

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	7
Раздел I. Общая психология	9
Глава 1. Психология как наука	11
1.1. Психологическое знание в истории науки: предмет и принципы исследования	11
1.2. Место психологии в системе наук	15
1.3. Структура современной психологии	17
1.4. Направления и научные школы психологии	19
1.5. Методы исследования в современной психологии	22
Контрольные вопросы и задания	24
Глава 2. Психология личности.	25
2.1. Проблема личности в психологии	25
2.2. Индивид, личность, индивидуальность	27
2.3. Структура личности	29
2.4. Темперамент.	31
2.5. Способности.	36
2.6. Мотивы и потребности.	39
2.7. Направленность.	45
2.8. Характер	47
Контрольные вопросы и задания	49
Глава 3. Эмоционально-волевая сфера личности	50
3.1. Эмоциональные явления психики	50
3.2. Свойства и функции эмоций.	54
3.3. Классификация эмоций и чувств человека	58
3.4. Стресс, психологическая травма и синдром эмоционального выгорания	62
3.5. Индивидуальные особенности и нарушения эмоциональной сферы.	69
3.6. Волевая сфера.	71
Контрольные вопросы и задания	74
Глава 4. Познавательная сфера личности	76
4.1. Перцептивные процессы. Ощущения	76
4.1.1. Виды ощущений	79
4.1.2. Процессы восприятия	86
4.1.3. Виды восприятия	87
4.1.4. Свойства и закономерности восприятия	91
4.1.5. Нарушения чувствительности	95
4.2. Процессы памяти	98
4.2.1. Виды памяти	102
4.2.2. Индивидуальные особенности и нарушения памяти.	106

4.3. Внимание	108
4.3.1. Виды, свойства и нарушения внимания	109
4.4. Когнитивные процессы: мышление, воображение	112
4.4.1. Мышление и его функции	112
4.4.2. Виды мышления	116
4.4.3. Мыслительные действия и операции	121
4.4.4. Воображение	122
4.4.5. Интеллект	124
Контрольные вопросы и задания	128
Глава 5. Психология общения	130
5.1. Процесс общения и его аспекты	130
5.2. Структура и функции общения	135
5.3. Средства общения	137
5.4. Виды общения	144
Контрольные вопросы и задания	149
Глава 6. Психологическое развитие и профессиональное становление личности	150
6.1. Проблема развития личности в психологии	150
6.2. Динамика психологического развития. Возрастные кризисы	154
6.3. Деятельность как фактор формирования и развития личности.	156
6.4. Профессиональное становление личности	158
6.5. Направления и периоды развития личности	165
Контрольные вопросы и задания	173
Раздел II. Социальная психология	175
Глава 7. Социальная психология как наука	177
7.1. Социальная психология в структуре научного знания	177
7.2. Методы исследования в социальной психологии	180
Контрольные вопросы и задания	182
Глава 8. Социальная психология личности	183
8.1. Социализация личности.	183
8.2. Социально-психологические свойства личности	187
8.3. Самооценка и уровень притязаний личности	189
8.4. Социальные роли личности.	194
Контрольные вопросы и задания	196
Глава 9. Социальная психология групп	197
9.1. Понятие «социальная группа».	
Виды социальных групп	197
9.2. Социально-психологические характеристики групп	205
9.3. Отношения и взаимодействия личности в группе	208
9.4. Социально-психологические явления в больших социальных группах	213
Контрольные вопросы и задания	217

Глава 10. Конфликты в социально-психологических отношениях личности	218
10.1. Конфликт и его виды как тип взаимоотношений и взаимодействий людей	218
10.2. Структура и динамика конфликта	221
10.3. Стратегии поведения в конфликтной ситуации	226
Контрольные вопросы и задания	228
Глава 11. Социально-психологические аспекты общения	229
11.1. Социально-перцептивные особенности общения	229
11.2. Социально-психологические механизмы общения	233
11.3. Социально-психологические эффекты в общении	235
11.4. Психологические барьеры в общении	237
Контрольные вопросы и задания	239
Глава 12. Психология семьи	241
12.1. Психология семьи как наука	241
12.2. Семья — малая социальная группа, ее социально-психологические особенности	242
12.3. Типы семьи	248
12.4. Динамика семейных отношений	252
Контрольные вопросы и задания	257
Глава 13. Основы этнической психологии	258
13.1. Этническая психология как наука	258
13.2. Этнос и этногенез	260
13.3. Этническая идентичность и национальные особенности личности	261
13.4. Этническая адаптация и межнациональные взаимодействия	263
Контрольные вопросы и задания	268
Раздел III. Медицинская психология	269
Глава 14. Медицинская психология как наука	271
14.1. Медицинская психология — междисциплинарная наука	271
14.2. Психосоматика	274
14.3. Понятия «здоровье» и «болезнь» в медицинской психологии	276
Контрольные вопросы и задания	281
Глава 15. Психология личности медицинского работника	282
15.1. Профессионально значимые качества личности медицинского работника	282
15.2. Этико-деонтологические требования к личности медицинского работника	284
15.3. Психологические качества личности медицинского работника	288
Контрольные вопросы и задания	292

