вегетативных изменениях и составляющих невербального поведения: мимике, пантомимике, изменениях тембра голоса, интонаций речи.

Аффективный и когнитивный аспекты поведения в классическом бихевиоризме не рассматривались. Вне сферы научного познания был оставлен функциональный аспект понимания эмоций как внутренней детерминанты поведения, побуждающей и организующей деятельность индивида, как связующего звена между внутренней сферой потребностей и мотивов и внешней сферой деятельности.

3. Эволюция бихевиоризма

Эксперименты Э. Толмена на крысах показали ограниченность уотсоновской системы «стимул → реакция» ($S \rightarrow R$), в новом виде эта схема предстала как ($S \rightarrow$ промежуточная переменная $\rightarrow R$).

Концепция необихевиоризма строится на раскрытии роли и самого объёма понятия «промежуточной переменной». Важнейшим типом промежуточных переменных Толмен считал так называемые имманентные детерминанты поведения: его цель и «когнитивные карты» окружающей среды, которые постепенно формируются и сохраняются в латентном (скрытом) состоянии до той поры, пока появление цели не актуализирует их использование.

Необходимо понимать значение открытия когнитивной карты и латентного способа научения как целенаправленного объединения хранящейся в памяти информации, диктуемого новой ситуацией. Значение это, во-первых, – в доказательстве активной роли субъекта в построении своего поведения. Во-вторых, в новом понимании поведения как типа связи целостного пластичного организма со средой. Наконец, в-

третьих, в новом понимании научной объективности: объективно не только то, что даётся в непосредственном наблюдении, но и то, без чего невозможно объяснить наблюдаемое, то, что с необходимостью из него вытекает (наличие, например, когнитивной карты).

В широком смысле слова к промежуточным переменным можно отнести и индивидуальные характеристики (способности, установки), и приспособительные акты (осознание задачи, выдвижение гипотезы и так далее).

Несмотря на то, что в теоретическом плане исследования Скиннера стояли ближе к классическому бихевиоризму, отличаясь от него лишь введением понятий пошагового эффекта и «обратной связи» от реакций, они получили широкое прикладное применение в педагогике США и в терапии некоторых видов неврозов.

В заключение изложения программы бихевиоризма стоит коснуться оценки части данного учения, касающейся планов переустройства общества на основе разработки механизмов полного управления человеческим поведением и процессом воспитания индивида. Едва ли можно признать столь манипулятивные тенденции психологического подхода научными и гуманными. Именно это послужило причиной того, что бихевиоризм непрерывно подвергался критике как со стороны неопрейдистов, так и со стороны своего антипода – гуманистической психологии в лице её основателей А. Маслоу и К. Роджерса.

ТЕМА 5. РАЗВИТИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЦЕЛОСТНОСТИ ПСИХИКИ

1. Гештальт-психология

Немецкое слово «гештальт» означает «форма» или, точнее, «организация». Суть гештальт-психологической концепции в том, что восприятие высокоорганизованных животных (в том числе человека) целостно, то есть схватывает не отдельные элементы среды, впоследствии интегрируемые, а целостный образ предмета, отличный от простой суммы его частей. Эксперименты позволили выявить и другие характеристики восприятия, такие, как его структурность, предметность, осмысленность, константность.

Необходимо определить вклад в развитие гештальт-психологии трёх её основоположников: М. Вертгеймера, К. Коффки и В. Кёлера. Последнему, в частности, принадлежит открытие для науки явления инсайта («озарения», мгновенного постижения проблемной ситуации в целях её разрешения, термин образован от английского «insight» – «проницательность»). Инсайт рассматривается как признак интеллектуальной стадии развития психики, на которой, помимо оперантного научения (по методу проб, ошибок и закрепления случайного успеха), сформировался в ходе эволюции новый тип способов поведения. Важно понимать сходство и различие между научением путём инсайта и творчеством, с одной стороны, инсайтом и латентным научением (открытым Э. Толменом) – с другой.

Гештальт-психология явилась продуктивным научным направлением, внесшим существенный вклад в развитие современной когнитивной психологии и породившим широко распространённое теперь направление психотерапевтической работы. Гештальт-психология как один из факторов повлияла на формирование культурно-исторической теории Выготского.

2. Теория установки

Гештальт-психологи высказали экспериментально подтверждаемое предположение о том, что механизмы организации целостных образов в восприятии отчасти закладываются у субъекта ещё до рождения, отчасти определяются его опытом и индивидуальными характеристиками, то есть связаны с установкой.

Теорию установки разрабатывали Д.Н. Узнадзе и психологи созданной им в Грузии научной школы. Узнадзе различал сознательную и неосознаваемую установки, рассматривая психику в её целостности и направленности на объект, как это было свойственно и гештальт-психологам. Узнадзе экспериментально изучал условия и сам процесс формирования установок, что позволило ему выделить среди неосознаваемых моторную, перцептивную и умственную установки, а также обнаружить контрастную и ассимилятивную иллюзии установки.

Теория установки позволила определить последнюю как готовность организма или субъекта действовать в конкретной ситуации определённым образом, что вызывается фиксацией установки. Исследования позволили Узнадзе высказать предположение о наличии «досознательной» формы психики как ранней ступени развития любого сознательного процесса. Однако субъектом установок, по мнению Узнадзе, выступает не психика сама по себе, но целостная личность.

В Московском государственном университете исследование установок и их роли в формировании личности продолжил А.Г. Асмолов.

ТЕМА 6. КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

1. Роль знаков в развитии человеческой психики

В 1920–30-х годах культурно-историческая теория Выготского сформировалась под влиянием положения марксистской философии об определяющей роли орудийного труда в процессе антропогенеза. Выготский продолжил развитие идеи о связи орудийной и знаковой (речевой) деятельности.

Отличительной особенностью человека является его способность к преобразованию среды средствами, накопленными и выработанными в рамках культурной традиции. Культурный опыт сохраняется и передаётся от поколения к поколению не только в виде изготовленных орудий, но, главным образом, посредством знаковой речи, фиксирующей накопленный опыт.

Если внешняя среда преобразовывалась с помощью материальных орудий, собственная психика также осваивалась человеком с помощью орудий, только психических – знаков. Знак не только подменяет собою конкретный предмет или действие, но выполняет также и функцию обобщения, формируя понятия. Мир, таким образом, как бы раздваивается на вещественный и «обозначенный» в сознании, что открывает дорогу мышлению как «внепрактическому» познанию.

Процесс развития психики в онтогенезе Л.С. Выготский рассматривал как процесс интериоризации отношений управления и знаковых средств, то есть перевод их из межличностной сферы во внутриличностную в ходе освоения культуры через речевое общение.

Следует помнить, что культурно-историческую теорию называют ещё теорией общественно-исторического происхождения высших психических функций человека, под которыми подразумеваются произвольная память, произвольное внимание и логическое мышление.

Важно отметить, что высшие психические функции – произвольные, то есть связанные с волевой саморегуляцией индивида, – формируются на основе соответствующих произвольных функций с помощью освоения знаковой системы. Внешние (социальные) средства управления вниманием и памятью, средства формирования абстрактных

понятий, интериоризуются, превращаясь во внутренние средства овладения своей психикой.

2. Понятие деятельности

Концепция человеческой деятельности была выработана советскими психологами на основе философского тезиса К. Маркса о том, что не сознание определяет бытие, деятельность, а, наоборот, бытие, деятельность человека определяют его сознание. Теория деятельности начала оформляться в рамках культурно-исторического подхода к психике, предложенного Л.С. Выготским. Помимо самого Выготского, вклад в её развитие внесли такие отечественные психологи, как С.Л. Рубинштейн, А.Р. Лурия и А.Н. Леонтьев, в трудах которого теория деятельности разработана наиболее детально.

Необходимо обратить внимание, что исчерпывающее определение деятельности как направленной полимотивированной активности субъекта связывает воедино понятия мотивации деятельности, целей каждого из составляющих её действий и средств их достижения.

Важно понимать характер взаимосвязей между понятиями «поведение», «деятельность» и «действие», принимая во внимание, что цель действия не всегда совпадает с ведущим мотивом деятельности (вспомните классический пример Леонтьева о загонщике).

Помимо действий в структуре деятельности следует выделять такие её элементы, как операции, представляющие собой тоже действия, только автоматизированные или никогда не осознававшиеся. В любом случае действие являет собой процесс решения задачи, состоящей из целеобразования, поиска или создания средств для решения.

Необходимо знать, что культурно-исторический подход выделяет два типа регуляции деятельности: внешнюю и внутреннюю. Воля и эмоции составляют две формы внутренней регуляции.

Если эмоции непроизвольно отражают актуальное состояние потребностей и смысла мотивации, волевые процессы, напротив, представляют собой сознательные усилия по сосредоточению внимания на нужном объекте и обладают способностью задерживать спонтанный аффективный процесс, подкрепляя тем самым смысл выполняемого действия.

3. Личность и характер. Проблемы социализации

Приступая к изучению теории личности в рамках культурно-исторического подхода, следует помнить о политических условиях, в которых приходилось прокладывать себе дорогу этому направлению «науки о душе». Психологическая школа Выготского стремилась избежать распространённой в то время демонстративной и формальной «присяги» на верность марксизму, отыскивая в философских основах насаждаемой в стране идеологии, действительно, продуктивные для развития психологии идеи.

Мысль Выготского о том, что в центр психологии должна переместиться целостная личность (взамен отдельных процессов) стала доминантой последнего периода его научного творчества.

И всё же практически до начала 1970-х годов исследование личности сводилось к изучению идеологически нейтральных темпераментов, способностей, типов нервной деятельности. Учение о развитии личности подменялось учением о развитии психики, которая, в свою очередь, сводилась к познавательным процессам. В этих направлениях советскими психологами были достигнуты значительные результаты, однако поневоле произошла деформация приоритетов научной мысли.

Необходимо отметить, что существует возможность нескольких толкований понятия личности в психологии. Личность понимается: как индивидуальность вообще, как персонификация в субъекте совокупности общественных отношений, присвоение социального опыта и реализация его в

деятельности, наконец, в узком смысле как структура сознательного соподчинения мотивов.

А.Н. Леонтьев говорил о «двух рождениях» личности. Первое происходит в процессе подчинения непосредственных побуждений ребёнка социальным нормам. Второе рождение личности ознаменовано пробуждением самосознания, возникновением стремления к саморуководству и самовоспитанию.

Важно правильно понимать соотношение таких трёх понятий, как темперамент, характер, личность. Характер занимает как бы промежуточное положение, являясь, с одной стороны, совокупностью психических черт и способов поведения, отражающих прижизненное раскрытие генетически обусловленного темперамента, а с другой стороны, результатом развития личности, защитным механизмом структуры её мотивов.

Рассматривая соотношение характера и личности, прежде всего, нужно отметить взаимность их влияния друг на друга. перечисляя индивидуальные черты конкретного человека, к личностным характеристикам следует относить те, что отражают социальные позиции и особенности социальных отношений. Характер определяет преломление в личности формирующей активности общества. В то же время личность в процессе самовоспитания способна сглаживать проявления характера в зависимости от иерархии своих мотивов, личностных смыслов, установок.

