

*Структурная психология Э.  
Титченера*

- **Эдвард Брэдфорд Титченер (1867-1927гг.)**
- **Один из самых крупных психологов первой четверти XX в.**
- **Основатель и глава структурной школы психологии (Структурализма).**
- **В основе учения лежала идея В. Вундта.**
- **Основной метод - аналитическая интроспекция.**



# СТРУКТУРАЛИЗМ

- **Структурализм -система психологии Титченера, которая имеет дело с сознательным опытом, зависящим от испытывающего его субъекта.**
- **Структурная психология представляла собой чистую науку, не имеющую прикладного значения.**
- **Предмет психологии:** элементы сознания, которые даны человеку в его самонаблюдении (согласно Титченеру, предмет психологии заключается в изучении сознательного опыта)
- **Цель психологии:** открытие сути или структуры сознания = целям естественных наук.

# Основные вопросы науки, по Э. Титченеру

ЧТО?


КАК?

ПОЧЕМУ?



# ЗАДАЧИ

1. Разбиение сознательных процессов на простейшие составляющие;
2. Определение законов, по которым происходит объединение;
3. Связь элементов сознания с физиологическими состояниями.

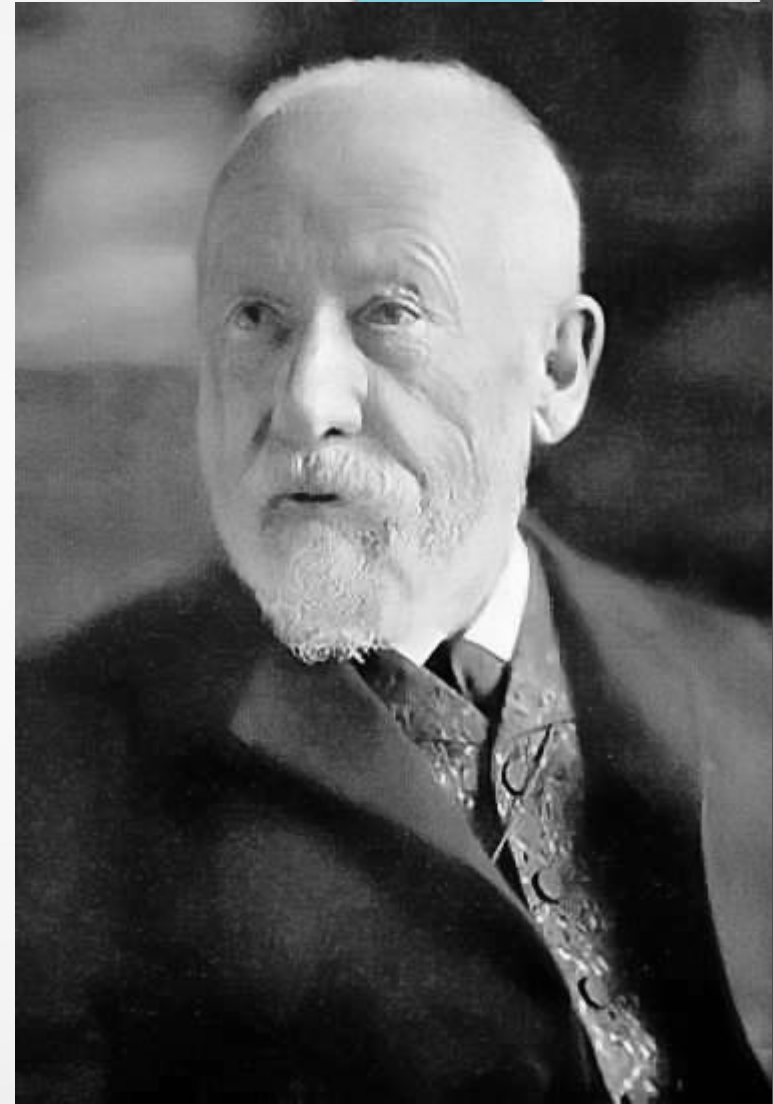


Главная задача психологии экспериментальное исследование структуры сознания.

# СОЗНАНИЕ

- Титченер определил сознание **как сумму наших переживаний, существующих в данный момент времени.**
- **Элементы структуры сознания:**
  1. Ощущения — основные элементы восприятия, даются нам в виде звуков, запахов и т.д, вызываемые в нас физическими объектами окружающего пространства;
  2. Образы — элементы идей и отражают переживания, которые не связаны с текущим моментом;
  3. Эмоциональные состояния — являются выражениями душевных переживаний и проявляются в таких чувствах как любовь, ненависть и т.п.

**В. Дильтей –  
описательная  
психология**







# Идеи:

Дильтей высказывался против перенесения методов естественных наук в психологию, которая нуждается в собственном методе и собственной методологии.

Психология должна отказаться от попыток объяснения душевной жизни, поставив себе целью описание и анализ психических явлений, стараясь понять отдельные процессы из жизненного целого.

# Идеи:

Центральное понятие - переживание, выступающее в виде внутренней связи, неотделимой от её воплощения в духовном продукте. Т.о., соотносятся индивидуальное сознание и мир социально-исторических ценностей.

Предмет: развитой человек и полнота готовой душевной жизни, описанная во всей ее целостности.

Метод: постижение, понимание. Понять - это значит оценить субъективные переживания как осмысленные, включить субъективные переживания в более широкие смысловые связи, которые определяют их.

Отличие от интроспекции: открывает содержание не только сознательного, но и бессознательного (интроспекция ограничивает познающего содержанием его сознания, закрывая выход в сферу объективного).

# Идеи:

Каждое состояние сознания включает в себя: интеллектуальную часть (содержание), побуждение и чувство (нравится/не нравится), волевой компонент как намерение, которое направляет каждый мыслительный процесс.

Таким образом, жизненная ценность не есть нечто объективное -- это то, чем мы пользуемся для достижения чувства удовольствия и удовлетворения.

Постижение ценностей и созидание новых ценностей - сущность душевной жизни и психического развития.

Развитие душевной жизни происходит в условиях развития тела и зависит от связи с окружающим миром.

Чувства и побуждение - движущие силы развития. Развитие состоит в переходе от элементарным к более высоким ценностям; каждый возраст характеризуется направленностью на свои ценности.

# Идеи:

Дильтей считает, что психология не обязательно должна идти по пути развития естественных наук, т.к. душевная жизнь дана нам априори, но мы используем привлечение новых связей, чтобы глубже понять ее.

Дильтей выделяет:

- 1) структурную связь душевной жизни - строение неизменное при смене различных психических состояний. Это базовый способ бытия в мире, взаимосвязь чувственного, интеллектуального и волевого моментов. Это связь каузальна и телеологична. Отсюда возникает закон развития душевной жизни.
- 2) При смене возрастов меняется смысл переживаний.
- 3) понимание как установление связи между душевной жизнью и тем, что ценно для человека во внешнем мире.

Дильтей ввел понятие «ценность» в психологию. Он показал, что проблема построения психологии по естественно научному типу заключается в том, что в природе нет тех реалий, которые могут помочь понять человека.

# Вюрцбургская школа



**Освальд Кюльпе**



**Нарцисс Каспар Ах**



**Карл Людвиг Бюлер**

Возникла в начале XX в. Была основана на критике психологии Вундта и результатах исследования процесса обучения.

Философской основой выступали идеи позитивизма, критического реализма.

Были проведены новаторские исследования мышления (Н. Ах), в которых использовалась регламентированная методика предъявления задач и

"М

Кюльпе Освальд (1862-1915) - нем.  
психолог и философ, основатель  
Вюрцбургской школы.



# Кюльпе Освальд

Впервые в психологии попытался экспериментально исследовать высшие процессы в сознании - мышление и волю - методом систематической интроспекции, который предполагал не одновременное разворачивание процесса мышления и наблюдение этого процесса, а ретроспективное наблюдение уже пережитого (или выполненного) испытуемым.

Особое внимание уделялось процессуальной стороне мышления (актам).



Кюльпе был учеником В.Вундта; он выступил против ограничений, накладываемых на экспериментальную психологию учителем. Все работы Кюльпе были посвящены изучению вопросов, которые не рассматривала классическая психология В.Вундта.

Ввел новые переменные

установку (мотивационную переменную)

задачу (цель)

процесс мышления как смена поисковых операций, иногда приобретающий аффективную напряженность

несенсорные компоненты в структуре сознания (умственные, а не чувственные образы)

# *теория безобразной (или ненаглядной) мысли:*

ощущения и образы выполняют в мышлении вспомогательную, побочную роль.

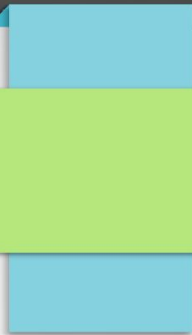

Эта теория была направлена против учения о сознании Э. Титченера и разрушала картину сознания, созданную структуралистами.

Использовал метод систематической интроспекции.

Метод предполагал ретроспективные наблюдения испытуемого за своими мыслительными процессами.

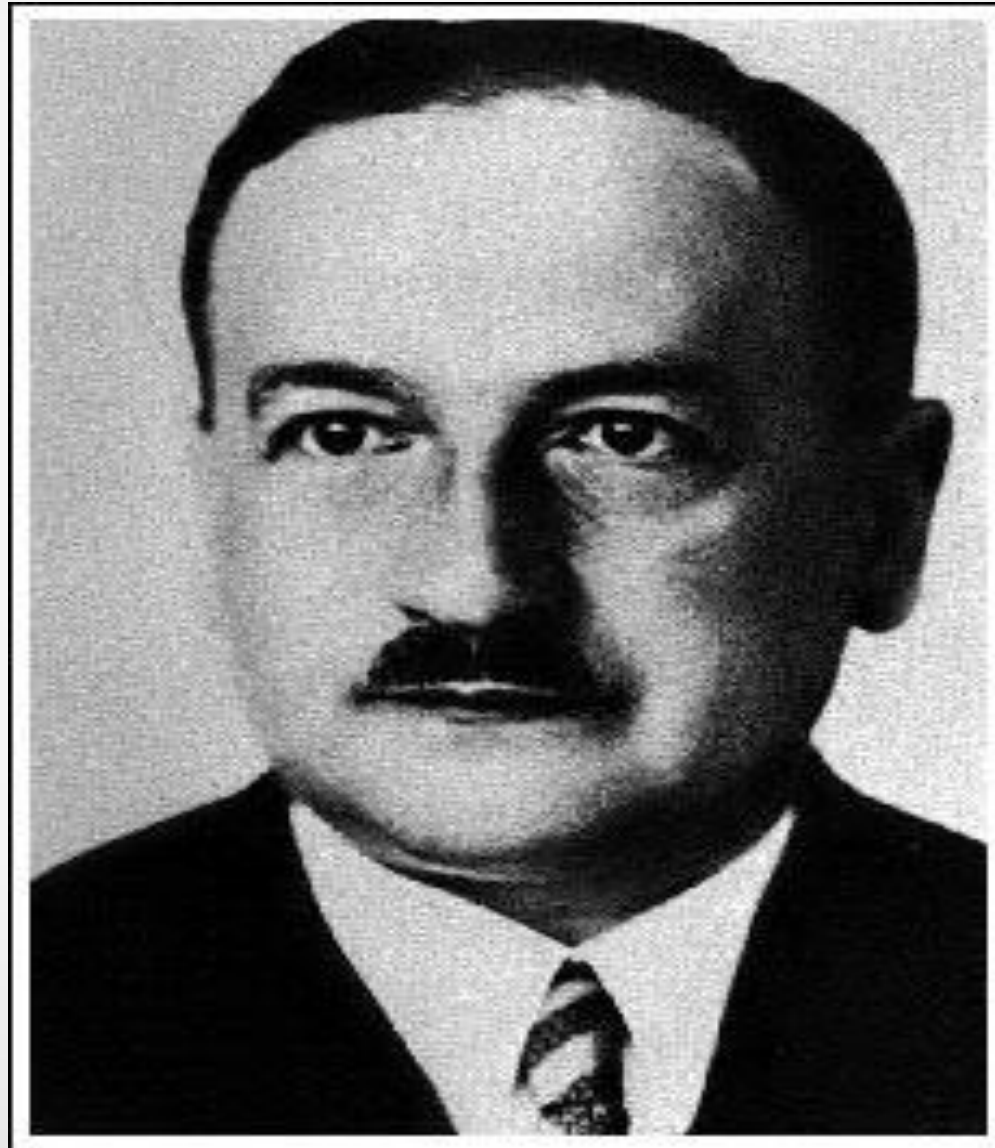
Ах Нарцисс (1871-1946) - нем. психолог,  
представитель Вюрцбургской школы.