Глава 16. Психология больного	293
16.1. Внутренняя картина болезни: понятие и структура	293
16.2. Факторы, влияющие на формирование внутренней картины болезни.	295
16.3. Типы реагирования на болезнь.	305
Контрольные вопросы и задания	308
Глава 17. Психология кризисных состояний и девиантного поведения личности	309
17.1. Психологический кризис: виды и особенности.	309
17.2. Кризисные состояния и переживания.	311
17.3. Девиантное поведение: понятие, виды, особенности.	314
Контрольные вопросы и задания	319
Глава 18. Психология общения с пациентами и их родственниками	321
18.1. Психологические особенности профессионального общения медицинских работников.	321
18.2. Этико-психологические требования к общению медицинского работника с пациентом.	326
18.3. Модели взаимоотношений медицинских работников с пациентами	329
18.4. Плацебо-эффект	332
18.5. Психологические особенности общения с родственниками пациента	333
Контрольные вопросы и задания	335
Глава 19. Психология общения с умирающим пациентом и его родственниками	336
19.1. Психология смерти и умирания	336
19.2. Стадии умирания и их психологические особенности	337
19.3. Психологические особенности общения с умирающим пациентом	339
19.4. Психологические аспекты паллиативного ухода	342
19.5. Общение с родственниками умирающего пациента	343
Контрольные вопросы и задания	349
Глава 20. Психогигиена и психопрофилактика	350
20.1. Понятия «психогигиена» и «психопрофилактика»	350
20.2. Психотерапевтические методы воздействия	351
Контрольные вопросы и задания	355
Литература	356
Предметный указатель	359



ГЛАВА 1

ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА

1.1. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗНАНИЕ В ИСТОРИИ НАУКИ: ПРЕДМЕТ И ПРИНЦИПЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Психология — наука сравнительно молодая. Становление психологии как науки было тесно связано с развитием философии и естественных наук, в рамках которых накапливались знания о духовной, психической жизни человека. Основой возникновения психологии как науки стал житейский эмпирический опыт людей. Психологические знания помогали людям лучше познать друг друга, повлиять на действия и поступки других людей. Эти знания накапливались, передавались из поколения в поколение, закреплялись в пословицах и поговорках, в произведениях искусств. Однако в целом эти знания были лишены систематичности, глубины, доказательности и поэтому не могли быть надежной основой при общении и взаимодействии людей. Житейские психологические знания существенно отличаются от научных прежде всего тем, что основаны на наблюдениях и предположениях, имеют конкретный ситуативный характер. Научная психология основана на достоверных данных, полученных в ходе опытов и экспериментов.

История психологии как экспериментальной науки начинается в 1879 г., когда в Лейпциге немецким психологом Вильгельмом Вундтом была основана первая в мире экспериментальная психологическая лаборатория. В 1885 г. выдающийся отечественный врач-физиолог Владимир Михайлович Бехтерев организовал подобную лабораторию в России.

Название науки «психология» происходит от двух древнегреческих слов — *psyche* (душа) и *logos* (учение, наука). Таким образом, в буквальном переводе психология — это «учение о душе». В настоящее время

понятие «душа» используется только в философии и религии. В науке употребляется понятие «психика».

В настоящее время **психология** — это наука, изучающая психические явления, закономерности и механизмы психики животных и человека. **Психика** — субъективное отражение объективной действительности в идеальных образах, на основе которого регулируется взаимодействие человека с внешней средой. Способность мозга отражать действительность состоит в том, что при взаимодействии с различными объектами и явлениями действительности возникают психические образы этих объектов и явлений. Эти психические образы содержат различные характеристики и свойства объектов и явлений действительности — их форму, окраску, вес, особенности поверхности, издаваемых звуков и запахов и др., но не являются точной копией отражаемого объекта. Психическое отражение не зеркальное — оно активно, включает поиск и выбор объекта действительности для взаимодействия, познания и формирования его психического образа, является необходимой стороной деятельности человека.