Кречмер и Шелдон, описывая проявления индивидуальных особенностей выделенных ими типов, не отличали врождённые черты от таких, формирование которых могло быть вторичным, происходящим часто по принципу образования защитных механизмов, приспособлений к травмирующим воздействиям социальной среды. А именно в этом заключено различие темперамента и характера.

Ещё Павлов заметил различие этих двух понятий, введя определения «генотип» для врождённого типа нервной системы и «фенотип» для склада ВНД, комбинирующего генотип с приспособлением к условиям воспитания.

Процесс становления личности в деятельности, общении и самосознании составляет содержание процесса социализации. Важно понимать социализацию как двусторонний процесс: усвоение индивидом социального опыта путём вхождения в социальную среду и активное воспроизводство им системы социальных связей. Временные рамки социализации варьируются в разных психологических теориях от периода раннего детства до всей протяжённости жизненного пути. Необходимо иметь представление о существовании специальных институтов социализации.

В процессе социализации как формирования личности определяющую роль играют обучение и воспитание. Эти понятия надо различать: если первое подразумевает только освоение знаний и умений, под вторым понимается такое освоение, которое приводит к формированию новых мотивов и потребностей, к их пересоподчинению, что всегда насыщено эмоционально.

К ранним, преобладающим в детстве, механизмам формирования личности следует относить сдвиг мотива на цель, идентификацию и освоение социальных ролей. Происходит опредмечивание потребности в общении. Поздним, вполне осознанным механизмом формирования личности выступает самосознание как «образ себя» и «отношение к себе». Самосознание призвано регулировать баланс между социальным и «духовным» (общекультурным) уровнями личности.

Интересно сопоставить этапы формирования личности здорового ребёнка с процессом воспитания так называемых маугли. В последнем случае анализ позволяет выдвинуть гипотезу о наличии «сензитивных периодов» формирования способностей и психических функций.

4. Игра как деятельность

В рамках культурно-исторической теории, используя результаты исследований Ж. Пиаже, Л.С. Выготский сформулировал идею «социальной ситуации развития» как

системы отношений между ребёнком данного возраста и социальной действительностью. Последователями Выготского была предложена концепция «ведущего типа деятельности».

Д.Б. Эльконин предложил выделять шесть этапов в процессе взросления ребёнка, зависящих от ведущей на каждом этапе деятельности. Ролевая игра, по мнению Эльконина, определяет дошкольный период развития ребёнка, сменяясь у младших школьников учебной деятельностью. Стадии и формы игровой деятельности также могут быть соотнесены с периодизацией развития интеллекта, по Ж. Пиаже.

Игра имеет вспомогательное значение в освоении ребёнком предметного и социального мира. В ней также формируются воображение, символическая функция, обостряется внимание. В игре осуществляется начальная адаптация индивида – усвоение норм и способов поведения в условиях предметного манипулирования и социального взаимодействия. Кроме того, игра выступает и в качестве фактора индивидуализации, помогая самовыражению зарождающейся личности. В игре также происходит интеграция двух вышеназванных процессов.

Игре в этот период принадлежит важная роль в освоении знаковой системы: в качестве знака выступает игрушка.

В игре проявляется действие такого спонтанного механизма формирования личности, как сдвиг мотива на цель: скажем, в игре «Школа» мотивом выступает желание примерить роль ученика, что предполагает конкретные действия, целью которых может стать заучивание чего-либо. Постепенно, «сдвигаясь» на эту цель, мотив «играть» превращается в мотив «учиться», характеризующий уже новую, учебную, деятельность. Начинается следующий этап развития ребёнка.

Необходимо обратить внимание на различие между играми детей и играми животных, хотя между ними много общего. В этом смысле примечательны результаты исследования Н.Н. Ладыгиной-Котс, предпринявшей попытку сопоставить развитие ребёнка с развитием детёныша шимпанзе.

Следует отметить, что игровая деятельность сама по себе не однородна, а разделена на периоды в зависимости от возраста ребёнка, когда преобладает та или иная её разновидность.

В целом игру можно определить как инструмент социализации, поскольку с помощью игры ребёнок усваивает общественные нормы и приучается возлагать на себя ответственность.

ТЕМА 7. ПСИХОЛОГИЯ МЫШЛЕНИЯ

1. Понятие мышления, его виды

Прежде всего, следует обратить внимание на то, что возможны несколько определений мышления, отражающих различные аспекты этого процесса, а также различное понимание его в зависимости от позиций той или иной психологической школы.

В классическом бихевиоризме мышление практически не рассматривалось, поскольку было уподоблено оперантному научению и сводилось к образованию навыка. В необихевиоризме мышление представлялось как активный выбор субъектом адекватных реакций на стимулы, умение предвосхитить результат.

В теории Вундта мышление рассматривалось как конечный этап ассоциирования чувственных представлений, проходящего через стадии образования понятий и суждений.

Согласно взглядам Вюрцбургской школы психологии сознания, помимо чувственных представлений, выделялись особые, внеобразные и внеречевые, «интеллектуальные чувства» (мысли). Мышление определялось как их осознание в качестве метода решения задачи, лежащего в прошлом опыте. Мыслить значило уметь обобщать.

Полемизируя с Вюрцбургской школой, представители гештальт-психологии утверждали, что метод решения

творческой задачи обнаруживается не в прошлом опыте, а в понимании самого характера конфликта между исходным фактом и искомым решением. К. Дункер настаивал на том, что анализу поддаётся не процесс мышления, а этапы развития внутренней ситуации, кульминацией которой выступает инсайт. Творческое мышление с необходимостью направляется внутренней мотивацией, причём, мотивом выступает само обнаружение принципа преодоления конфликта.

Проделав ретроспективный обзор основных теорий мышления, важно выделить в каждой из них рациональное начало: единицей мышления, действительно, является понятие как некое опосредованное обобщение, выходящее за рамки чувственного познания. Мышление, действительно, можно представить как процесс постановки и решения задачи. При этом задачи и, следовательно, мышление можно разделить на два вида: репродуктивные (когда уже известные из прошлого опыта средства решения можно применить к новой ситуации) и творческие (когда для выхода из незнакомой проблемной ситуации средства и метод решения нужно создать).

Итак, мышление можно определить как познавательный психический процесс опосредованного отражения существенных связей между объектами, происходящий в форме постановки и решения задачи. Мышление создаёт новое знание и возможность прогнозировать развитие ситуации, в практическом плане обеспечивая субъекту выбор оптимального поведения в ней.

В отечественной традиции культурно-исторического подхода к развитию психики подчёркивается исторический характер происхождения мышления как интериоризации и преобразования практической деятельности человека.

Развитие познавательных процессов, по мнению Выготского, неотделимо от развития знаковой речи. Язык выступает одновременно средством накопления и передачи культурного опыта, а также в роли регулятора деятельности.

Речь, согласно концепции развития мышления в когнитивной психологии, служит стимулом для перехода к использованию в мышлении понятий, то есть к

символическому отображению объектов, высшему в процессе познания из описанных Брунером.

Когнитивная психология исследовала развитие мышления в онтогенезе и внесла весомый вклад в научное понимание этого процесса. Однако когнитивные теории подвергаются критике по ряду общих для них положений: 1) возрастное развитие мышления признаётся не зависящим от обучения; 2) не учитываются социальные и культурные его условия; 3) развитие интеллекта рассматривается в отрыве от становления личности.

2. Развитие мышления у ребёнка

Достоинства и недостатки когнитивных концепций мышления наиболее отчётливо выступают в операциональной теории интеллекта Ж. Пиаже. Рассмотрим её положения.

Автор выделяет четыре стадии в развитии интеллекта в соответствии с возрастом ребёнка: 1) сенсомоторный интеллект; 2) дооперациональный интеллект; 3) стадия конкретных операций; 4) стадия формально-логических операций. Как можно заметить, критерием периодизации служит возникновение операций.

Необходимо понимать, что под операцией Пиаже подразумевал интериоризованное действие, объединённое с другими в целостную систему. Интериоризация происходит в несколько этапов: от действия с предметом через манипулирование с его вещественным символом (а затем с речевым знаком) до внутреннего действия с объектом в воображении.

Важно отметить, что Пиаже рассматривал интеллект как средство адаптации к среде. Процесс же адаптации содержит продуктивное противоречие своих составляющих: ассимиляции и аккомодации.

Для понимания теории Пиаже особенно важно уяснить различие между последними двумя стадиями развития интеллекта: конкретные операции – действия с наглядными

объектами, тогда как формально-логические позволяют рассуждать о любой в принципе возможной ситуации.

Следует обратить внимание на то, что Брунер возражал Пиаже относительно спонтанности наступления четвёртой стадии. Он справедливо утверждал, что этот этап зависит от того, актуально ли формирование абстрактной логики для данного общества.

В нашей отечественной психологии это возражение было подкреплено «полевыми» исследованиями А.Р. Лурия в Средней Азии. Было установлено, что стадии развития интеллекта как в филогенезе, так и в онтогенезе, социально и культурно детерминированы. Архаические общества долгое время не испытывали потребности в становлении отвлечённого мышления.

Выготским в концепции Пиаже отвергались подразумевавшиеся асоциальность ребёнка и возможность отдельного рассмотрения психического процесса вне его связи с целостной личностью.

Говоря о развитии мышления, нельзя не сказать о попытках создать методики ускоренного формирования теоретического мышления и стимуляции творчества (таких, как, например, «алгоритм решения изобретательских задач» Альтшуллера). Однако следует учитывать ограниченность применения подобных методик.

3. Мышление как личностный процесс

Отечественная психологическая традиция, как уже было сказано, стремилась осуществить намерение Выготского изучать мышление не изолированно, а в зависимости от личностных особенностей человека. Так, А.Р. Лурия в своих работах показал зависимость познавательных процессов от темперамента, характера, опыта, потребностей и мотивационной сферы индивида, определяющих направленность и избирательность мышления.

Закономерности ситуативной мотивации решения задач исследовала Б.В. Зейгарник, экспериментируя в немецкой

школе К. Левина. Ею был обнаружен эффект, под её именем вошедший в мировую науку, теоретическое объяснение которого связано с раскрытием таких понятий, как «квазипотребность», «намерение», «напряжение в мотивационном поле».

Необходимо отметить, что мотивы мышления могут быть разделены на специфически познавательные и неспецифические. Сами особенности протекания познавательных процессов могут определяться индивидуальными различиями субъектов.

Говоря о продуктивности процесса мышления, стоит упомянуть закон оптимальной мотивации Йеркса – Дотсона, суть которого – в обратной зависимости силы мотивации от лёгкости задачи при решении творческих задач. Избыточная мотивация блокирует осуществление мотивом своей побудительной функции.

ТЕМА 8. ИССЛЕДОВАНИЕ СПОСОБНОСТЕЙ В ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

1. Понятие способностей

В целом способность можно определить как индивидуальное свойство, связанное с готовностью к успешному освоению и осуществлению определённой деятельности.