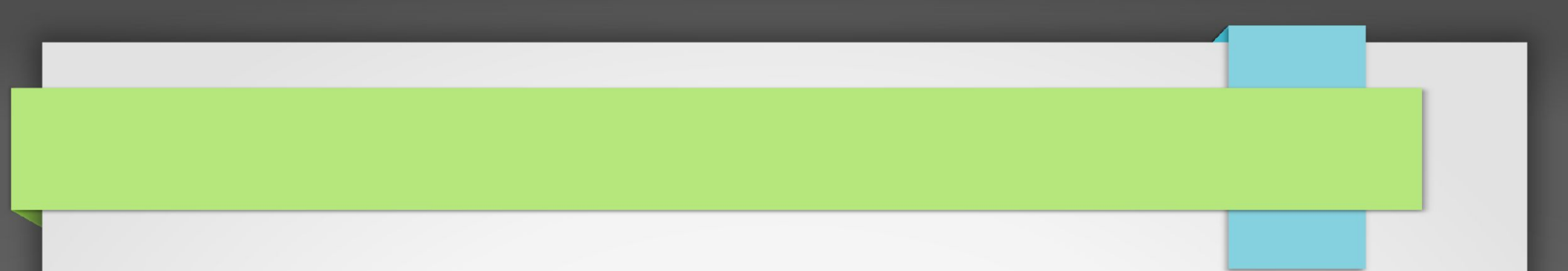




В экспериментах с использованием метода систематической интроспекции доказал, что процесс мышления определяется поставленной перед испытуемым задачей

Зельц Отто (1881 – 1944) — немецкий психолог, сотрудник Вюрцбургской школы





Проводил исследования мышления, в которых обнаружил детерминированность мыслительных процессов со стороны структуры решаемой задачи.

Задача перед испытуемым предстает как некий проблемный комплекс, завершенность которого может быть достигнута лишь при отыскании недостающего элемента.

Описал ряд интеллектуальных операций, благодаря которым возможно такое завершение ( абстракция, репродукция свойств и пр.).

# Гештальтпсихология





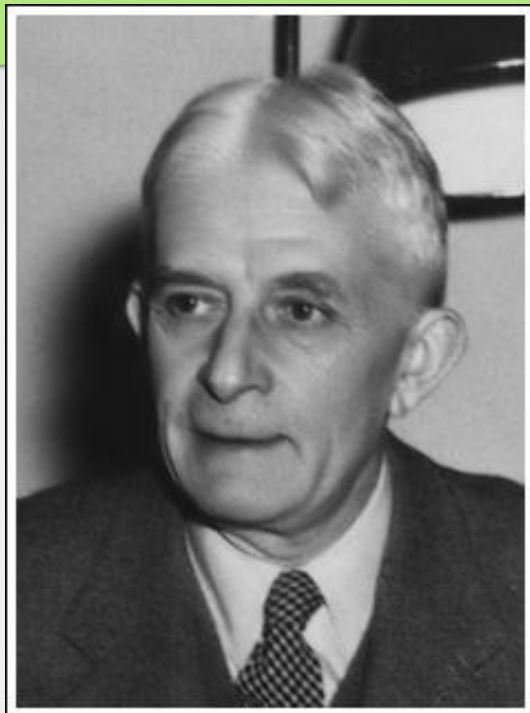
**Гештальт** (от нем. Gestalt) – форма, структура, целое. Обозначает целостные образования сознания

**Гештальт-психология** - направление психологических исследований, возникшее в Германии в начале XX века и утверждающее приоритет структуры в организации психических процессов





**Курт Коффка** –  
немецкий психолог,  
представитель  
гештальт-психологии  
(1886 – 1941)



**Вольфганг Келер** – немецкий психолог, представитель гештальт-психологии (1887 – 1967)

Эспериментально доказал в опытах над животными (исследование интеллекта человекообразных обезьян) роль инсайта как принципа организации поведения

По Кёлеру, при успешном решении интеллектуальной задачи происходит видение ситуации в целом и ее преобразование в гештальт, в силу чего изменяется характер приспособительных реакций.

# Основные теоретические положения *гештальтпсихологи*

*и:*

*Гештальт-психология* – «психология формы».

*Единицы сознания* – не отдельные элементы, но *гештальты*.

**Гештальт** (с нем. яз. – *форма, организация, конфигурация*) – целостная структура, обладающая особым новым качеством по сравнению с суммой своих частей (пример: ф-феномен, или «гештальт-феномен», феномен кажущегося движения).

*Метод гештальт-психологии* – феноменологический.

# Восприятие

## В гештальт-психологии

Восприятие *целостно*: схватывает не отдельные элементы среды, а целостный *образ предмета*, отличный от простой суммы его частей.

*Характеристики восприятия:*

- 1) целостность;
- 2) структурность;
- 3) предметность;
- 4) осмысленность;
- 5) константность.

*Принципы восприятия:*

принцип восприятия фигуры на фоне;

принцип заполнения пробелов;

принцип группировки (по близости, сходству и т.д.);

принцип зависимости от перцептивной установки.

# Гештальт-принципы организации восприятия

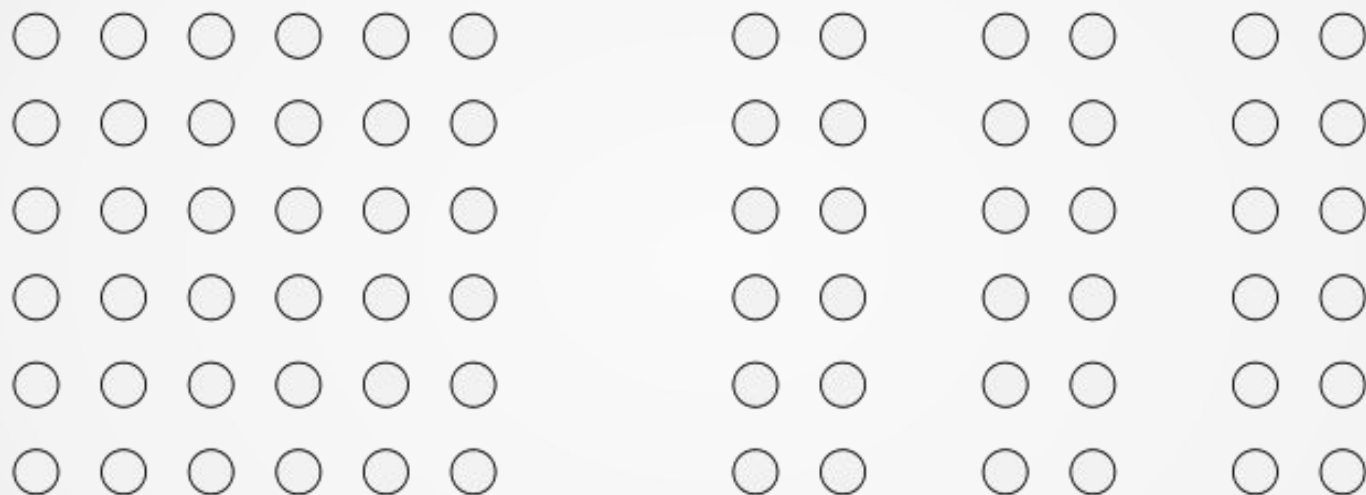
мы воспринимаем предметы как единое целое

восприятие происходит мгновенно

части объединяются между собой, образуя единую структуру

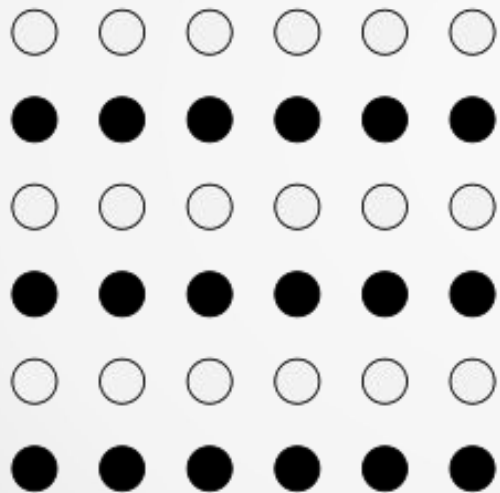
структура выделяется на общем фоне

# Фактор близости



близость (стимулы, расположенные рядом, имеют тенденцию восприниматься вместе),

# Фактор схожести





схожесть (стимулы, схожие по размеру, очертаниям, цвету или форме, имеют тенденцию восприниматься вместе),

# Принцип замкнутости



Замкнутость. Отражает тенденцию завершать фигуру, так что она приобретает полную форму.





целостность (восприятие имеет тенденцию к упрощению и целостности),

смежность (близость стимулов во времени и пространстве. Смежность может предопределять восприятие, когда одно событие вызывает другое),

общая зона (принципы гештальта формируют наше повседневное восприятие наравне с научением и прошлым опытом.

Предвосхищающие мысли и ожидания также активно руководят нашей интерпретацией ощущений).