Психика имеет следующие характерные особенности:

- 1) является функцией особым образом организованной материи (нервной системы);
- 2) отражательна по своей природе, т.е. не имеет своего материального содержания;
- 3) возникла в результате эволюции нервной системы;
- 4) служит целям адаптации организма во внешней среде;
- 5) активна по своей природе и субъективна по форме.

Психика выполняет 2 главные функции: 1) отражение действительности, т.е. познание и создание образа внешнего и внутреннего мира человека; 2) регуляция поведения и деятельности живого существа в целях обеспечения его выживания.

Психика имеет многообразные проявления, которые в психологии называются психическими явлениями. **К психическим явлениям** относятся следующие.

1. **Психические процессы** — это психические явления, имеющие физиологическую основу, обеспечивающие первичное отражение и осознание человеком отраженной действительности.

В психологии выделяют следующие виды психических процессов:

- познавательные (ощущения, восприятие, память, мышление, воображение, внимание). Они позволяют человеку познавать окружающую действительность и самого себя;
- эмоциональные (эмоции, чувства), обеспечивающие удовлетворение многообразных потребностей человека;
- волевые (волевые акты), обеспечивающие целесообразное поведение и деятельность человека.

2. **Психические состояния** — это временное своеобразие психической деятельности, определяемое общим функциональным уровнем психической активности в зависимости от условий жизни и деятельности человека, его личностных особенностей. Психические состояния подразделяются на 4 вида: мотивационные (желания, стремления, интересы, влечения, страсти); эмоциональные (настроение, аффект, стресс, фрустрация); волевые (целеустремленность, настойчивость, решительность и т.д.); состояния сознания (активное бодрствование, сон, измененные состояния сознания).

3. **Психические свойства** — это наиболее устойчивые и постоянно проявляемые особенности психических процессов и состояний, обеспечивающие определенный уровень поведения и деятельности человека (концентрация внимания, сила чувства, направленность личности и т.д.).

4. **Психические образования** — сложные психические явления, включающие в себя знания, умения, переживания и другие компоненты и формирующиеся в процессе приобретения человеком жизненного и профессионального опыта (профессионализм, компетентность в каком-либо виде деятельности и др.).

Предмет исследования психологии в ходе ее исторического развития как науки видоизменялся. В ходе исторического развития психологии как науки в качестве предмета исследования выступали различные психические явления. В истории психологии выделяют 4 основных этапа ее развития, на каждом из которых был свой предмет исследования.

1-й этап (от древности до XVII в.): **психология — наука о душе**. Это период зарождения психологии и существования ее в виде отдельных философских учений о душе (Платон, Аристотель и др.), которые дополнялись знаниями из развивавшейся медицины и жизненного опыта людей.

2-й этап (XVII—XIX вв.): **психология — наука о сознании**. Сознание рассматривается как самостоятельный психический феномен, существующий отдельно от телесной и душевной жизни человека. Сознание понималось как способность думать, чувствовать, желать. Психология становится наукой о внутреннем мире человека, в котором главную роль играют сознание и разум человека. Основными методами исследования были самонаблюдение и описание.

3-й этап (конец XIX — начало XX в.): **психология — наука о поведении**. Поведение становится предметом исследования, так как его можно изучать с помощью научных экспериментов и наблюдения, при котором можно зафиксировать действия, поступки, реакции человека.

4-й этап (XX — начало XXI в.): **психология — наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики человека**

и животных. Психические явления изучаются во всем их многообразии, как во внешних, так и во внутренних проявлениях. Психология занимается научным исследованием поведения и деятельности человека, а также разрабатывает методы практического применения приобретенных знаний.

Предмет исследования современной психологии — многообразные психические явления, механизмы и закономерности психики.

Основная задача современной психологии — изучение законов психической деятельности в ее развитии. Эти законы раскрывают, как объективный мир отражается в мозге человека, как в силу этого регулируются его действия, развивается психическая деятельность, формируются психические свойства личности.

В современной психологии все психические явления исследуются в соответствии со следующими методологическими принципами.