Следует отличать способности от задатков. Последние относятся к врождённым анатомо-физиологическим особенностям организма, определяющим возможность развития органа или функции при оптимальных условиях.

Итак, с одной стороны, способность можно рассматривать как результат развития задатков, но, с другой стороны, способность может оказаться результатом сознательной и целенаправленной работы личности по её формированию. В последнем случае проявляется динамический характер

способностей и их зависимость от мотивации деятельности индивида. Сила мотива деятельности побуждает личность развить у себя способность к ней из задатков, имеющих в наличии, компенсируя отсутствие необходимого.

Напрашивается аналогия между типами связи «здатки – способности – личность» и «темперамент – характер – личность».

Резюмировать можно таким образом: если задатки – возможность, способности – процесс их реализации, непосредственной или компенсаторной, то знания и умения – конечный результат.

2. Из истории изучения способностей

Австрийский анатом Ф. Галль (1758–1829) высказал гипотезу о размещении различных способностей в определённых участках мозга и влиянии этого размещения на форму и характер развития черепа. «Френология» Галля пользовалась широкой популярностью, пока не была опровергнута экспериментами П. Флуранса, доказавшими, что головной мозг – целостный субстрат основных психических функций. Впрочем, подтвердилось предположение Галля о том, что «умственные силы» локализованы в извилинах коры.

Ф. Гальтон первым заговорил о генетических предпосылках способностей. Он разработал метод близнецов для выявления соотношения между наследственностью и влиянием внешних условий в развитии способностей. Гальтон предположил существование корреляции между физическими и психическими способностями.

В. Штерн, предложивший разделение способностей на предрасположенности и задатки, внёс свой вклад в развитие психотехники, задача которой заключалась в разработке основ профотбора и профконсультации. теоретическое оформление психотехника получила в работах Г. Мюнстерберга, посвящённых анализу закономерностей формирования навыка, тренировке психических функций в процессе труда, исследованию способов преодоления утомления.

В. Штерну также принадлежит заслуга разработки коэффициента интеллектуальности как частного от деления умственного возраста (по Бине) на хронологический, умноженного на 100. В настоящее время шкала Стэнфорд – Бине, по которой определяется коэффициент интеллектуальности, претерпела несколько редакций и не утрачивает своей популярности во всём мире. По этой шкале проверяются на валидность вновь создаваемые интеллектуальные тесты. Хотя, конечно, она не лишена недостатков.

Шкала Бине – Симона, на основе которой возникла шкала Стэнфорд – Бине, была создана для исследования мышления детей методом тестирования. Авторами методики было введено понятие базового умственного возраста. Этот возраст мог быть увеличен в зависимости от того, сколько заданий для более старшей возрастной группы мог выполнить ребёнок: за каждое ему прибавлялось определённое количество месяцев. Несовпадение умственного и хронологического возрастов интерпретировалось как одарённость или умственная отсталость.

В истории изучения способностей особая роль принадлежит методу факторного анализа, позволившему выявить как три основных типа способностей (вербальный, нумерический и пространственный интеллект), так и «генеральный фактор», показывающий положительную корреляцию между тестами на различные способности у одного индивида.

3. Развитие способностей

Важно понимать, что вопрос о развитии способностей носит общественный характер. Культурно-исторический подход, как было показано выше, вскрывает непосредственную зависимость необходимости развития способности от наличия общественной потребности.

Вопрос о том, можно ли и нужно ли развивать способности, решается, как мы могли убедиться, в зависимости от интерпретации самого этого понятия.

Отрицательный ответ предполагает истолкование способностей как проявления врождённых задатков. Положительный ответ очевиден при рассмотрении способностей по типу построения высшей психической функции (по Выготскому).

Практика показала, что с помощью применения ряда приёмов (персонификация материала, работа с чувственной тканью, метод бисоциации Кёстлера, синектический метод Гордона) удавалось до некоторой степени повышать уровень креативности испытуемых. Однако все эти попытки сталкивались с невозможностью создать внутреннюю мотивацию творческой деятельности, которая является необходимым, хотя и не достаточным, условием инсайта.

В этой связи заслуживает внимания гештальт-психологская теория визуального (или перцептивного) мышления Арнхейма. Согласно этой теории, творческое мышление исключительно образно: смысл воплощается в образе и лишь затем может быть осознан, что является принципом создания произведений искусства и литературы. Важно понимать, что речь в этом случае идёт об обобщённом (а не перцептивном) образе-символе, имеющем отношение к процессу творческого воображения как построения «образа мира».

Выводы психологической теории о связи развития специальных способностей, мышления в целом с динамикой личности должны определять разработку практических методов в педагогике.

РАЗДЕЛ 2. СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ

Для определения предмета социальной психологии важно видеть её междисциплинарную специфику: область социально-психологических исследований лежит на пересечении общей психологии и социологии. Поэтому существуют три основных подхода к пониманию предмета данной науки: 1) социальная психология как сфера изучения больших социальных групп и массовидных явлений психики; 2) социальная психология как сфера изучения социальных аспектов личности; наконец, 3) наиболее широкий подход, объединяющий первые два.

Если один подход тяготеет к социологии, другой к общей психологии, третий как раз отражает пограничный характер социальной психологии, и в его русле определение предмета науки звучит следующим образом: социальная психология изучает закономерности поведения и деятельности людей, обусловленные включением их в социальные группы, а также психологические характеристики самих этих групп.

Однако стоит обратить внимание, что даже с принятием данного определения трудности в осмыслении социально-психологической реальности не исчерпываются. Остаётся актуальным вопрос, синтезирует ли социальная психология в себе пограничные области двух названных наук, или занимает «собственную территорию», не охваченную ни социологическими, ни психологическими исследованиями. Современная научная практика позволяет склониться ко второму ответу на этот вопрос.

ТЕМА 1. ЛИЧНОСТЬ КАК ОБЪЕКТ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

1. Специфика социально-психологического исследования личности

Проблема личности – одна из центральных в гуманитарном знании вообще. Ей посвящены разделы и философии, и психологии, и педагогики, и социологии. Раскрытие специфики социально-психологического

исследования личности возможно через сопоставление его с подходами других наук, главным образом, смежных: социологии и общей психологии.

Если для социологии личность важна не столько как индивидуальность, сколько как социальный тип, для общей психологии, напротив, преимущественный интерес представляют закономерности формирования индивидуальной структуры личности во всём многообразии её черт и свойств.

Трудность заключается в разграничении сфер интересов общей и социальной психологии, поскольку обе дисциплины с необходимостью включают в свои исследования проблему социальной детерминации личности. И всё же социально-психологическую специфику подхода к личности можно усмотреть в том, что социальная психология рассматривает поведение и деятельность личности в конкретных условиях функционирования реальных групп.

Среди социально-психологических феноменов, на которых сфокусированы социально-психологические исследования личности, можно назвать следующие: 1) принятие и проигрывание личностью социальных ролей; 2) явления групповой принадлежности; 3) все проблемы процесса социализации.

Ни в коем случае не утверждая приоритета такого подхода к личности вообще, социальная психология собственную задачу усматривает в изучении своеобразного единства личности и группы.

В поисках оснований для структурной типологизации личности следует отметить наличие двух подходов: статического и динамического. Согласно первому выделяется три личностных уровня: общечеловеческий, социально-специфический и индивидуальный. Согласно второму, постепенно пришедшему ему на смену, личность следует рассматривать диалектически.

Одна из отечественных моделей динамической структуры личности была представлена К.К. Платоновым. Он выделял четыре уровня: 1) биологически обусловленная подструктура;

2) психологическая; 3) подструктура социального опыта; 4) подструктура направленности личности.

Важно обратить внимание на проблему интегральных понятий динамической структуры личности, среди которых такие, как рассматриваемые на трёх уровнях психический настрой и установка, четыре типа которой выделил В.А. Ядов, соотнеся их со сферами социальной деятельности личности.

2. Социально-психологические аспекты и этапы социализации

Социализация – двусторонний процесс, включающий усвоение индивидом социального опыта и активное воспроизводство им этого опыта в деятельности. В историческом плане социализацию можно рассматривать как эволюцию отношений внутри социальных общностей и между ними.

Вопрос о периодизации усвоения индивидом социального опыта решается по-разному в зависимости от ориентации психологической школы и оснований для самой периодизации. Так, в отечественной традиции в качестве основного критерия выделяется отношение к трудовой деятельности. Тогда можно говорить о следующих стадиях социализации: дотрудовая (ранняя и стадия периода обучения), трудовая и послетрудовая.

Если считать, что социализация непосредственно зависит от возраста, тогда, согласно возрастной периодизации Э. Эриксона, различаются восемь этапов. Это младенчество, детство, игровой возраст, школьный, подростковый возраст, юность, молодость, средний возраст и зрелость.

В том случае, когда процесс социализации отождествляется с развитием личности, вслед за А.В. Петровским можно отметить три фазы: адаптация к социальной среде, индивидуализация и интеграция.

Необходимо различать факторы и механизмы социализации. Факторами выступают социальные нормы и ценности, передаваемые индивиду посредством знаков. В качестве институтов социализации выступают семья, учебные и

воспитательные учреждения, формальные и неформальные группы, организации.

Не стоит забывать и об антиобщественных группах, способствующих десоциализации своих членов.

При изучении особенностей усвоения социального опыта в малой группе важно учитывать социальный и историко-культурный контекст функционирования данной группы.

Этапы процесса социализации исследовали такие авторы, как Б.Ф. Поршнев и Д. Рисмен.

Поршнев наблюдает в своих исследованиях динамику перехода в истории от нерасчленённой общности к индивидуальности как центру пересечения общностей. Автор отмечает прямую зависимость степени сознательности и критичности индивида от уровня развития общества. Д. Рисмен проводил различие социальных характеров в историческом плане.

ТЕМА 2. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ. ПСИХОЛОГИЯ ГРУППЫ

1. Исследование общения

Общение есть реализация всей совокупности отношений человека. Социальная психология изучает, главным образом, общение как реализацию межличностных отношений, субъектом которых выступает конкретная личность. В социологии исследуется общение между группами.

Общение, наряду с деятельностью, можно рассматривать как одну из сторон социального бытия человека. Некоторые определяют общение как неотъемлемую составляющую любой деятельности, другие склонны говорить о собственно коммуникативной деятельности.

В процессе общения принято выделять три его стороны: коммуникацию (обмен информацией), интеракцию (взаимодействие) и социальную перцепцию (восприятие партнёрами по общению друг друга и установление

взаимопонимания). В связи с этим определяются и функции общения: информационная, регуляционная и аффективно-коммуникативная. Кроме того, общение способно обогатить совместную деятельность возникновением в ней новых связей и отношений между людьми.

Существует два основных способа общения: вербальное (посредством речи через знаковую систему языка) и невербальное, функция которого состоит в репрезентации эмоциональных состояний посредством нескольких знаковых систем: оптико-кинетической, паралингвистической, экстралингвистической, посредством визуального контакта и пространственно-временной организации коммуникации.