# Константы восприятия в гештальтпсихологии

Константность размера

Константность формы

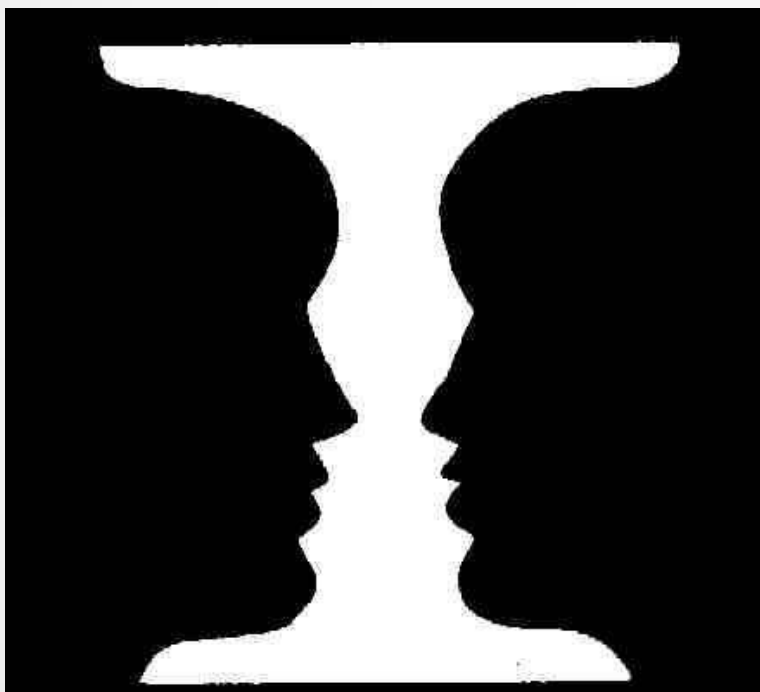
Константность яркости

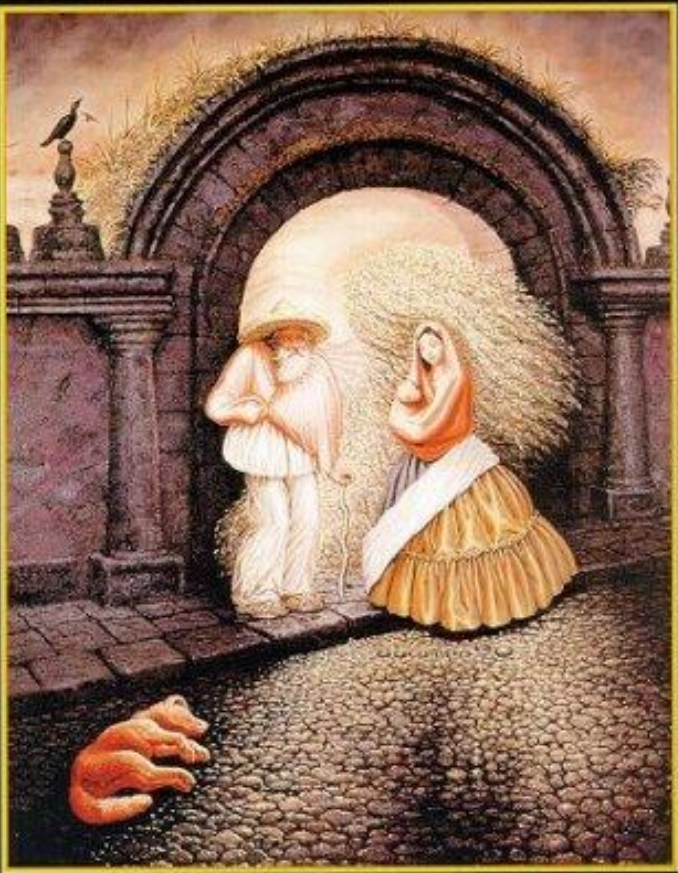
# Фигура и фон в гештальтпсихологии

Мы стремимся организовать наше восприятие таким образом, чтобы видеть объект ( **фигуру** ) и задний план ( фон ), на котором он проявляется.

При этом фигура представляется нам более заметной и ясно выделенной на общем фоне изображения

# Фигура и фон





You have to have an open mind,  
Don't look for a baby, and you will see the baby.







Вольфганг Кёллер (Wolfgang Köhler)  
1887-1967

В рамках концепции гештальтпсихологии провел революционные исследования разумного поведения животных.



Эксперименты В.Кёллера на шимпанзе



Эксперименты В.Кёллера на шимпанзе



# Мышление в гештальт-психологии

*Мышление* – 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.

*Единицей мышления является понятие как опосредованное обобщение, выходящее за рамки чувственного познания.*

# Виды мышления

- 1) *репродуктивное* (уже известные из прошлого опыта средства решения можно применить к новой ситуации);
- 2) *творческое* (для выхода из незнакомой проблемной ситуации средства и метод решения нужно создать).

# Специфика творческого мышления

**Мотивом творческого мышления** выступает само обнаружение принципа преодоления заложенного в задаче конфликта между исходным фактом и искомым решением.

*Метод* решения творческой задачи – не в прошлом опыте, а в понимании самого характера заложенного в задаче конфликта. Творческое мышление характеризуется наличием:

- 1) *инсайта* как признака интеллектуальной стадии развития психики,
- 2) способностью решать задачи «обходным путём».

# Инсайт

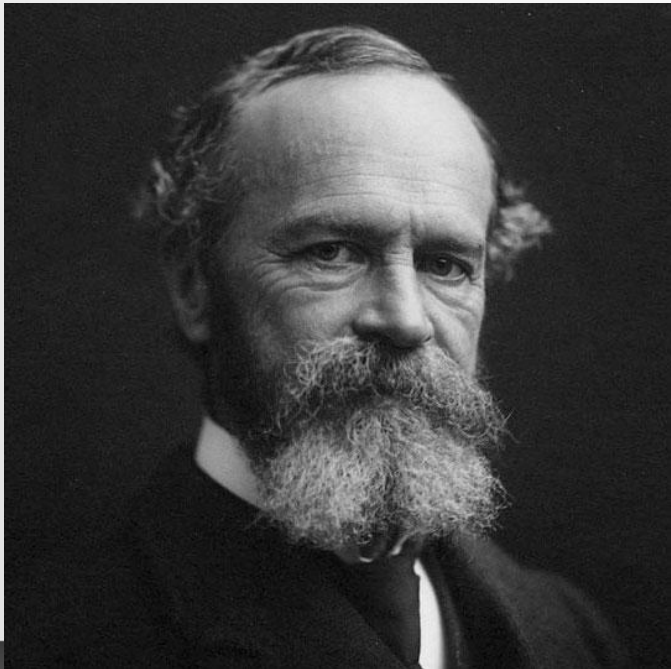
*Инсайт* (от англ. *insight*, *проницательность*) – «озарение», мгновенное постижение проблемной ситуации в целях её разрешения.

**Инсайт** – качественное изменение в поведении, такая целостная организация всех элементов проблемной ситуации, которая позволяет определить и устранить исходное противоречие между условиями и требованиями.



Озарение  
правильное озарение

**Функционализм в  
американской  
психологии. В.Джемс**



# Становление функционализма в идеях В.Джемса.

Джемс занимался многими проблемами - от изучения работы мозга и развития познавательных процессов и эмоций до психологии личности и психоделических исследований. Одним из основных направлений его исследований было изучение сознания.

**Функционализм** - психологическое направление, появившееся в США в конце XIX в, исследующее процессы сознания с точки зрения их функции в приспособлении организма к среде.

В «Основах психологии» Джемса заложен главный принцип американского функционализма, в котором цель психологии — не выявление элементов опыта, а изучение функции приспособления сознания.

**Сознание** — это жизненно важная функция высокоразвитых существ, живущих в сложной среде: без него была бы невозможна эволюция человека.

**По Джемсу, главную часть психологии составляют физические основы сознания.** Он признавал важную роль изучения сознания в неразрывной связи с человеческим бытием, то есть в своей естественной среде.

Джемс выступал против вундтовской позиции. Он писал, что сознательные переживания есть просто то, что они есть, а не группы или наборы элементов.

Глубоко задетый подходом Вундта, Джемс заявил, что в сознательном опыте не существует элементарных ощущений, они являются исключительно результатом сложного спиралевидного процесса умозаключения или абстрагирования.

Джемс предложил новую программу психологии. Он провозгласил единство всей психической жизни, целостность непрерывно изменяющегося опыта. Сознание существует в форме непрерывного течения, — которое он назвал **ПОТОКОМ СОЗНАНИЯ** .

Поскольку поток сознание находится в непрерывном движении и постоянно видоизменяется, мы не можем пережить одну и ту же мысль или ощущение более одного раза. Таким образом, сознание носит не обратимый, а направленный, кумулятивный характер.

В.Джемс, считал, что психика избирательна. «...Мы можем уделять внимание какой — то маленькой части эмпирического мира — значит, мозг выборочно реагирует на множество действующих на него раздражителей, фильтрует и объединяет их, отбирая одни и отвергая другие.»

Мозг отбирает релевантные раздражители таким образом, чтобы сознание могло работать логически, в результате формируется разумное умозаключение.

*Главное, что подчеркивал Джемс,* — это цель сознания.

*Цель, или функция сознания* — дать человеку способность в виде умения выбирать или приспособиться к окружающей среде.

Исследование законов, по которым работает сознание, протекает выбор или отвержение, и составляет главную задачу психологии. Джемс подчеркивал приоритетность изучения именно работы сознания, а не его структуры.

Изучая работу сознания, он пришел к открытию двух основных его детерминант - *внимания и привычки*. Джемс различал сознательный выбор и «привычку», он считал, что привычки бессознательны и произвольны. Сознание начинает действовать, когда мы сталкиваемся с новой проблемой и необходимостью выбирать путь ее решения.



**Личность** в понимании Джемса, это интегративное целое.

Он выделял в личности познаваемый и познающий элементы, полагая, что познаваемый элемент - наше эмпирическое Я, которое мы осознаем как нашу личность, в то время как познающий элемент - наше чистое Я. Большое значение имело и выделение нескольких частей в структуре эмпирической личности – физической, социальной и духовной личности.

**В «эмпирическом Я», или «личности» им были выделены:**

1. Физическая личность
2. Социальная личность
3. Духовная личность

$$\frac{\text{Успех}}{\text{Уровень притязаний}} = \text{Самооценка.}$$

Большое значение имело и описание Джемсом чувств и эмоций, вызываемых разными структурами и частями личности, прежде всего описание *самооценки*, о роли которой впервые заговорил именно Джемс.

# Теория эмоций Джемса-Ланге

Теория эмоций Джемса, изложенная им в статье 1884 года и позже в «Основах психологии», противоречила существовавшим в то время взглядам на природу эмоциональных состояний.

Джемс перевернул ранние представления о эмоциях и предположил, что физическая реакция предшествует появлению эмоций, в особенности, таких «ярких», как страх, гнев, печаль и любовь.

Джемс считал, что физиологические изменения организма первичны по отношению к эмоциям.

По Джеймсу: «Мы печальны потому, что плачем; боимся потому, что дрожим, радуемся потому, что смеемся». Совокупность ощущений, связанных с этими изменениями, и есть эмоциональное переживание.

То же видение эмоциональных состояний высказал в 1885 году датский психолог Карл Ланге, поэтому теория получила название теория эмоций **Джемса — Ланге**.