1. **Принцип детерминизма** (принцип психофизиологического единства). Это основополагающий принцип современной психологии. Согласно этому принципу психика имеет свои качественные особенности и в то же время — материальную, нейрофизиологическую основу (нервную систему). Мозг и его продукт (сознание) являются источником психической активности и деятельности человека, но отражение мира в психике выходит за пределы сугубо мозговых явлений.
2. **Принцип единства сознания и деятельности** означает, что психика и деятельность неразрывно взаимосвязаны. Мозг и его продукт (сознание) являются источником психической активности и деятельности человека. Психика человека формируется под влиянием деятельности (различных ее видов), и в то же время именно в деятельности раскрываются потенциальные возможности психической организации человеческого организма, реализуется содержание психической сферы человека.
3. **Принцип системности.** Психика рассматривается как сложноорганизованная, развивающаяся биосоциальная система, имеющая свою структуру с комплексами тесно взаимосвязанных элементов (психических явлений).
4. **Принцип развития.** Психика признается изменяющимся под влиянием различных факторов явлением, поэтому психические явления изучаются в их развитии. Развитие психики рассматривается в процессе фило- и онтогенеза.
5. **Принцип активности.** Психические явления активно по своей природе. Психические явления возникают и существуют только в процессе непрерывного взаимодействия индивида с окружающим его миром.

В современной науке признается, что психика развивается в процессе эволюции биологических видов (филогенез) и в течение жизни индивида (онтогенез). **Поведение** — это присущее живым существам взаимодействие с окружающей средой, опосредованное их внешней и внутренней активностью. Поведение человека и животного различается по ряду характеристик. Признаками поведения человека являются: социальная обусловленность, речевая регуляция, целеполагание, отражение процесса личностной социализации, адаптивность к социальной среде с учетом индивидуальных особенностей.

Высшая форма развития психики в филогенезе — сознание. Сознание — это высший уровень психического отражения и саморегуляции, свойственный только человеку. Оно формируется в условиях предметно-практической деятельности и общения и представляет собой идеальную модель окружающей действительности и самого человека. В современной науке выделяются различные уровни активности (активное бодрствование, сон и др.) и состояния сознания (нормальные, патологические, измененные).

1.2. МЕСТО ПСИХОЛОГИИ В СИСТЕМЕ НАУК

Психология взаимосвязана со всеми науками. В настоящее время наиболее признанной является нелинейная классификация наук, предложенная акад. Б.М. Кедровым (рис. 1.1). Она отражает многоплановость связей между науками, обусловленных близостью предметов их исследования. Предложенная схема имеет форму треугольника, вершины которого представляют науки естественные, социальные и философские, а в центре находится психология, взаимосвязанная со всеми другими науками.

Естественные науки составляют научную базу психологии. Ведущее место среди них занимают биологические науки. Знание анатомо-физиологической основы жизнедеятельности организма человека позволяет исследовать психологические закономерности и механизмы разных видов поведения и деятельности человека, психических состояний и свойств. Огромное влияние на процесс разработки основных проблем психологии XX в. оказала эволюционная теория Ч. Дарвина. В соответствии с этой теорией была выявлена роль психики в приспособлении живых существ к изменяющимся условиям среды, объяснено происхождение высших форм психической деятельности из низших. Генетика дает знание о наследственных механизмах жизнедеятельности человека, которое необходимо для исследования процессов психического развития человека, формирования его личности и многих других психологических проблем.



Рис. 1.1. Место психологии в системе наук (классификация Б.М. Кедрова)

Исследования в области медико-биологических наук (в биохимии, биофизике, патофизиологии, эндокринологии, неврологии и др.) являются источниками знаний об анатомо-физиологических, биохимических, нейрогуморальных и других закономерностях и механизмах различных психических процессов и состояний. Естественно-научную базу психологии составила рефлекторная теория, которую разрабатывали И.М. Сеченов, И.П. Павлов, а в дальнейшем такие крупнейшие физиологи, как Л.А. Орбели, П.К. Анохин, К.М. Быков, А.А. Ухтомский, Н.А. Бернштейн и др. Эти исследования имеют большое значение для познания эмоциональной сферы, мыслительной деятельности, процессов памяти и др. Из естествознания в психологию был перенесен экспериментальный метод исследования психических явлений (Г. Фехнер).

Связь психологии с общественными (социальными) и гуманитарными науками имеет решающее значение. Исследование процессов и явлений, изучаемых историей, экономикой, этнографией, социологией, искусствоведением, юридической и другими общественными науками, позволяет раскрывать закономерности взаимодействия человека с социальной средой, обществом, многоаспектно изучать психические явления, возникающие в процессе взаимодействия человека с другими людьми в обществе. Взаимосвязь психологии и социально-гуманитарных наук двусторонняя. В исследованиях социальных процессов возникает необходимость учета психологических факторов. В то же время основные формы психической деятельности человека появляются в конкретных культурно-исторических условиях в обществе с определенной системой социальных связей и отношений.

Достижения технических наук составляют основу для оснащения психологических исследований различной аппаратурой, позволяя