Следует отметить противоречивость общения, соединяющего в себе тенденции к общности и обособлению.

На уровне экспериментального исследования коммуникация в традиционной социальной психологии изучается посредством лабораторного эксперимента. Анализу в этом случае подвергаются средства коммуникации, тип и частота контакта, структура самого коммуникативного акта, то есть формальная сторона общения. В отечественной экспериментальной практике предприняты исследования общения в ходе совместной деятельности людей и формирования «совокупного субъекта деятельности».

Важно понимать, что общение – многогранный процесс, имеющий под собой как духовную, так и материальную основу. В общении раскрываются и межличностные, и общественные отношения человека. Природа межличностных отношений эмоциональна, общественные же отношения носят безличный характер. Однако внутри системы общественных отношений люди вступают в общение, где неизбежно их индивидуальные характеристики проявляются в «стиле исполнения социальной роли».

2. Классификация групп в социальной психологии

Группы можно разделить, прежде всего, на условные (статистически выделяемые по определённому признаку) и

реальные (контактные). Реальные группы бывают лабораторными (искусственно создаваемыми на время психологического эксперимента) и естественными. Последние, в свою очередь, подразделяются на большие и малые.

Малой группе посвящено наибольшее количество исследований, особенно в зарубежной социальной психологии. Подобная группа представляет собой немногочисленное объединение людей, включённых в общую деятельность и находящихся в непосредственном личном общении, что становится основой для возникновения эмоциональных отношений, групповых норм и групповых процессов.

Говоря о вариантах групповой структуры, нужно выделить несколько возможных оснований для классификации: структура предпочтений, власти, коммуникации, эмоциональная структура межличностных отношений и структура групповой деятельности.

Если большие группы принято делить на стихийные и организованные, то малые группы – на формальные и неформальные. Следует отметить, что всякая формальная группа, в отличие от неформальной, обладает чертами организации, и в ней могут сосуществовать параллельно формальная и неформальная структуры.

Данное обстоятельство связано, в том числе, с проблемой соотношения лидерства и руководства как способов организации групповой деятельности, а также их различия. Признаки различия следующие:

1) лидер регулирует неформальные отношения в группе, руководитель – официальные отношения группы как социальной организации; 2) лидерство осуществляется в условиях микросреды, а руководство – в условиях макросреды; 3) лидерство стихийно и нестабильно, руководитель же бывает избран или назначен; 4) в системе руководства более разработаны формы санкций; 5) лидер имеет возможность принятия более непосредственных решений. Необходимо понимать особенности трёх стилей лидерства: авторитарного, демократического и попустительского.

В отечественной социальной психологии сложилась традиция рассматривать коллектив в качестве высшей формы развития организованной группы. Среди признаков коллектива были определены такие: 1) общественно-полезный характер деятельности; 2) наличие социально поощряемой цели добровольного объединения людей; 3) целостность коллектива; 4) создание им благоприятных условий для развития личности его членов.

Среди методов исследования малой группы особенной популярностью пользуется социометрический, связанный с именем Дж. Морено. Суть его – изучение межличностных отношений по уровню позитивных и негативных оценок, даваемых индивидом членам группы. Цель социометрии – устранение конфликта в группе, вызванного несовпадением микро- и макроструктур.

3. Введение в этнопсихологию

К большим социально-психологическим группам относятся, в первую очередь, этнические общности. Это нации, народности, национальные группы и т.п. Правильнее говорить не о национальном характере, а о более широком понятии психического склада этноса как наиболее устойчивой характеристике этнической общности.

Психический склад может включать в себя национальный характер, темперамент, традиции и обычаи этноса, сконцентрированные в его историческом опыте и усвоенные в процессе социализации каждого индивида.

Общность психического склада и национального самосознания выделяются в качестве основополагающих признаков этноса. Однако не следует забывать о двух моментах: 1) в реальных обществах переплетены национальные и социальные характеристики; 2) речь идёт не об исключительной принадлежности набора черт данному этносу, но лишь о степени их выраженности и специфике проявления.

Необходимо также обратить внимание на соотношение реального психического склада и таких явлений как этноцентризм, этнические стереотипы и этнические предрассудки. Важно понимать опасность последних для формирования идеологических и политических доктрин.

Причины национальных особенностей людей коренятся в исторически сложившихся экономических, социальных и культурных условиях жизни народов, хотя продолжают дискуссии и о роли, например, биологических или географических факторов.

Направление культурантропологии анализировало способ социализации «базовой личности» для выяснения условий формирования этнической специфики. Следует отметить, что, несмотря на относительную устойчивость этой специфики, психический склад этноса претерпевает историческую трансформацию.

В фокусе социально-психологических исследований находятся как сами этнические характеристики, так и процессы межэтнического восприятия и взаимодействия. Изучение национального характера возможно также путём анализа продуктов его деятельности: национального языка и произведений народного искусства. Стоит заметить, что традиция подобных исследований восходит ещё к работам В. Вундта по «психологии народов».

Помимо исследования теоретических проблем, этнопсихология занимается разработкой практических методик, помогающих на межличностном уровне устанавливать контакты с представителями иных культур и достигать с ними взаимопонимания. Среди таких методик – решение и обсуждение задач «культурного ассимилятора», которые позволяют облегчить процесс аккультурации и снизить конфликтность освоения индивидом инородной среды.

II. Программа тематического коммуникативного тренинга

Общая цель тренинга: Формирование у участников, предварительно прослушавших вводный теоретический курс, профессиональных практических навыков в области управления стрессовыми состояниями и конфликтами, возникающими в коммуникативных ситуациях вообще, в деятельности организации, в частности. Обучение управлению предполагает обучение навыкам профилактики, анализа, арбитража и разрешения как внутриличностных, так и межличностных конфликтов.

Для получения подобных навыков участники группы должны обрести новый опыт, открыть закономерности и особенности собственного восприятия и поведения, продвинуться на пути установления адекватного взаимодействия с окружением и внутренним миром, осознать поддержку группы и ответственность за собственные эмоции и поступки. Всё это поможет им в дальнейшем передать опыт другим.

Методы ведения: Чередование обсуждения тестов на коммуникативную фрустрацию и склонность к конфликтному поведению (участники получают домашнее задание по обработке результатов тестов) с упражнениями, ролевыми и деловыми играми. Комплекс упражнений направлен на формирование коммуникативной компетентности и эклектически сочетает методы трансактного анализа, гештальт-терапии, арттерапии, сказкотерапии, телесноориентированной терапии и когнитивно-поведенческой терапии стрессов. Важное место отведено групповому обсуждению практически каждого этапа тренинга.

Выбор упражнений (из которых часть представляет собой авторские методики С. Лютовой) направлен на решение следующих *стратегических задач:*

– определение (обучение методам снижения) уровня стресса и фрустрации;

- развитие эмпатии и толерантности как основы компетентности в общении;
- формирование адекватного социального восприятия и уверенного поведения;
- обучение методам предотвращения и разрешения конфликтов.

Игры и приведённые ниже упражнения могут быть заменены на аналогичные, последовательность их может варьироваться в зависимости от индивидуальных потребностей участников группы и от развития группового процесса в целом.

1. «ЗНАКОМСТВО»

Цель: Демонстрация собственных и наблюдение чужих навыков самопрезентации (в умеренно стрессорной ситуации публичного выступления), а также личного стиля; мониторинг ощущения безопасности и интереса к групповому процессу.

Процедура: Участникам группы предлагается по кругу 1) представиться, рассказав немного о себе; 2) высказать свои ожидания от предстоящего тренинга; 3) оценить по 10-балльной шкале степень своего актуального доверия к группе и руководителю; 4) поделиться, если участник сочтёт это нужным, результатами предварительно проведённого («Домашнее задание № 1») самотестирования по методике Андерсона «Жизненные перемены как стрессорные факторы» (желательно также, чтобы участник поделился и своими впечатлениями от полученных результатов).

2. «СИЛА РЕЧИ»

Цель: Снижение стресса от ощущения фатальной подневольности людям или обстоятельствам, от навязчивости стрессогенных интерпретаций; повышение ответственности за свои мысли, чувства, действия.

Процедура: 1. Желающим предлагается поделиться предварительными результатами поисков «конструктивной

альтернативы» своей стрессогенной мысли («*Домашнее задание № 2*»). 2. После краткого вступления руководителя о суггестивной силе слова всем участникам группы предлагается письменно завершить четыре (стрессогенного характера) фразы, начинающиеся со слов: «я должен...», «я не могу...», «мне надо...», «я боюсь, что...». 3. По окончании выполнения задания в написанных фразах всем предлагается заменить ранее предложенные начала на следующие соответственно: «я предпочитаю...», «я не хочу...», «я хочу...», «я хотел бы...». 4. Обсудить с группой эффект произведённых замен.

3. ТЕСТ НА ФРУСТРАЦИЮ

Цель: Повышение самосознания посредством выявления собственных моделей реагирования на фрустратор; приобретение (в ходе последующего выполнения домашнего задания) профессионально полезных навыков обработки тестов, позволяющих определить индивидуальные особенности поведения человека в стрессирующей ситуации; достижение (через идентификацию в игровой ситуации тестирования) состояния умеренной фрустрации, что необходимо для перехода к 4-ому упражнению.

Процедура: Выполнение проективного теста по «Методике рисуночной фрустрации» (PF-Study) С. Розенцвейга (в течение 30 минут). Получение письменной инструкции по самостоятельной обработке результатов своего теста.

4. «СВЕЧА»

Цель: Выявление наличия мышечных зажимов, обусловленных стрессом, обучение приёмам телесной релаксации, установление доверия отдельных участников к поддерживающей их группе (восстановления базисного доверия личности как фактора устойчивости к стрессам).

Процедура: Руководитель демонстрирует группе упражнение (из практики телесно-ориентированной терапии), позволяющее определить степень способности одного из

участников («добровольца») к мышечной релаксации, объясняя затем связь стресса с произвольными мускульными сокращениями и возможность снижать уровень хронического стресса посредством овладения навыками мышечного расслабления. Затем участники группы выполняют с кем-либо одну из процедур типа «Свеча»: доброволец, закрыв глаза, встаёт посреди тесного круга других участников группы, выставивших ладони вертикально перед собой на уровне плеч того, кто в центре. Доброволец должен, рискуя потерять равновесие, «падать» на эти ладони. Круг бережно принимает его и плавно передаёт с одних рук на другие, так что движение человека в центре круга напоминает колеблющееся пламя свечи.

Если выполнение процедуры окажется для некоторых затруднительно, руководитель обучает группу релаксационным элементам аутотренинга и упражнениям (на усиление/снятие зажима) по методу Джейкобсона.

5. «ЭМПАТИЯ»

Цель: Освоение методик эмпатического общения (активное слушание, перефраз, вхождение в раппорт и др.), позволяющих точнее понять эмоциональное состояние собеседника и смысл его сообщения, избавить собеседника от коммуникативного стресса, предотвратить возможный конфликт с ним. Расширение эмоционального опыта, формирование толерантности к личности другого как собственного антистрессорного «щита».