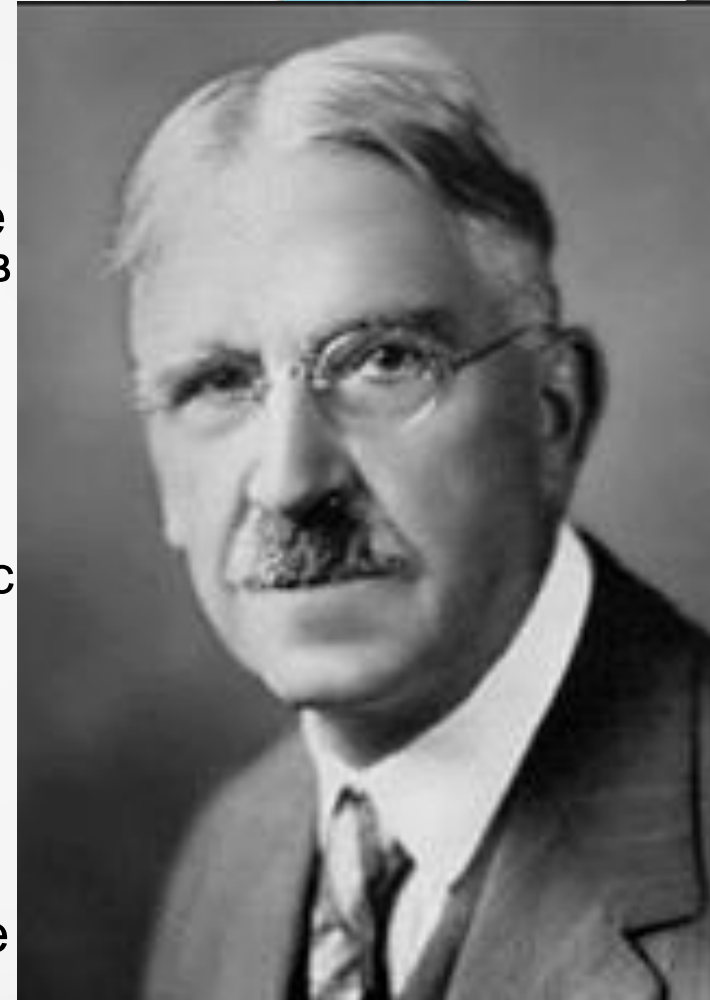
Другим важным феноменом Джемс считал идеомоторный акт. По его мнению, любая мысль (идея) о движении переходит в движение мышц, когда этому не препятствует другая мысль.

Идеи, заложенные Джемсом, были развиты **Д. Дьюи** (1859-1952), основателем Чикагской школы функционализма.

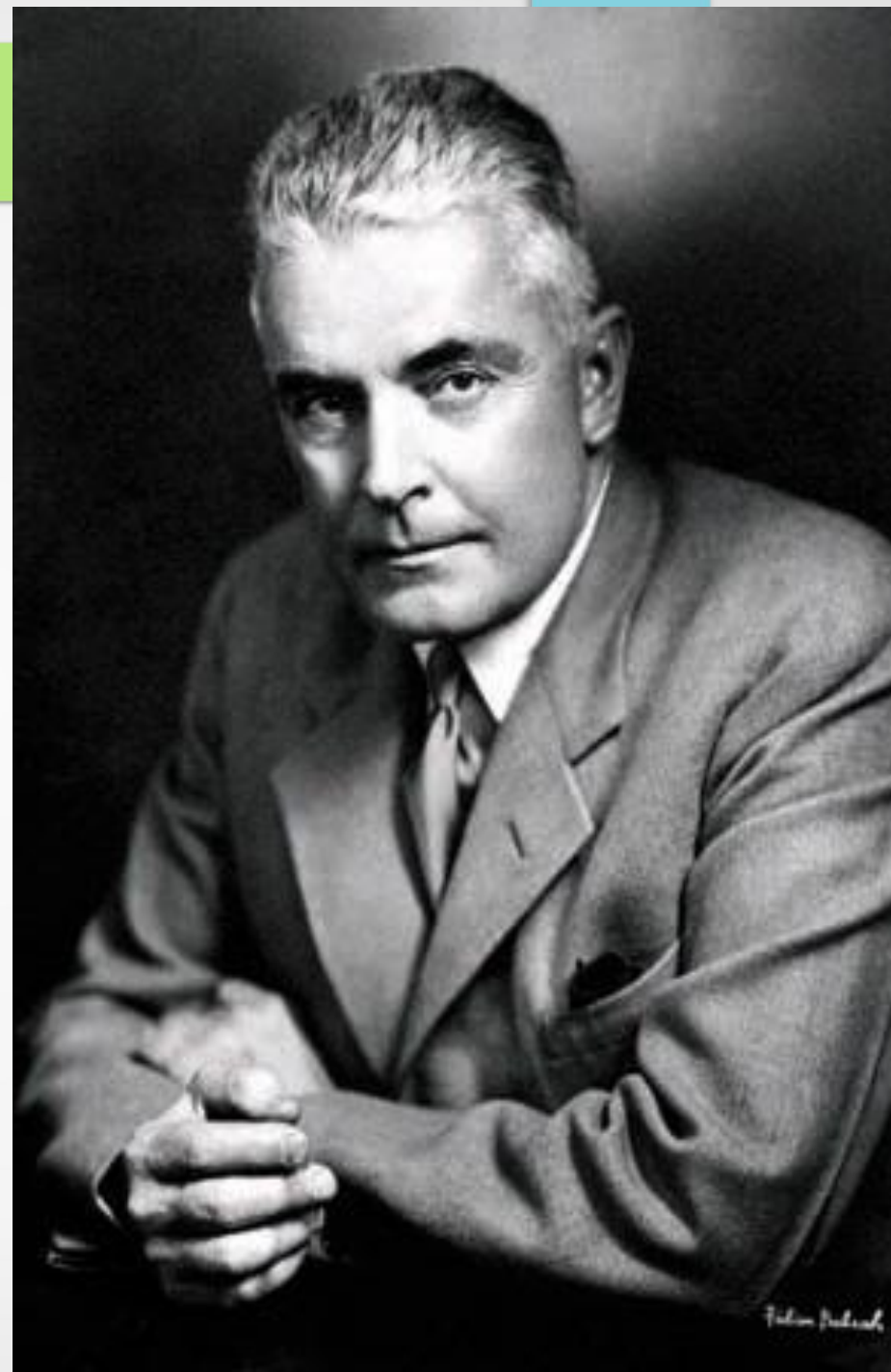
Он также был представителем прагматического направления в философии, интересовался прикладным использованием психологии, прежде всего в сфере образования, включил педагогику в число преподаваемых им в университете предметов.

Здесь функциональная психология определялась как учение о психических операциях в противовес структуралистскому учению о психических элементах.

Главное назначение сознания – «аккомодация к новому». Организм действует как психофизическое целое, и поэтому психология не может ограничиться областью сознания.



Джон  
Бродес  
Уотсон  
(1878  
—1958)



Его докторская диссертация, защищённая в Чикагском университете в 1903 году («Обучение животных: Экспериментальное исследование физического развития белой крысы, сопряжённого с ростом нервной системы») была первой современной книгой по поведению крыс.

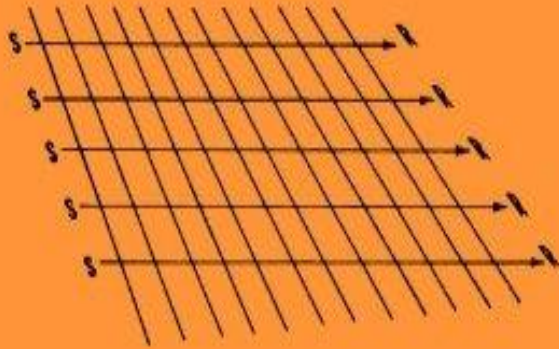




N524

**John B. Watson**

# BEHAVIORISM



24 февраля 1913 года Джон Уотсон прочитал в Нью-Йорке знаменитую лекцию (манифест) — «Психология с точки зрения бихевиориста». Со времени бихевиоризма психология стала бурно развиваться, как экспериментальная наука.

# Эксперимент «Маленький Альберт»

Сначала экспериментаторы проверили реакции Альберта, показывая ему белую крысу, разнообразные маски, горящую газету и хлопковую пряжу. Ни один из этих предметов не выявил страха у малыша.

Затем Уотсон с ассистенткой приступили к формированию реакции страха. Одновременно с тем, как ребенку давали поиграть с белой крысой, экспериментатор сильно бил молотком по стальной метровой полосе так, чтобы малыш не видел молотка и полосы. Громкий звук пугал Альберта. Первая фаза эксперимента — условный рефлекс страха на крысу действительно закрепился у малыша.



Потом была взята пауза на пять дней. Альберт снова оказался у экспериментаторов. Они проверили его реакцию: обычные игрушки не вызывали негативной реакции. Крыса же всё ещё пугала малыша. Теперь нужно было проверить — случился ли перенос реакции страха на других животных и похожие предметы. Выяснилось — ребенок действительно боится кролика (сильно), собаки (слабо), мехового пальто, хлопковой пряжи (минимально), шевелюры исследователя, маски Санта-Клауса.





Этим экспериментом Уотсон пытался доказать свой тезис, сейчас раздерганный на цитаты в учебниках: **«Дайте мне дюжину здоровых, нормально развитых младенцев и мой собственный особый мир, в котором я буду их растить, и я гарантирую, что, выбрав наугад ребенка, смогу сделать его по собственному усмотрению специалистом любого профиля — врачом, адвокатом, торговцем и даже попрошайкой или вором — вне зависимости от его талантов, наклонностей, профессиональных способностей и расовой принадлежности его предков».**



# Наследие Уотсона

Работая в рекламной индустрии, Джон Уотсон продолжает облекать свои научные теории в книги. После его смерти будущим поколениям психологов и теоретиков остаётся ещё несколько произведений, в числе которых «Бихевиоризм», «Пути бихевиоризма» и «Психологический уход за ребёнком». Среди его самых известных последователей, работавших над теорией дальше, можно выделить Берреса Скиннера, который вместе с другими коллегами сумел добиться популяризации бихевиоризма.



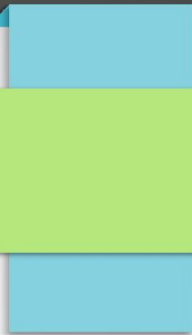

Беррес Фредерик Скиннер

# Эдвард Торндайк (1874-1949)



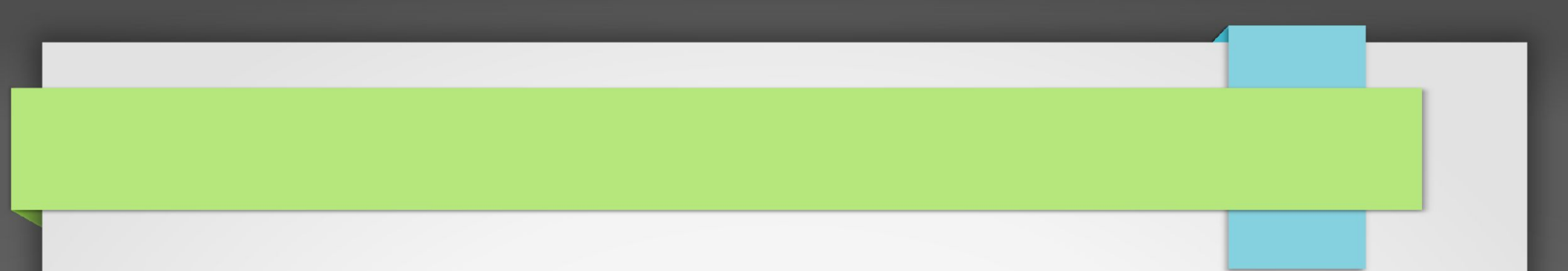
Свои выводы Торндайк изложил в 1898 году в докторской диссертации "Интеллект животных. Экспериментальное исследование ассоциативных процессов у животных". Термины Торндайк употреблял традиционные – "интеллект", "ассоциативные процессы", но содержанием они наполнились новым.

Впервые именно опытами Торндайка было показано, что природа интеллекта и его функция могут быть изучены и оценены без обращения к идеям или другим явлениям сознания. Ассоциация означала связь между движениями и ситуациями.