Процедура: 1. (Упражнение «Пантерлоги») Участники играют в «испорченный видеотелефон», по цепочке демонстрируя «соседу справа» позу и жест, показанные «соседом слева». В момент общения каждой пары все остальные участники от неё отворачиваются. Когда «цепь» замкнётся, автор невербального сообщения должен оценить степень соответствия ему того, что дошло до него в итоге. Руководитель объясняет значение для создания комфортной ситуации общения «зеркального соответствия» поз, жестов,

темпа речи и т.п. собеседников; объясняет методики эмпатического общения.

2. (*Упражнение «Протеже»*) Участники работают в парах. № 1 из каждой пары должен поведать партнёру некую персональную (биографическую) информацию о себе, которую затем № 2 перескажет всей группе своими словами, стараясь при этом не исказить смысл сообщения и его эмоциональный тон. № 1 должен оценить, насколько № 2 это удалось.

3. (*Упражнение «Маугли»: «мы одной крови – ты и я»*) № 2 (из каждой пары называет (пишет) для № 1 пять своих отрицательных качеств (лучше не вымышленных). Задача № 1 так рассказать группе об этих качествах (в чём они проявляются и почему нежелательны), как если бы они были его собственными (№ 1 может попросить у № 2 какой-либо характерный для его имиджа предмет (часы, медальон, шарфик, очки) для символической идентификации). № 2 должен оценить, насколько партнёру удалось влезть в его шкуру, насколько они оказались «одной крови».

6. СКАЗКОТЕРАПИЯ ФРУСТРАЦИИ

Цель: Обучение рефреймингу (контекста и содержания) – одному из наиболее эффективных методов НЛП, позволяющих в стрессорной ситуации изменить интерпретацию происходящего и, следовательно, смягчить субъективную остроту проблемы-фрустратора. (Авторское упражнение из практики сказкотерапии коммуникативных стрессов с использованием сюжетов португальской сказки «Неумеха Педру» и скандинавской сказки «Что муженёк не сделает, то и ладно»).

Процедура: 1. На примере начала португальской сказки руководитель показывает, что такое рефрейминг контекста. Затем предлагает участникам группы дорассказать сказку самим, применяя принцип рефрейминга к оценке дальнейших поступков героя теми, кого он встречает. Что представляет

собой рефрейминг содержания, руководитель показывает, придумывая окончание сказки, меняющее смысл поступков Педру на диаметрально противоположный. 2. Известную в пересказе Г.Х. Андерсена скандинавскую сказку руководитель предлагает инсценировать трём участникам группы, один из которых возьмёт на себя роль фрустрированного и агрессивного по отношению к главному герою персонажа, другой («жёнушка») станет демонстрировать предполагаемый сюжетом рефрейминг содержания. Остальные участники группы могут предлагать свои варианты рефрейминга применительно к модельной ситуации.

7. «ОТ НАСТАСЬИ ФИЛИППОВНЫ»

Цель: Отработка техник рефрейминга (из практики НЛП) и «жанровой интерпретации»; вероятное облегчение эмоционального состояния одного из участников группы («добровольца»). Обращается внимание группы на то, как эти техники можно использовать (наряду с поиском конструктивной альтернативы) при продолжении выполнения «Домашнего задания № 2» (см. Упр. 2).

Процедура: 1. Добровольцу предлагается принять известное предложение героини романа Ф.М. Достоевского «Идиот» и поведать «публике» некий неприглядный эпизод из своей биографии, который вызывает мучительные угрызения совести («грех» может быть и вымышленным). Группа, выслушав историю, может поупражняться в рефрейминге с целью нивелировать стрессогенную интерпретацию события самим его участником. 2. Рассказчику истории может быть предложено попытаться облегчить её травматичность посредством определения жанра рассказа и перевода его в иной жанр.

8. АРТТЕРАПИЯ СТРЕССА

Цель: Упражнение из практики арттерапии, задача которого – позволить выявиться и быть осознанными (при поддержке группы, в том числе при помощи полученной от группы *обратной связи*) стрессогенным впечатлениям и побуждениям индивида.

Процедура: Участники группы получают листы бумаги и цветные мелки, садятся за круглый стол. Руководитель предлагает им нарисовать *себя* на данном этапе жизненного пути (это может быть портрет, пейзаж, жанровая сценка или абстракция – что угодно) и четырёх своих *проводников* (родственников, предков, знакомых и незнакомых, домашних животных, символические изображения хобби или личных качеств – «проводниками» тоже может считаться кто и что угодно). Завершив работу, участники группы должны дать название своим рисункам и показать их всем с необходимыми комментариями. Руководитель и участники группы могут высказывать свои ассоциации, активированные элементами и цветовой гаммой каждого изображения (руководителем сразу подчёркивается, что мастерство художника в данном случае значения не имеет).

9. «ЭЙФОРИЯ»

Цель: Эта суггестивная техника из практики эриксоновского гипноза обеспечивает моментальную смену эмоционального фона и снятие стрессового напряжения собеседника посредством неожиданного погружения его в состояние лёгкого транса. Обучение экспресс-методике позволит эффективно предотвращать последствия только что произошедшего внезапного потрясения. Является также упражнением на эмпатию.

Процедура: Участники группы работают в парах. По очереди каждый называет партнёру ситуацию, неизменно вызывающую у него яркие положительные эмоции. Задача партнёра – вербально живописать предложенную ситуацию так, чтобы слушающий смог ощутить эйфорию, на время рассказа (2,5–3 мин.) полностью погрузившись в воображаемое. Если партнёры были знакомы до тренинга, желательно, чтобы ситуация не называлась предварительно, но угадывалась «говорящим» партнёром. *Вариантом вербального упражнения* может быть совместное (воображаемое) «путешествие» обоих собеседников.

10. «КРАСНЫЙ СТУЛ»

Цель: Получение поощрительного заряда положительных эмоций тем, кто в них в данный момент нуждается. Но в то же время и приобретение навыков «держать удар» лести, комплимента, заслуженной похвалы (как факторов стресса). Остальные участники группы отрабатывают в упражнении полезные коммуникативные навыки.

Процедура: Доброволец садится на стул в центре круга. Остальные по очереди дают отчёт *в форме «Я-сообщения»* о своём впечатлении от тех или иных достоинств сидящего на «красном стуле» (имеется в виду внешность, манеры, стиль общения, таланты и т.п.). Тот может сохранять молчание или реагировать на реплики. По окончании упражнения ему предлагается поделиться своими впечатлениями и обсудить их.

11. «ЖИВЫЕ РУКИ»

Цель: Это невербальное упражнение из практики телесно-ориентированной терапии вызывает и инициирует рефлексию чувств, возникающих в моменты прикосновений. Последние могут являться как стрессорным фактором, так и действенным

средством снятия стресса. Участники группы получают возможность исследовать причины такой амбивалентности. (*Упражнение может быть использовано в качестве прощания участников группы друг с другом в конце первого дня многодневного тренинга.*)

Процедура: Стулья ставятся в два ряда один напротив другого. Участники снимают с пальцев и запястий все украшения (по которым их можно было бы узнать), подворачивают рукава. Закрыв (завязав) глаза, участники рассаживаются руководителем в произвольном порядке (так, что не знают, кто окажется напротив). Найдя кисти рук партнёра, все, по команде руководителя, должны с ним «познакомиться», «побороться», «примириться» и «попрощаться». Упражнение можно повторить с несколькими партнёрами. Задача по окончании упражнения – угадать, с кем имел дело и объяснить, почему пришёл к такому выводу. Затем группа совместно анализирует свои впечатления в соответствии с целью упражнения. Своими наблюдениями и мыслями может поделиться руководитель.

12. ОБСУЖДЕНИЕ «Домашнего задания № 3»

Цель: Закрепление навыков тестирования и обработки данных при профотборе; рефлексия и обсуждение с группой особенностей собственных фрустрационных реакций в виртуальных конфликтных ситуациях.

Процедура: Участники группы делятся опытом, который они приобрели при выполнении «Домашнего задания № 3» (см. Упр. 3), помогают друг другу решить возникшие технические проблемы обработки теста «Методика рисуночной фрустрации». Им предлагается также сравнить свои показатели и обсудить не только техническую сторону работы.

13. «ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО»

Цель: Выработка вербальных и невербальных навыков «уверенного коммуникативного поведения», дифференциации уверенного и агрессивного поведения (важно понять, как можно установить зрительный контакт с собеседником, как начать/прервать разговор, как поддержать «открытыми вопросами» и как сменить тему беседы, как просить, как отказывать и проч., смягчая при этом фрустрацию собеседника и не провоцируя эскалацию конфликта).

Процедура: При помощи методов демонстрации и психодрамы участникам группы предъявляются фрустрирующие ситуации общения (реальные, предложенные самими участниками, или виртуальные, например, уже знакомые по «Методике рисуночной фрустрации»). Реакции на них затем классифицируются группой как проявления *уверенного, неуверенного или агрессивного* поведения. Участников самих просят объяснить, в чём разница.

14. «МУДРЫЙ ФЬОРГАЛ»

Цель: Осознание значимости атрибутивных процессов в конфликтной ситуации и стрессогенной роли ошибок атрибуции, расширение представлений о мотивации поведения человека. (Авторское упражнение из практики сказкотерапии коммуникативных стрессов с использованием сюжета одноимённой ирландской народной сказки)

Процедура: 1. Руководитель, напомнив, что такое атрибутивные процессы, вводит участников в действие сказочного сюжета. 2. Двое участников группы получают реквизит и «тексты» – каждый только своей роли. Ознакомившись с ними, они инсценируют «в аквариуме» (в центре круга зрителей) кульминационную сцену сказки. 3. Затем перед ними, как и перед зрителями, ставится задача разгадать смысл только что произошедшего драматичного невербального диалога между Мудрым Фьоргалом и его

оппонентом. 4. Интерпретации группы сравнивают с предложенными сюжетом, причём внимание участников группы обращают на то, что «правильных» (логичных) интерпретаций может быть несколько.

15. ОБСУЖДЕНИЕ «Домашнего задания № 2»

Цель: Отработка наиболее эффективных методик повышения стрессоустойчивости личности и снижения актуальной конфликтности.

Процедура: Участники группы делятся успехами в поисках «конструктивной альтернативы» своим стрессогенным мыслям, опытом использования при этом методов рефрейминга и жанровой интерпретации (см. Упр. 2, 7). Затем руководитель в паре с одним из участников показывает трансовую технику НЛП «Шестишаговый рефрейминг», обучая ей слушателей (*Инструкция:* 1. Определите подлежащее изменению. 2. Пообщайтесь с «личностью X» (частью вашей личности, ответственной за это нежелательное поведение или эту реакцию), чтобы выяснить, что ей нужно. 3. Отделите позитивные намерения от поведения. 4. Предоставьте своей творческой личности определить новые, продуктивные способы достижения той же цели. 5. Спросите, согласится ли «личность X» принять новый вариант. 6. Осуществите «экологическую проверку», задав вопрос: «Кто-нибудь ещё во мне против?»).