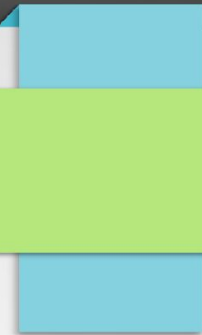

Весь процесс научения описывался в объективных терминах. Торндайк использовал идею Вена о "пробах и ошибках" как регулирующем начале поведения.

Принцип "проб, ошибок и случайного успеха" объясняет, согласно Торндайку, приобретение живыми существами новых форм поведения на всех уровнях развития.



Связь «ситуация – реакция», в отличие от рефлекса, характеризовалась следующими признаками:

- 1) исходный пункт – проблемная ситуация;
- 2) организм противостоит ей как целое;
- 3) он активно действует в поисках выбора;
- 4) выучивается путем упражнения.



Торндайк, устранив сознательное стремление к цели, удержал идею об активных действиях организма, смысл которых состоит в решении проблемы с целью адаптации к среде.



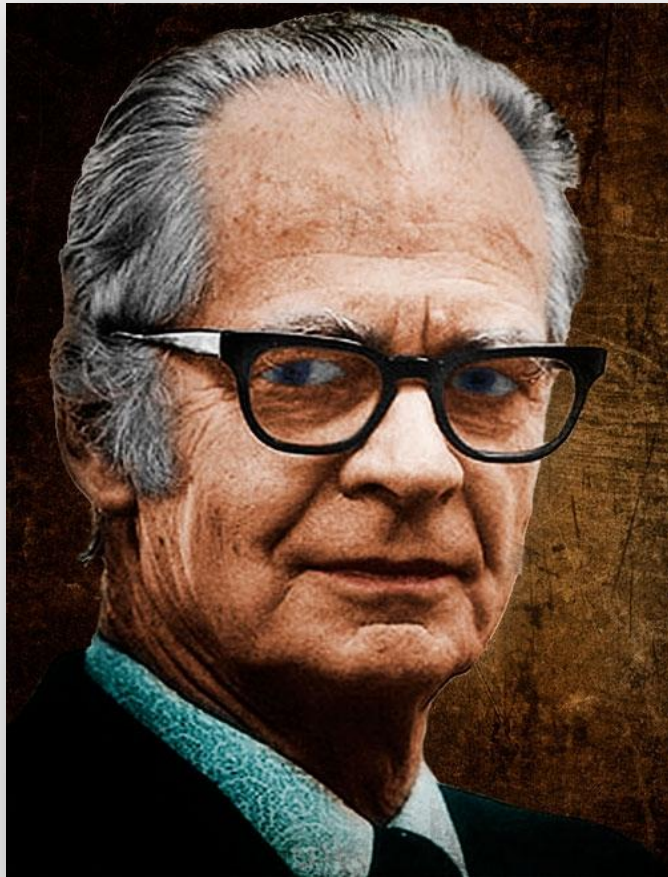
## Итак, Торндайк существенно расширил область психологии:

Он показал, что она простирается далеко за пределы сознания. Торндайк решительно изменил ориентацию. Сферой психологии оказывалось взаимодействие между организмом и средой.

Торндайк себя бихевиористом не считал; в своих объяснениях процессов научения он пользовался понятиями, которые возникший позднее бихевиоризм потребовал изгнать из психологии.

Торндайк больше чем кто бы то ни было подготовил возникновение бихевиоризма.





## **БЕРРЕС ФРЕДЕРИК СКИННЕР**

(1904 -1990 г.) -  
американский психолог,  
изобретатель.  
Автор теории оперантного  
бихевиоризма.

Б. Ф. Скиннер стремился переработать классический бихевиоризм.

Исходил из необходимости систематического подхода к пониманию человеческого поведения. При этом он считал необходимым исключить из исследования все фикции (например, самость, автономию, свободу, творчество).



# «Ящик Скиннера»



# Оперантный бихевиоризм

Оперантное поведение – это обусловливание типа R (воздействие реакции на будущее поведение);

Поведение зависит от того, что происходит после реакции;

При оперантном научении подкрепляется не стимул, а поведение, операции, которые совершает субъект в данный момент и которые приводят к нужному результату.

# Режимы подкрепления

**Б. Ф. Скиннер выделял 4 режима подкрепления:**

1. Режим подкрепления с постоянным соотношением (ПС);
2. Режим подкрепления с постоянным интервалом (ПИ);
3. Режим подкрепления с вариативным соотношением (ВС);
4. Режим подкрепления с вариативным интервалом (ВИ).

А также выделял «первичные подкрепления» и «вторичные» (условные).

Вторичные подкрепления генерализуются, объединяются с первичными.

Социальное ободрение - сильное генерализованное условное подкреплением.

# Позитивное и негативное подкрепление и наказание

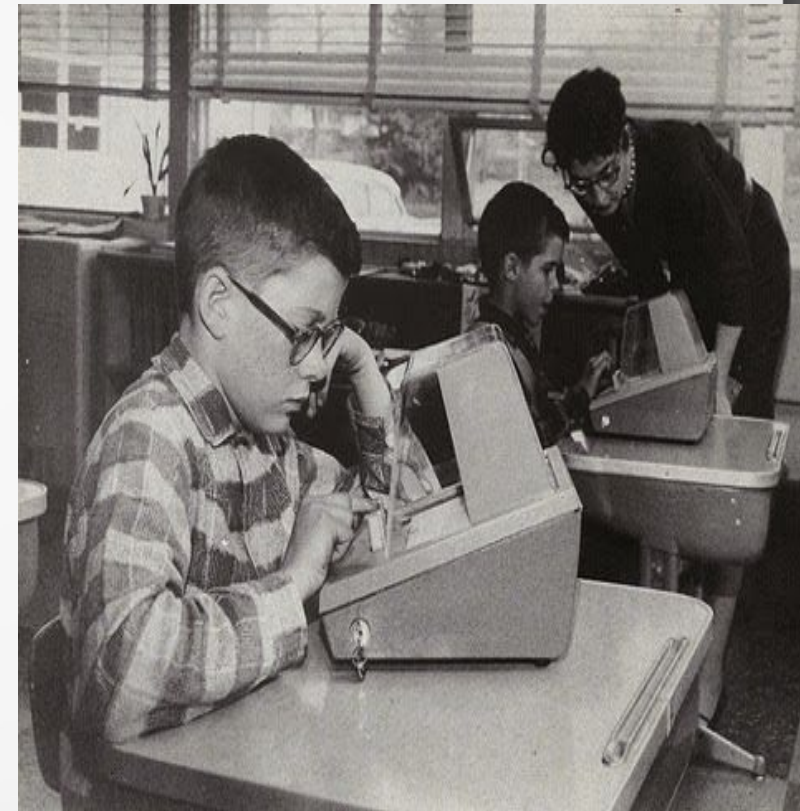
	Позитивное	Негативное
Подкрепление	Предъявление положительного подкрепления (удовольствие)	Удаление аверсивного (болевого стимула)
Наказание	Предъявление аверсивного стимула (ругают, бьют, сажают в тюрьму и т. п.)	Удаление положительного стимула (запрещают гулять, смотреть телевизор и т.п.)



# Обучающая машина.

## Метод программного обучения.

- Обучающая машина - устройство, в котором на сложенной гармошкой бумажной ленте, а позднее на картонных карточках, были напечатаны задачи.
- Обучающая машина обеспечивала обратную связь и предъявление материала в серии небольших шагов, с тем чтобы ученик приобретал новые навыки.
- Этот процесс получил название программированного обучения.



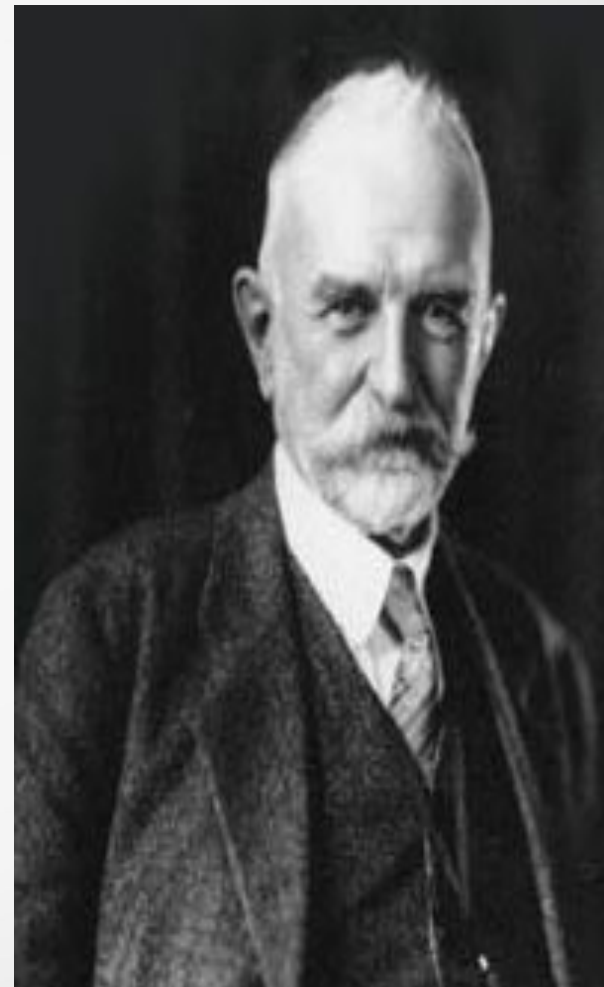


# Теории социального научения

Анализ процесса социализации, факторов, определяющих и направляющих приобретение социального опыта и норм поведения, определил содержание концепций широкого круга ученых, особенно во второй половине XX в.

Одним из первых обратился к этим проблемам Джордж Герберт Мид - американский философ, социолог, психолог, заложил основы символического интеракционизма в социальной психологии.

Основной труд — «Сознание, личность и общество» (1934).



# Теории социального научения

**Джон Доллард** (1900-1980) - американский психолог, специалист по проблемам экспериментальной психологии, социальной психологии, психоанализа и психотерапии. Высказал идею о связи агрессии с фрустрацией, которая легла в основу его теории фрустраций.



**Дж.Доллард**

**Нил Элгар Миллер** (1909-2002)- американский психолог, специалист в области поведенческой и экспериментальной психологии. Занимался разработкой проблем мотивации, влечений и природы подкрепления.



**Н. Миллер**

# Теории социального научения



Джулиан Роттер (1916 – 2014) - американский психолог, автор влиятельных теорий, включая теорию социального научения и теорию локуса контроля.

Одним из первых использовал термин «социальное научение».

Главные его исследования связаны с изучением индивидуальных различий в представлениях людей об источниках подкрепления.

Разработал тест «Шкала интернальности-экстернальности».