16. АУТОТРЕНИНГ

Цель: Закрепление элементов аутогенной тренировки (см. Упр. 4), необходимых для самоконтроля в конфликтной ситуации, и некоторых навыков релаксации по методу Джейкобсона, овладение второй ступенью метода – работой с отдельными группами мышц.

Процедура: Демонстрация новых (руководителем) и старых (участниками группы) упражнений, групповое обсуждение их эффективности и самих ощущений в процессе выполнения.

17. СКАЗКОТЕРАПИЯ КОНФЛИКТНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Цель: Мотивационный анализ и альтернативное разрешение конфликтных ситуаций русской народной сказки «По щучьему веленью»; совершенствование владения техникой психодрамы.

Процедура: Участники группы (один продолжая другого) припоминают сюжет известной сказки, определяют *предмет* (что?) и *стороны* (кто?) каждого конфликта (их минимум 12), анализируют наиболее типичные по схеме: 1. *Почему?* (причины конфликта). 2. *Как?* (стратегия и тактика конфликтного поведения сторон). 3. *Зачем?* (цели, интересы, выгода («исходы») сторон). Затем участники предлагают и инсценируют наиболее остроумные альтернативные способы разрешения этих конфликтов.

18. «КОНСЕНСУС»

Цель: Выявление стратегий поведения в процессе выработки командного решения, формирование методов убеждения и достижения консенсуса в деловой игре – виртуальной стрессогенной ситуации, чреватой конфликтами.

Процедура: Руководитель делит участников на «экипажи» по 5–6 человек и предлагает *Ситуацию:* «Ваш корабль потерпел крушение в Тихом океане, в 1000 милях от берега. Судно вот-вот пойдёт ко дну, а вашей команде нужно перетащить в резиновую лодку столько, сколько успеете, из 15 уцелевших предметов (выдаётся список). Кроме них у каждого

экипажа найдутся: пачка сигарет, коробок спичек, пять долларов бумажками. Время дорого, нужно начать загрузку резиновой лодки с самого необходимого, чтобы, в случае, если вы не успеете, ко дну пошло наименее ценное!».

Задание:

1) За 15 минут составьте *индивидуальный* (каждый человек отдельно) *список* вещей по степени убывания их необходимости (№ 1 – самая нужная вещь, № 15 – самая бесполезная); 2) За следующие 45 минут выработайте *единый командный список*, при этом: запрещается проводить голосование, нужно, чтобы каждый член команды искренне согласился с принятым ранжированием предметов, расположение предметов в списке должно быть мотивировано; 3) Предстоит обсуждение итоговых списков (возможно их сравнение с образцовым), представителю команды придётся объяснять, почему одни вещи предпочли другим.

Рекомендации для вырабатывающих командное решение:

1. Слушайте чужое мнение.
2. Поддержите то мнение, с которым вы согласны хотя бы отчасти.
3. Избегайте принуждения и торга.
4. Имейте в виду, что расхождение во мнениях *способствует* принятию решения!

В каждой команде может быть один *наблюдатель*, не участвующий в обсуждении списка, его впечатления от происходившего будут важны при общегрупповом обсуждении упражнения. В процессе наблюдения ему стоит обращать внимание на:

- 1) слушают ли чужое мнение?
- 2) искренне ли соглашаются с чужим мнением?
- 3) как настаивают на своём (аргументируют, кричат, используют давление, торг, обман).

19. «ДИССОЦИАЦИЯ»

Цель: Освоение гештальт-техники интеграции противоположностей и преодоления внутриличностного конфликта, связанного с интерперсональным или влияющего на него; осознание конфликтных сторон личности.

Процедура: Один из участников группы («доброволец») рассказывает остальным, какая перед ним встала дилемма. Чтобы разрешить сомнения и помочь товарищу в принятии решения двое других участников берутся озвучить оппозиционные точки зрения, между которыми человек вынужден выбирать. «Голоса» садятся по обе стороны от подвергающегося диссоциации и одновременно начинают аргументировать «свою» позицию. Аргументы заимствуются, главным образом, из предварительного рассказа самого «добровольца», который и прекращает процесс, когда сочтёт нужным. Наиболее важная часть упражнения – обсуждение эффекта искусственной диссоциации и её последствий, если таковые имели место, в процессе улаживания внутриличностного конфликта.

20. «АРБИТРАЖ»

Цель: Получение опыта конструктивного противодействия и арбитража; исследование различных стратегий ведения дискуссии.

Процедура: Разбившись на тройки, участники инсценируют конфликт (желательно, чтобы предмет конфликта был реальным). Двое поочередно изображают конфликтующие стороны (то себя, то своего реального оппонента), третий становится арбитром (знакомый с техниками НЛП может применить «ведение» к одной из сторон). Важно, чтобы каждый опробовал обе роли: авторитарного и самоуверенного «нападающего» и оправдывающегося «пассивного манипулятора». Необходимо групповое обсуждение итогов ролевой игры.

21. Когнитивный и трансактный анализ конфликта

Цель: Освоение на практике техники построения «матрицы исходов» диадического взаимодействия, по Тибо и Келли; приобретение навыков транзактного анализа, по Бёрну, собственного поведения в конфликтной ситуации и поведения оппонента. Оба метода полезны для повышения осознания и самоконтроля во фрустрирующей ситуации, незаменимы в профессиональной практике менеджера и арбитра.

Процедура: 1. После предъявления кем-то из участников конфликтной ситуации (предпочтительно реальной), группа совместными усилиями составляет «матрицу исходов» и определяет тип поведенческого контроля сторон конфликтного взаимодействия. Затем группе предлагается, используя полученные результаты, сформулировать рекомендации по разрешению данного конфликта. 2. Тот же конфликт представляется двумя участниками как ролевая игра, но за спиной каждого из них встают по три «советника», представляющих их эго-состояния. В ходе дискуссии каждый из оппонентов должен выбирать себе «главного советника», лишая на время остальных права голоса. По окончании упражнения и участники игры, и наблюдатели обсуждают свои впечатления.

22. «ПРОЩАНИЕ»

Цель: Вербальное подведение итогов тренинга, выражение эмоционального отношения участников группы друг к другу и к руководителю.

Процедура: Участники группы по кругу имеют возможность высказать мнение, насколько эффективным им показался тренинг, насколько он оправдал их ожидания, что нового открыл в области мотивации человеческого поведения и в межличностных отношениях, оказал ли влияние на субъективный уровень стресса конкретного участника; можно также обратиться с репликой непосредственно к кому-либо из группы или к её руководителю.

III. Литература. Вопросы. Задания

А. Литература по психологии и коммуникативной компетентности

1. *Монографии и сборники²⁷, рекомендованные для написания информационно-аналитических справок:*

1. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: Социально-психологические проблемы. М., 1990.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М., 1995.
3. Алексеев А.П. Аргументация. Познание. Общение. М., 1991.
4. Ассаджоли Р. Психосинтез: Теория и практика: От душевного кризиса к высшему Я. М., 1994.
5. Белый Б.И. Тест Роршаха: Практика и теория. СПб., 1992.
6. Бергсон А. Смех. М., 1992.
7. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986.
8. Бехтерев В.М. Гипноз. Внушение. Телепатия. М., 1994.
9. Бехтерев В.М. Объективная психология. М., 1991.
10. Бёрн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвящённых. СПб., 1994.
11. Бёрн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. СПб., 1992 (1988 или любое другое издание).
12. Бёрн Э. Секс в человеческой любви. М., 1990.
13. Бёрн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. СПб., 1994.

²⁷ Библиотечный шифр книг, изданных с 1992 г., см. в каталоге Научной библиотеки МГИМО (У) по адресу: <http://mail.mgimo.ru/marc/index.html>.

14. Вацлавик П. Как стать несчастным без посторонней помощи. М., 1990.
15. Вертгеймер М. Продуктивное мышление. М., 1987.
16. Викентьев И.Л. Приёмы рекламы и PR. Ч.1. СПб., 1995.
17. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. М., 1990.
18. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М., 1976.
19. Вундт В. Проблемы психологии народов. СПб., 2001.
20. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте... М., 1991.
21. Выготский Л.С. Мышление и речь. М., 1996.
22. Гордеева Н.Д. Экспериментальная психология исполнительного действия. М., 1995.
23. Горелов И., Енгальчев В. Безмолвной мысли знак: Рассказ о невербальной коммуникации. М., 1991.
24. Гуревич П.С. Возрождён ли мистицизм? Критические очерки. М., 1984.
25. Дадун Р. Фрейд. М., 1994.
26. Джемс У. Психология. М., 1991.
27. Дильтей В. Описательная психология. СПб., 1996.
28. Дубовский Д.И. Обман: философско-психологический анализ. М., 1994.
29. Зазыкин В.Г. Психология в рекламе. М., 1992.
30. Зигмунд Фрейд, психоанализ и русская мысль. М., 1994.
31. Зимбардо Ф. Застенчивость. М., 1991.
32. Зинченко В.П. Посох Осипа Мандельштама и Трубка Мамардашвили: К началам органической психологии. М., 1997.
33. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 1991.
34. Изард К.Е. Эмоции человека. М., 1980.
35. Каррас Ч.Л. Искусство ведения переговоров... М., 1997.
36. Киселёва Л.А. Вопросы теории речевого воздействия. Л., 1978.

37. Кле М. Психология подростка: Психосексуальное развитие. М., 1991.
38. Кон И.С. Психология юношеского возраста. М., 1979.
39. Коул М., Скрибнер С. Культура и мышление. Психологический очерк. М., 1977.
40. Лабиринты одиночества: Сб. статей. М., 1989.
41. Лакан Ж. «Стадия зеркала» и другие тексты. Париж, 1992.
42. Лакан Ж. Функция и поле речи и языка в психоанализе. М., 1995.
43. Лебон Г. Психология народов и масс. СПб., 1995.
44. Леви-Брюль Л. Сверхъестественное в первобытном мышлении. М., 1994.
45. Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство. М., 1996 (1990, 1995).
46. Лоренц К.²⁸ Кольцо царя Соломона. М., 1978.
47. Лоренц К. Человек находит друга. М., 1977.
48. Лурия А.Р. Об историческом развитии познавательных процессов... М., 1974.
49. Лурия А.Р. Язык и сознание. М., 1979.
50. Лэнг Р.Д. Расколотое «Я»: Анти-психиатрия. М.; СПб., 1995.
51. Лютова С.Н. Марина Цветаева и Максимилиан Волошин: эстетика смыслообразования. М., 2004.
52. Мамардашвили М.К. Психологическая топология пути: М. Пруст «В поисках утраченного времени». СПб., 1997.
53. Московичи С. Машина, творящая богов. М., 1998.
54. Найссер У. Познание и реальность. Смысл и принципы когнитивной психологии. М., 1981.
55. Нойманн Э. // Юнг К.Г., Нойманн Э. Психоанализ и искусство. М., 1996.
56. Петухов В.В. Природа и культура. М., 1996.