## Альберт Бандура (1925г.) - канадский и

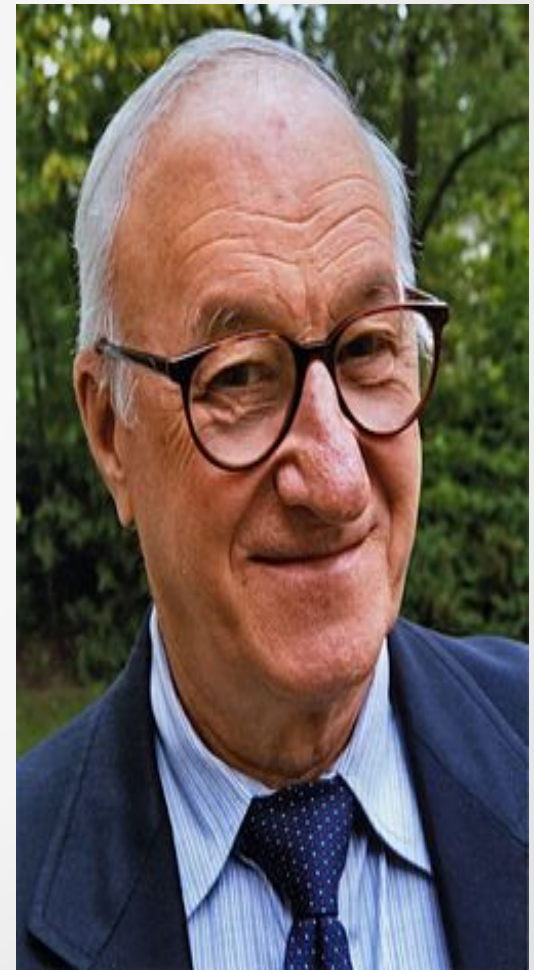
американский психолог, автор теории социального научения, известен экспериментом моделирования поведения с куклой Бобо.

Вклад А. Бандуры:

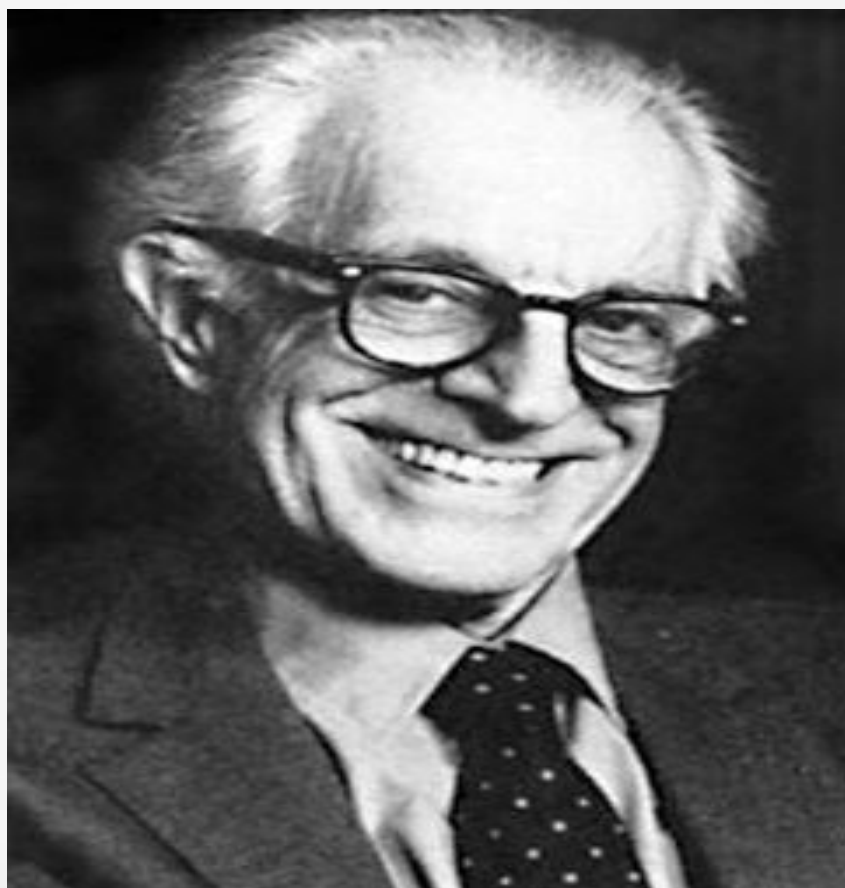
Введение понятия косвенного подкрепления, основанного на наблюдении за поведением других людей и последствиями этого поведения;

Исследования подражания;

Впервые исследовал механизмы самоподкрепления, связанные с оценкой собственной эффективности, умения решать сложные проблемы.



Альберт Эллис (27 сентября 1913 — 24 июля 2007)



# Основной вклад в психологию

В 1950—1960-х годах Эллис создаёт основы рационально-эмоциональной поведенческой терапии (РЭПТ) и её центральной модели возникновения эмоциональных расстройств — модели ABC.

Рационально-эмоциональная поведенческая терапия (РЭПТ) (ранее — «РТ» и «РЭТ») представляет собой «теоретически непротиворечивый эклектизм» различных психотерапевтических методик: когнитивных, эмоциональных и поведенческих.

Отличительной особенностью РЭПТ является разделение всех испытываемых человеком эмоций на рациональные (продуктивные) и иррациональные (непродуктивные, деструктивные, дисфункциональные), причиной которых являются иррациональные верования



# Модель А-В-С терапии РЭТ

В модели А-В-С

А (activating) соответствует активирующему событию или переживанию;

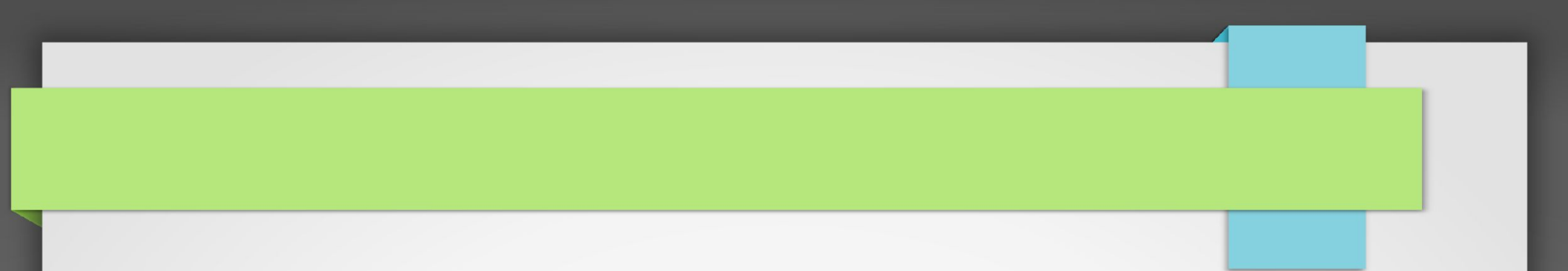
В (beliefs) - системе убеждений индивида;

С (consequences) - последствиям.

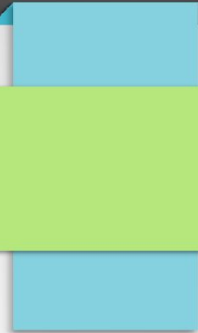

Система убеждений может быть рациональной или иррациональной. В случае рациональной, разумной, или реалистичной, системы убеждений (рВ) последствия также будут рациональными или разумными (рС). Если система убеждений иррациональна, неразумна, или нереалистична (иВ), тогда последствия также будут иррациональными или неразумными (иС).

Признание взаимоотношений А-В-С дает возможность изменения и контроля установок и поведения в ответ на обстоятельства.





Рационально-эмотивная терапия исходит из того, что, несмотря на наличие мощных биологических и социальных предпосылок иррациональных проявлений, **люди обладают способностью мыслить и вести себя рационально.** Эмоциональное нарушение и невроз являются в действительности проявлениями иррационального мышления и могут **быть излечены путем изменения мышления** и, как следствие, эмоций и поведения человека, чтобы они стали более логичными и рациональными.



**Задачи терапии.** Эллис говорит не только об устранении или минимизации тревоги, враждебности, депрессии, чувства неполноценности и неадекватности и других подобных симптомов, но также о развитии или пробуждении счастья, эффективного существования, рационального поведения, независимости, ответственности и даже самоактуализации. Основная задача терапии РЭТ - модификация мышления клиентов, превращение его из иррационального в рациональное.

# Особенности РЭПТ-терапии

РЭПТ помогает людям понять, что ФАКТ оценивания себя является причиной их проблем (убеждения)

Рациональные убеждения

Иррациональные убеждения

Базовый постулат: люди сначала интерпретируют ситуации в соответствии со своими укоренившимися верованиями, а затем действуют на основе этих интерпретаций

# 12 основных иррациональных идей (1958)

1. Для взрослого человека совершенно необходимо, чтобы каждый его шаг был привлекателен для окружающих.
2. Есть поступки порочные, скверные. И повинных в них следует строго наказывать.
3. Это катастрофа, когда все идет не так, как хотелось бы.
4. Все беды навязаны нам извне - людьми или обстоятельствами.
5. Если что-то пугает или вызывает опасение – постоянно будь начеку.
6. Легче избегать ответственности и трудностей, чем их преодолеть.
7. Каждый нуждается в чем-то более сильном и значительном, чем то, что он ощущает в себе.
8. Нужно быть во всех отношениях компетентным, адекватным, разумным и успешным. (Нужно все знать, все уметь, все понимать и во всем добиваться успеха).
9. То, что сильно повлияло на вашу жизнь один раз, всегда будет влиять на нее.
10. На наше благополучие влияют поступки других людей, поэтому надо сделать все, чтобы эти люди изменялись в желаемом для нас направлении.
11. Плыть по течению и ничего не предпринимать – вот путь к счастью.
12. Мы не властны над своими эмоциями и не можем не испытывать их.

Главная цель РЭПТ — обучение рациональной социальности

По РЭПТ, фактически все проблемы людей являются результатом  
иррациональных верований

(мистического мышления, веры в некритически усвоенные «следовало», «нужно» и «должен») и поэтому могут быть прямо и непосредственно устранены строгим следованием эмпирической реальности

### **Рациональные и иррациональные верования**

Рациональные взгляды ведут к продуктивному поведению, иррациональные верования — к саморазрушению и ошибочному, иррациональному поведению.

Три корневых иррациональных верования по А.Эллису: «Все сводится к трем вещам:

Я должен все делать хорошо.

Все должны обращаться со мной хорошо.

Мир должен быть легким для меня».

# 4 типа иррациональных убеждений

Установки долженствования

Катастрофические установки (установки ужасания)

Установка обязательной реализации своих потребностей  
(установка надлежания)

Оценочная установка (установка порицания)

## Иррациональные убеждения

### Требования

Х должно (или не должно) случаться, происходить, существовать.

### Катастрофизирующие прогнозы.

Если Х произойдет, это будет ужасно.

### Убеждения, связанные с низкой терпимостью к фрустрации.

Если Х произойдет, Я этого не вынесу.

### Обесценивающие убеждения.

Если Х произойдет (или не произойдет), это значит, что я – никчемное существо.

## Рациональные убеждения

### Предпочтения

Я бы хотела, чтобы Х произошло (не произошло), но это вовсе не значит, что так должно быть.

### Анти-катастрофизирующие убеждения.

Если Х случится, это будет плохо, очень плохо, но это не конец света.

### Убеждения, связанные с высокой терпимостью к фрустрации.

Если Х случится, это будет трудно вынести (пережить), но я смогу это сделать и еще буду счастлива.

### Убеждения, связанные с принятием

Если Х случится, то это ни в коей мере не будет значить, что я - никчемное существо. Я – просто человек, а людям свойственно ошибаться.