²⁸ См. в каталоге библиотеки МГИМО (У) на: *Конрад З. Лоренц.*

57. Пиаже Ж. Избранные психологические труды: Психология интеллекта. Генезис числа у ребёнка. Логика и психология. М., 1994.
58. Пиаже Ж. Речь и мышление ребёнка. М., 1994.
59. Психология толп. М., 1999.
60. Райх В. Психология масс и фашизм. СПб., 1997.
61. Революционный невроз. М., 1998.
62. Робер М.А., Тильман Ф. Психология индивида и группы. М., 1988.
63. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М., 1994.
64. Рощин С.К. Психология и журналистика. М., 1989.
65. Рубинштейн С.Л. Избранные философско-психологические труды... М., 1997.
66. Салмина Н.Г. Знак и символ в обучении. М., 1988.
67. Сатир В. Как строить себя и свою семью. М., 1992.
68. Селье Г. Стресс без дистресса. М., 1982 (1979).
69. Семья в психологической консультации.../ Бодалев А.А. и др. М., 1989.
70. Соколова Е.Т., Николаева В.В. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. М., 1995.
71. Терин В.П. Массовая коммуникация. Социокультурные аспекты политического воздействия. Исследование опыта Запада. М., 1999.
72. Тойбер А. набросок истории сознания. М., 1994.
73. Феномен «Д» и другие: Сборник. М., 1991.
74. Франк С.Л. Реальность и человек. М., 1997.
75. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.
76. Франселла Ф., Баннистер Д. Новый метод исследования личности. Руководство по репертуарным личностным методикам. М., 1987.

Книги З. Фрейда:

77. Введение в психоанализ: Лекции. М., 1991.
78. Избранное: В 2-х книгах. М., 1990.

79. Мы и смерть. По ту сторону принципа наслаждения. СПб., 1994.
80. О клиническом психоанализе: Избр. соч. М., 1991.
81. Остроумие и его отношение к бессознательному. СПб., 1998.
82. Психоанализ. Религия. Культура. М., 1992.
83. Психология бессознательного. М., 1990 (1989).
84. Сновидения. Сексуальная жизнь человека: Избр. лекции. Алма-Ата, 1990.
85. Толкование сновидений. СПб., 1999.
86. Тотем и табу. М., 1997.
87. Художник и фантазирование. М., 1995.
88. Человек по имени Моисей и монотеистическая религия. М., 1993.
89. «Я» и «ОНО»: Труды разных лет. Тбилиси, 1991.

Книги Э. Фромма:

90. Адольф Гитлер: Клинический случай некрофилии. М., 1992.
91. Анатомия человеческой деструктивности. М., 1998.
92. Бегство от свободы. М., 1990.
93. Искусство любви. М., 1990.
94. Искусство любить: Исследование природы любви. М., 1990.
95. Психоанализ и этика. М., 1993.
96. Фромм Э. // Психоанализ и культура: Избранные труды К. Хорни и Э. Фромма. М., 1995.
97. Хофман И. Активная память. Экспериментальные исследования и теории человеческой памяти. М., 1986.
98. Хрустов Г.Ф. Критерий человека. М., 1994.
99. Хьюсман Р., Хэтфилд Д. Фактор справедливости или «И это после того, что я для тебя сделал...». М., 1992.
100. Шадриков В.Д. Деятельность и способности. М., 1994.
101. Шерток Л., де Сессюр Р. Рождение психоаналитика: От Месмера до Фрейда. М., 1991.

102. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 1996.

103. Эткин А. Эрос невозможного: История психоанализа в России. СПб., 1993.

Книги К.Г. Юнга:

104. Аналитическая психология: Прошлое и настоящее. М., 1995.

105. Архетип и символ. М., 1991.

106. Воспоминания, сновидения, размышления. Киев, 1994.

107. Дух Меркурий. М., 1996.

108. Душа и миф: Шесть архетипов. Киев, 1996.

109. Йога и Запад. Львов; Киев, 1994.

110. Конфликты детской души. М., 1995.

111. О психологии восточных религий и философии. М., 1994.

112. О современных мифах. М., 1994.

113. Один современный миф: О вещах, наблюдаемых в небе. М., 1993.

114. Ответ Иову: Собр. соч. М., 1995.

115. Проблемы души нашего времени. М., 1994.

116. Психологические типы. СПб., 1995.

117. Психология бессознательного. М., 1994.

118. Человек и его символы. М., 1997.

119. Юнг К.Г., Нойманн Э. Психоанализ и искусство. М., 1996.

2. Дополнительная литература для слушателей спецкурса «Креативность в аналитической психологии»:

1. Кембриджское руководство по аналитической психологии / Под ред. П. Янг-Айзендрат и Т. Доусона. М., 2000.

2. Классический психоанализ и художественная литература: Хрестоматия по психологии / Сост. В.М. Лейбин. СПб., 2002.
3. Лекции по юнговской типологии / М.-Л. фон Франц, Дж. Хиллман. СПб., 1998.
4. Леонтьев Д.А. Введение в психологию искусства. М., 1998.
5. Леонтьев Д.А. Психология смысла. М., 1999.
6. Лютова С.Н. Марина Цветаева и Максимилиан Волошин: эстетика смыслообразования. М., 2004.
7. Лютова С.Н. Социальная психология личности (теория и практика): Курс лекций. М., 2002.
8. Нойманн Э. Глубинная психология и новая этика. СПб., 1999.
9. Нойманн Э. Происхождение и развитие сознания. М., 1998.
10. Основные современные концепции творчества и одарённости / Под ред. Д.Б. Богоявленской. М., 1997.
11. Самуэлс Э. Юнг и постъюнгианцы: Курс юнгианского психоанализа. М., 1999 (1997).
12. Фон Франц М.-Л. Психология сказки. СПб., 1998.
13. Хендерсон Дж. Психологический анализ культурных установок. М., 1997.
14. Хиллман Дж. Исцеляющий вымысел. СПб., 1997.
15. Хрестоматия по глубинной психологии / Ред.-сост. Л.А. Хегай. М., 1996.
16. Хрестоматия по глубинной психологии. Вып. 2-й / Сост. Л.А. Хегай. М., 1997.

Книги Юнга К.Г., рекомендованные для слушателей спецкурса:

17. Бог и бессознательное. М., 1998.
18. Практика психотерапии. СПб., 1998.
19. Психология переноса. М., 1997.
20. Синхронистичность. М., 1997.
21. Сознание и бессознательное. СПб., 1997.

22. Структура психики и процесс индивидуации. М., 1996.
23. Тэвистокские лекции. Киев, 1995.

3. Основная учебная литература:

Социальная психология

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для вузов. М., 2002 (и более поздние издания).
2. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы. М., 2001.
3. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности: Учебное пособие. М., 2001.
4. Грушевицкая Т.Г., Попков В.Д., Садохин А.П. Основы межкультурной коммуникации / Под ред. А.П. Садохина. М., 2002.
5. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Социальная психология малой группы: Учебное пособие для вузов. М., 2001.
6. Лютова С.Н. Социальная психология личности (теория и практика): Курс лекций. М., 2002.
7. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. М., 1999.

Общая психология, история психологии:

8. Асмолов А.Г. Психология личности. М., 2001.
9. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2-х тт. М., 1996.
10. Хьелл Л.А., Зиглер Д. Дж. Теории личности. СПб., 2003.
11. Ярошевский М. История психологии: От античности до середины XX в. М., 1997.

4. Дополнительная учебная литература:

1. Андреева Г.М. и др. Современная социальная психология на Западе: (Теоретические направления). М., 1978.
2. Аникин В.И. ... Психология управления в дипломатической практике РФ. М., 1998.
3. Аронсон Э. Общественное животное: Введение в социальную психологию. М., 1998.
4. Асмолов А.Г. По ту сторону сознания: Методологические проблемы неклассической психологии. М.: Смысл, 2002.
5. Богомолова Н.Н. Социальная психология печати, радио и телевидения. М., 1991.
6. Васильев В.П. Юридическая психология. М., 1991.
7. Введение в практическую социальную психологию. М., 1994.
8. Величковский Б.М. Современная когнитивная психология. М., 1982.
9. Верч Дж. В. Голоса разума: Социокультурный подход к опосредованному действию. М., 1996.
10. Володин В.М., Глаголев В.С., Панфилова Т.В. Психология. М., 1997.
11. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М., 1996.
12. Гинецинский В.И. Предмет психологии: дидактический аспект. М., 1994.
13. Гозман Л.Я., Шестопал Е.Б. Политическая психология. Ростов-на-Дону, 1996.
14. Дизель П.М., Мак-Кинли Р.У. Поведение человека в организации. М., 1993.
15. Дилигенский Г.Г. Социально-политическая психология. М., 1994.
16. Додельцев Р.Ф. Фрейдизм: культурология, психология, философия. М., 1997.
17. Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. М., 1995 (1999).

18. Дридзе Т.М. Язык и социальная психология: Для обучающихся по специальности «Журналистика». М., 1980.
19. Егорова М.С. Психология индивидуальных различий. М., 1997.
20. Ждан А.Н. История психологии: От античности до наших дней. М., 1990.
21. Зейгарник Б.В. Теории личности в зарубежной психологии. М., 1982.
22. Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся: Очерки российской психологии. М., 1994.
23. Зорина З.А., Полетаева И.И. Зоопсихология. Элементарное мышление животных. М., 2002.
24. Карпов А.В. Психология менеджмента. М., 1999.
25. Китов А.И. Экономическая психология. М., 1987.
26. Красовский Ю.Д. Организационное поведение. М., 1999.
27. Красовский Ю.Д. Управление поведением в фирме: эффекты и парадоксы (на материалах 120 российских компаний). М., 1997.
28. Леонтьев А.А. Психологические особенности деятельности лектора. М., 1981.
29. Начала христианской психологии / Отв. ред. Б.С. Братусь. М., 1995.
30. Петровский А., Ярошевский М. История психологии... М., 1994.
31. Рудестам К. Групповая психотерапия. М., 1990.
32. Самарин А.Н. Основы социальной психологии. М., 1999.
33. Солсо Р.Л. Когнитивная психология. М., 1996.
34. Угринович Д.М. Психология религии. М., 1986.
35. Шихирев П.Н. Современная социальная психология в Западной Европе. Проблемы методологии и теории. М., 1985.
36. Шихирев П.Н. Современная социальная психология США. М., 1979.
37. Эльконин Б.Д. Введение в психологию развития (в традиции культурно-исторической теории Л.С. Выготского). М., 1994.

Хрестоматии:

38. Хрестоматия по общей психологии: Психология мышления / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.В. Петухова. М., 1981.

В серии «Хрестоматия по психологии» издательства «ЧеРо»:

39. Психология внимания / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М., 2001.

40. Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М., 2000.

41. Психология ощущений и восприятия / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и др. М., 1999.

42. Психология памяти / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М., 1998.

43. Психология личности / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.

44. Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. М., 2002.

45. Современная зарубежная социальная психология: Тексты / Под ред. Г.М. Андреевой. М., 1984.

46. Соколова Е. Тридцать диалогов о психологии: Хрестоматия ... по курсу «Введение в психологию». М., 1994.

47. Социальная психология: Хрестоматия / Сост. Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. М., 1999.

5. Периодические издания:

1. Вопросы психологии: Научный журнал. М.
2. Мир психологии: Научно-методический журнал. М.; Воронеж.

Б. Примерный список вопросов по курсу «Основы психологии и коммуникативной компетентности»

1. Определения психики. Предмет и специфика научной психологии. Классификация отраслей и методов психологии.
2. Экспериментальная психология сознания (Вундт, Титченер, Джеймс).
3. Гештальт-психология: теория и практика (Вертгеймер, Коффка, Кёлер, Перлз).
4. Бихевиоризм: задачи «оперантного научения» (Уотсон, Скиннер).
5. Необихевиоризм и когнитивная психология (Толмен, Бандура, Келли).
6. Культурно-историческая теория (Выготский, Лурия).
7. Деятельностный подход к изучению психики (Леонтьев, Рубинштейн).
8. Неосознаваемые процессы. Теория установки (Узнадзе).
9. Исходные психоаналитические теории (Фрейд, Адлер, Юнг).
10. Эволюция психоанализа (Фромм, Хорни, Бёрн, Хиллман).
11. Основные положения гуманистической психологии (Маслоу, Роджерс).
12. Эмоциональная сфера психики и волевые процессы.
13. Психические процессы и функции.
14. Темперамент, характер, личность.
15. Виды психологических тестов.
16. Задачи и методы индивидуальной психотерапии.
17. Социально-психологический тренинг.
18. Предмет, методы, направления социальной психологии.
19. Социальная психология личности.
20. История изучения малых групп.
21. Проблема национального характера и этнических стереотипов.

22. Принципы межкультурной коммуникации.
23. Риторика в системе гуманитарного образования.
24. Софистика и современные психологические теории.
25. Майевтика Сократа. Этические аспекты риторики.
26. Риторический идеал и ораторы античности: Древняя Греция, Рим.
27. Риторика в культуре Ренессанса.
28. Красноречие в Древней Руси. Эволюция отечественной риторики.
29. «Риторика» Аристотеля в интерпретации Х. Перельмана.
30. Лекифы и метаболы (основы классификации «группой μ»).
31. Виды речей. Стили речи. Этапы построения выступления.
32. Сообщение и текст. Смысловая структура публичного выступления.
33. Невербальные средства общения. Имидж.
34. Параметры конструктивности диалога.
35. Подходы к определению коммуникативной компетентности.
36. Этнокультурные особенности коммуникации.
37. Практические методики коммуникативного тренинга (рассказ об одной из них по выбору студента):
 - 1) Эмпатическое слушание. Использование сигналов доступа.
 - 2) Присоединение, вхождение в раппорт, ведение.
 - 3) Перифраз. Рефрейминг (контекста, содержания).
 - 4) Трансактные реакции (дополнительная, пересекающаяся).
 - 5) Compliment, критический комментарий.
 - 6) Обратная связь в форме «Я-сообщения».
 - 7) Имитация стиля поведения (уверенное, неуверенное, агрессивное).
 - 8) Использование метабола в речи-экспромте.
 - 9) Привлечение (удержание) внимания (аудитории, собеседника, оператора).

- 10) Введение в «даунтайм». Суггестивная техника (по выбору студента).
- 11) Составление матрицы исходов.
- 12) Решение задачи культурного ассимилятора (известной)

Вопросы к учебнику С.Н. Лютовой «Социальная психология личности (теория и практика): Курс лекций». М., 2002²⁹:

- 1) Подходы к личности в социальной психологии.
- 2) Психодинамическая теория личности З. Фрейда.
- 3) Работа сновидения в психоанализе.
- 4) Подсознание и бессознательное. «Мничность» (по В.В. Петухову).
- 5) Я-концепция и защитные механизмы личности в психоанализе.
- 6) Я-концепция и защитные механизмы личности в гештальт-психологии.
- 7) Обратная связь. «Окно Джогари».
- 8) Творческая деятельность. Её мотивация и критерии объективности.
- 9) Иерархия потребностей и теория метамотивации А. Маслоу.
- 10) Психологический политеизм (по Миллеру и Хиллману).
- 11) Теория личных конструктов Дж. Келли. Конструктивный альтернативизм.
- 12) Теория коллективного бессознательного К.Г. Юнга.
- 13) Архетипы межличностных отношений.
- 14) Трансактный анализ. Сценарная теория. Социальные установки и виды общения.

²⁹ Вопросы по учебнику предлагаются в качестве дополнительных и уточняющих к основным вопросам.

В. Домашнее задание № 1

Диагностика уровня стресса. Тест Андерсона «Жизненные перемены как стрессорные факторы»

Инструкция:

Суммируйте оценки (в «единицах жизненных перемен») всех тех событий, что произошли в Вашей жизни за последний год. Если какие-то события случались неоднократно, умножайте их оценку на количество повторений. Средним показателем уровня стресса является 767 ед. Сравните с ним свой показатель.

А. В области аффективных связей

1. Смерть супруга.....	87
2. Брак или принятие предложения.....	77
3. Смерть близкого родственника.....	77
4. Развод.....	76
5. Разделение имущества супругов.....	74
6. Беременность (как фактор стресса для одного или другого из супругов).....	68
7. Смерть близкого друга или подруги.....	68
8. Разрыв прочной связи (или помолвки).....	60
9. Примирение супругов.....	58
10. Трудности в сексуальном плане.....	58
11. Значительные изменения в состоянии здоровья или в поведении одного из членов семьи.....	56
12. Помолвка.....	54
13. Изменение в отношениях (к лучшему или к худшему) с партнером или с партнершей.....	50
14. Появление нового члена семьи (рождение ребенка, усыновление, принятие пожилого человека на попечение).....	50
15. Неприятности в семье у партнера или у партнерши.....	42
16. Изменение в привычках совместных визитов.....	41
17. Поступление супруга на работу или его увольнение.....	41
18. Значительные изменения во встречах с семьей (в частоте контактов с ней).....	26

Б. В области учебы

1. Поступление в колледж, университет, институт и т.п.	50
2. Смена учебного заведения.....	50
3. Трудности учебы (связанные с преподавателями, с администрацией, с программой).....	44
4. Совмещение учебы с работой.....	43
5. Изменение профориентации или программы.....	41
6. Существенные изменения в степени занятости	

учебными делами	38
В. В области профессиональной жизни	
1. Потеря постоянной работы.....	62
2. Изменение профессии или работы.....	50
3. Существенное изменение в ответственности на работе (рост по службе, понижение и т.п.)	47
4. Значительные изменения в распорядке и условиях работы.....	43
5. Неприятности с начальством.....	48
Г. В области личных установок	
1. Значительное изменение в восприятии и познании самого себя.....	57
2. Изменение отношения к употреблению наркотиков (в благоприятную или неблагоприятную сторону)	52
3. Серьезный конфликт или значительные изменения в области признаваемых ценностей.....	50
4. Значительные изменения в понимании личной независимости и ответственности.....	49
5. Значительные изменения в потреблении алкоголя (благоприятные или неблагоприятные)	46
6. Изменение личных привычек (друзей, одежды, манеры поведения и т.п.)	45
7. Значительные изменения в религиозной практике.....	36
Д. В области здоровья	
1. Серьезная болезнь или травма.....	65
2. Изменение в режиме сна (в его общей длительности или во времени его начала и конца).....	34
3. Существенные изменения в еде (в количественном отношении или во времени приемов пищи)	30
Е. В области повседневной жизни	
1. Заем денег или отдача в залог имущества.....	52
2. Переезд на другую квартиру или заметное изменение жилищных условий.....	42
3. Личное достижение исключительного уровня.....	40
4. Значительное изменение финансового положения (в лучшую или в худшую сторону).....	33
5. Обвинение в незначительном нарушении закона (проезд на красный свет и т.п.).....	22
Ж. В области досуга	
1. Значительные изменения участия в общественной жизни.....	43
2. Значительные изменения в характере использования досуга.....	37
3. Развлекательная поездка	33

ИТОГО:

Г. Домашнее задание № 2

Одним из лучших способов борьбы со стрессом является поиск «конструктивной альтернативы», изменение отношения к событиям, вызывающим стресс. Нижеприведённые инструкции показывают, как это делается на практике.

1. Определите самую сильную эмоцию, которую Вы испытывали в течение последних 24 часов. Обратите особое внимание на эмоциональные симптомы стресса.

2. Сосредоточьтесь на этой эмоции. Пусть она появляется до тех пор, пока Вы не ощутите её отчётливо. Необязательно, чтобы эмоция была сильной, достаточно лишь ощутить её в самой малой степени.

3. Определите ситуацию, которая вызвала стресс. Что происходило непосредственно перед тем, как у Вас возникла данная эмоция? Постарайтесь не включать в описание Ваши оценки. Ситуация — это то, что было бы на кассете, если бы Вы решили сделать видеозапись происходящего.

4. Затем постарайтесь вспомнить свои мысли. Что Вы говорили себе в ситуации, которая вызвала Ваши эмоции? Как правило, мыслей бывает несколько. Попытайтесь вспомнить все.

5. Определите, какая из найденных мыслей может вызвать такие эмоции в такой ситуации. Представьте себе другого человека. Если он, имея такие мысли в подобных обстоятельствах почувствует то же, что и Вы, значит, Вы на верном пути. Если нет, повторите шаги 4 и 5.

б. Продолжайте изучение стрессогенных (вызывающих стресс) мыслей на протяжении недели или двух. Записывайте свои мысли в ситуациях, когда Вы испытываете стресс. После накопления достаточного объема информации Вы заметите, что определённые мысли повторяются. Это те стереотипы Вашего мышления, которые вызывают у Вас стресс при попадании в определённую ситуацию.

7. Когда Вы установите, какая мысль в данной ситуации вызывает у Вас стресс, попытайтесь найти её противоположность. Затем хорошенько продумайте эту противоположную мысль как в спокойном состоянии, так и накануне ожидаемого стресса. Если получится сделать это правильно, Вы перестанете испытывать стресс в данной ситуации.

ПОСЛЕСЛОВИЕ

Изучив различные подходы к определению психики как предмета научной психологии, вы, господа, осознали, что истина, как всегда, обретается в «области наложения» всех существующих концепций и потенциальных, ещё не сформулированных, гипотез. Вам предстоит в жизни и самим открыть иные ракурсы многогранной психологической истины. Я надеюсь, мне удалось на лекциях сформировать готовность к совершению и, что немаловажно, *принятию* подобных открытий.

Я также верю, что теоретические познания в области психологии общения помогут моим слушателям и читателям на практике преодолеть те коммуникативные трудности, которые досаждают многим людям, особенно в молодые годы, создавая серьёзные препятствия в установлении межличностных отношений, в профессиональном и карьерном росте. Начальные познания в сфере межкультурной коммуникации несомненно окажутся полезными студентам-международникам.