# Конструктивные и неконструктивные эмоции

Например, гнев неконструктивен, в то время, как недовольство является стимулом к изменению нежелательного положения вещей и, таким образом, является конструктивным.

## Этапы работы с мешающими клиентам верованиями (убеждениями):

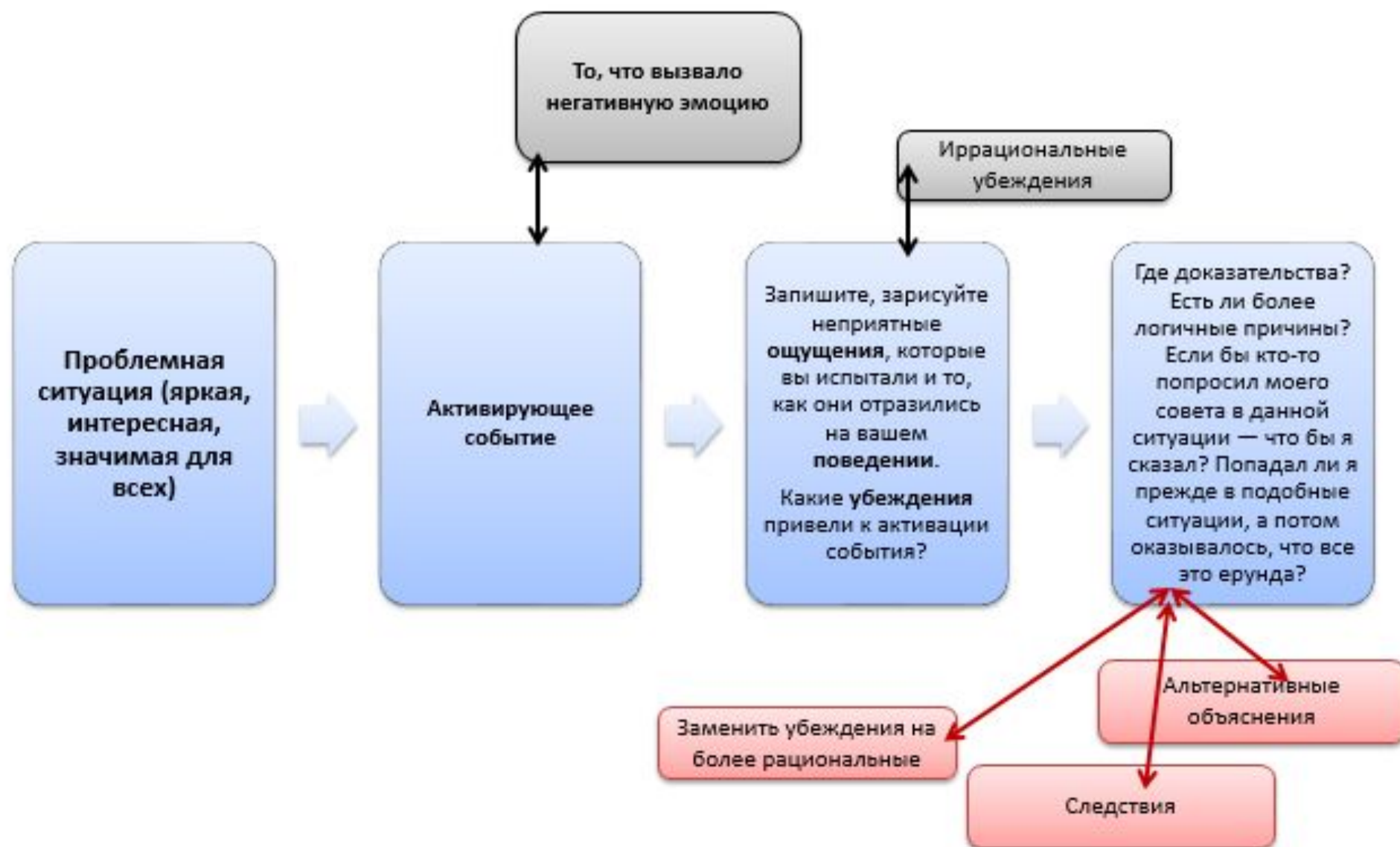
- Аналитическое диагностирование верований.
- Раскачивание и размягчение верований клиента (метод критической дискуссии – 30-минутные сессии). («На каком основании Вы считаете эту мысль верной?» Эллис подчеркивает: «Я пытаюсь показать на протяжении всей сессии, что всегда есть «обоснование» определенного верования»)
- Замена убеждений более гибкими и рациональными.
- Вживление новой привычки: длительная и регулярная тренировка в пресечении рецидивов ложных верований и в применении верований рациональных.
- Обучение клиента делать все эту работу с собой - самостоятельно.

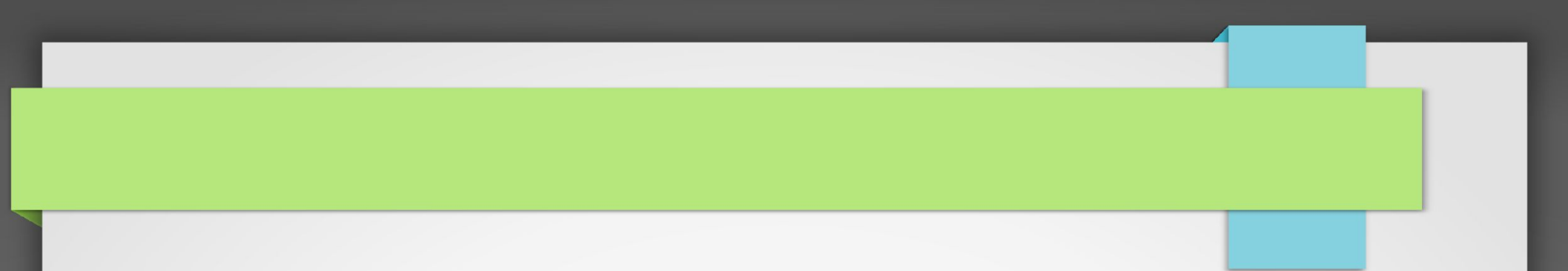
## **ТЕХНИКА РАЦИОНАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНО- ПОВЕДЕНЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (ТЕРАПИИ)**

### ФОРМУЛА РЭПТ (А-В-С)

1. Активирующие события, или активаторы («А»), когнитивных, эмоциональных и поведенческих следствий («С»)
2. Взгляды на активирующие события («В»)
3. Следствия («С») активирующих событий («А») и взгляды («В») на «А»

## Этапы работы по методу ABCDE (Методическое руководство, задание 1.3)





# Драматургическая социология Ирвина Гофмана

## Ирвин Гофман 1922-1982



Американский социолог, представитель «второго поколения» Чикагской школы в социологии.

«Представление себя другим в повседневной жизни» (1959).

«Ритуал взаимодействий» (1967)

«Анализ рамок деятельности» (1974)

Социальное Я и творческое Я,

самопрезентация,

механизмы управления драматическим  
взаимодействием,

невербальные коммуникации,

представление на сцене и за кулисами, предметная  
среда.

Основные категории

Объект – повседневная жизнь людей как актёров, разыгрывающих друг перед другом спектакль, стремящихся произвести впечатление.

Предмет – механизмы управления впечатлениями (невербальные средства коммуникации, предметная среда. Управление впечатлениями, контроль за ситуацией.

Объект и предмет исследования



- Принял три постулата символического интеракционизма:

- 1) социальное действие само по себе не имеет смысла, оно основано на значениях, которые ему приписываются;
- 2) смысл действия является производным от социальной интеракции;
- 3) действие непрерывно преобразуется в ходе социальной интеракции.

Гофман

# Теория А. Маслоу

# Теория А. Маслоу

Абрахам Маслоу разработал **теорию мотивации**, в основу которой он поставил пирамиду *потребностей*. Эта теория объясняет как возникают или вызываются те или иные *мотивы*, как и какими способами *мотивы* приводятся в действие, как осуществляется *мотивация*.



Жизнь человека определяется его *потребностями*.  
Потребностями, как физиологическими, низменными, так и духовными, возвышенными. И чтобы понять, какие цели ставит перед собою индивид, и к чему он стремится, необходимо понимать, какие потребности и когда индивид имеет или может иметь. Эта парадигма реализует системный принцип развития, т.е. движение снизу вверх от простого к сложному.

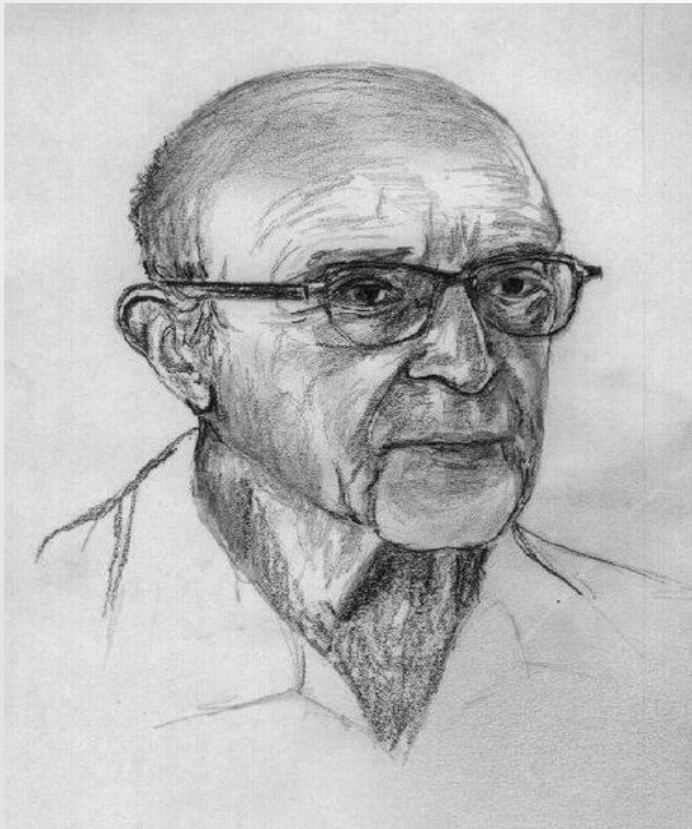


# Карл Рэнсом Роджерс

8 января 1902 — 4 февраля 1987

Американский психолог, один из создателей и лидеров гуманистической психологии

Президент Американской психологической ассоциации (1947)



# Природа человека (гуманистическая психология)

Человек от природы прекрасен...

Тенденция к росту и развитию

Здоровое и позитивное ядро личности

Сущность природы человека  
ориентирована на движение вперед,  
конструктивна, реалистична

Уважение к природе человека

Я-концепция означает  
представления человека  
о том, что он собой  
представляет.

*Идеальное Я* - Я, которое  
человек больше всего  
ценит и к которому  
стремится.

# Изучение личности

прошло  
е

Настояще  
е

будущее





# Формирование Я-концепции

потребности в позитивном внимании

*обусловленное позитивное внимание (условия ценности)*

«Я буду любить, уважать и принимать тебя только в том случае, если ты будешь таким, каким я хочу тебя видеть»



человек в одних отношениях чувствует свою ценность, а в других – нет

ребенок пытается соответствовать стандартам других, а не определить для себя, кем он хочет быть, и добиваться этого

# Формирование Я-концепции

## Безусловное положительное внимание

человека принимают и уважают такого, какой он есть, без каких-либо «если», «и» или «но»

ребенка любят и принимают без критики и оговорок



# ПОЗИТИВНОЕ ВНИМАНИЕ

*Безусловное позитивно внимание*



*обусловленное позитивное внимание (условия ценности)*



# Угроза

Человек ощущает *несоответствие* между Я-концепцией и каким-то аспектом наличного переживания

1. Осознанное несоответствие

2. Неосознанное несоответствие → тревоги, личностные расстройства

*Тревога* является эмоциональной реакцией на угрозу, которая сигнализирует, что организованная структура Я испытывает опасность дезорганизации, если несоответствие между ней и угрожающим переживанием достигнет осознания

# Защита

Цель: сохранить целостность структуры Я

Защита усиливает самоуважение человека и защищает его от надвигающейся опасности угрожающих переживаний

Механизмы:

1)Искажение восприятия

2)Отрицание

"Полноценно функционирующий человек" – это термин, используемый Роджерсом, для обозначения людей, которые используют свои способности и таланты, осуществляют свои возможности и движутся к полному познанию себя и сферы своих переживаний



## Личностные характеристики, необходимые для полноценно функционирующих людей :

- 1) открытость переживанию - все переживания точно символизированы в их сознании, не искажаясь и не отрицаясь
- 2) экзистенциальный образ жизни - тенденция жить полно и насыщенно в каждый момент существования, так чтобы каждое переживание воспринималось как свежее и уникальное, отличное от того, что было ранее
- 3) организмическое доверие - способность человека принимать во внимание свои внутренние ощущения и рассматривать их как основу для выбора поведения.
- 4) эмпирическая свобода - человек может свободно жить так, как хочет, без ограничений или запретов. "Единственный, кто отвечает за мои собственные действия и их последствия – это я сам» .  
Свобода+ответственность=неограниченные возможности.
- 5) Креативность - Творческие люди способны гибко приспособливаться к изменяющимся условиям окружения



# Основные условия, при которых возможна психотерапия или консультирование

1. Индивид испытывает **напряжение**, которое сильнее стресса от выражения им собственных переживаний, касающихся его проблемы;
2. Индивид обладает **адекватной устойчивостью** и достаточными возможностями для того, чтобы контролировать свою ситуацию;
3. У индивида есть **возможность выразить свои противоречивые эмоции** во время запланированных бесед с консультантом.
4. Он в достаточной степени **независим эмоционально**, а также физически от непосредственного семейного контроля.

# Основные условия, при которых возможна психотерапия или консультирование

5. Он не страдает от чрезмерной неустойчивости, особенно органического происхождения.
6. Он обладает достаточным интеллектом – средним или высоким, – чтобы справиться со своей жизненной ситуацией.
7. Подходит по возрастному критерию – достаточно взрослый для независимых поступков и достаточно молодой, чтобы сохранить некоторую гибкость при адаптации. Хронологически это можно определить как возраст от 10 до 60 лет.

# Особенности терапевтического взаимодействия

- Теплота и отзывчивость со стороны консультанта;
- Предоставление достаточной свободы выражения чувств;
- Наличие определённых рамок в которых развивается терапевтическая беседа;
- Свобода клиента от любого давления или принуждения.

# Установленные ограничения в терапевтической ситуации

- ❑ Ограничения ответственности;
- ❑ Ограничения времени;
- ❑ Допустимые границы агрессивного поведения;
- ❑ Допустимые пределы привязанности.

# Виктор Франкл



# Виктор Франкл (1905-1997)

- Основатель Третьей Венской школы психотерапии – логотерапии.
- Окончил медицинский факультет, много работал в венских клиниках.
- В 1942 году попал в концлагерь, всего он прошёл через четыре концлагеря.
- Потерял всю семью.
- По освобождению он вернулся в Вену и в 1946 году написал книгу «Психолог в концлагере», носящую сегодня название «Сказать жизни “Да!”».
- Одним из главных трудов В. Франкла является книга «Доктор и душа».

# От психоанализа к логотерапии

- ❑ Психоанализ строится на двух основных концепциях: на понятиях вытеснения и переноса.
- ❑ Задача психоанализа состоит в том, чтобы вырвать у подсознания подавленные переживания и вернуть их в сферу сознательного и тем самым укрепления «Я».



# От психоанализа к логотерапии

- ❑ Психоанализ пытается адаптировать индивидуума и его побуждения к внешнему миру, которая вынуждает к отречению от тех или иных побуждений.
- ❑ Индивидуальная психология призывает заняться переустройством реальности (сверх адаптация).

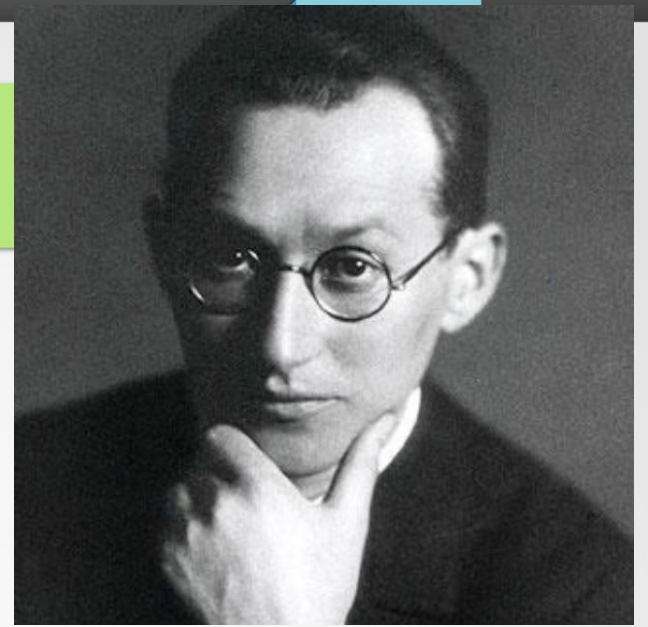
# Подход к личности В. Фанкла:

- личность – это индивидуум, личность неделима и представляет собой единство;
- личность не только единство, но и цельность;
- каждая личность - это нечто абсолютно новое;
- личность духовна;
- личность экзистенциальна;
- личность динамична.

## Вывод:

- ❑ Человек свободен «в пользу чего или против чего он решает», а неодолим «волей к наслаждению», как в психоанализе, или «волей к власти», как в индивидуальной психологии.
- ❑ Личность стремится к смыслу и ведёт борьбу за смысл бытия.
- ❑ Поэтому психотерапия должна заниматься не изменением динамики аффектов, энергии влечений, как в психоанализе, а сменой экзистенциальной позиции.

Курт Левин —  
жизненное  
пространство.  
Теория поля.



Свою теорию личности Левин разрабатывал в русле гештальтпсихологии, дав ей название «теория психологического поля». Он исходил из того, что личность живет и развивается в психологическом поле окружающих ее предметов, каждый из которых имеет определенный заряд (валентность).



# Суть теории

Для каждого человека валентность имеет свой знак, хотя в то же время существуют такие предметы, которые для всех имеют одинаково притягательную или отталкивающую силу. Воздействуя на человека, предметы вызывают в нем потребности, которые являются своего рода энергетическими зарядами, вызывающие напряжение человека. В этом состоянии человек стремится к разрядке, т.е. удовлетворению потребности.



$$B = f(P, E).$$

В своей модели психологического объяснения поведения Курт Левин стремился осуществить анализ условий протекания явлений и свести их к основным объяснительным конструктам. Конструктами стали понятия общей динамики, такие, как напряжение, сила, поле (по аналогии с электромагнитным и гравитационным полями).

Еще более значительным для исследования поведения было требование Левина анализировать ситуацию в целом. Результатом такого требования анализа стало знаменитое уравнение поведения, согласно которому поведение (В) есть функция личностных факторов (Р) и факторов окружения (Е):



Исходя из этого, для объяснения поведения Левин разработал две отчасти дополняющие друг друга модели:

Личности

Окружения

Структурными компонентами этих моделей являются соседствующие, отграниченные друг от друга области. Несмотря на это сходство, структурные области в каждой из моделей имеют разное значение, которое определяется прежде всего динамическими компонентами обеих моделей.



я личность?  
я личность?

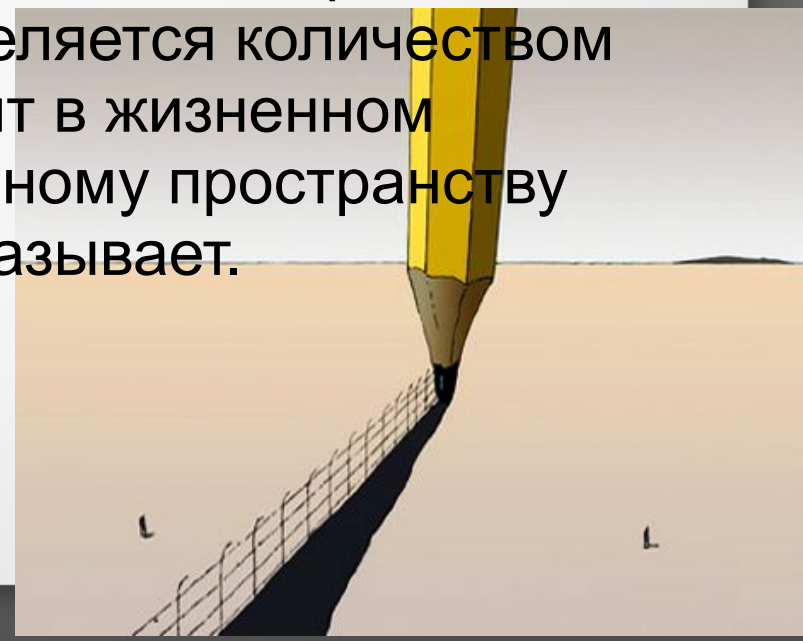


Исходя из этого, поведение — это функция личности и ее жизненного пространства в данный момент времени. Существенно отметить, что Левин признавал наличие влияния не психических событий на поведение человека. Поэтому даже неосознаваемые человеком влияния, связанные с социально-экономическими и физиологическими факторами, также включаются в анализ его жизненного пространства. Иногда жизненное пространство называют психологическим.

# Регионы и границы.

Психологическое пространство состоит из разных секторов, регионов, которые графически изображаются разделенными границами. Границы обладают свойством проницаемости. Чем «жестче» граница, барьер, тем толще линия, ее изображающая. Факт жизненного пространства — все, что может быть осознано человеком.

Событие — результат взаимодействия нескольких фактов. Количество секторов, регионов определяется количеством фактов, находящихся в данный момент в жизненном пространстве. Чем ближе сектор к личному пространству человека, тем большее влияние он оказывает.



# Локомоции

Связь между регионами осуществляется посредством локомоций. Локомоции (действия) могут происходить как в реальном физическом пространстве, так и в нереальном, воображаемом. Функция локомоций заключается в регуляции напряжения в жизненном пространстве человека. Уровень напряжения одного сектора может регулироваться за счет осуществления локомоций в другом секторе.

Например, мечты могут являться ирреальными локомоциями, связанными с регуляцией напряжения, вызванного потребностями, которые в данный момент времени невозможно удовлетворить в физическом пространстве. Если мечты не снижают напряжения, человек задействует для разрядки другие регионы. Если локомоции в доступных человеку регионах не снижают уровень напряжения, а остальные регионы характеризуются жесткостью границ «на входе», то поведение человека может описываться как навязчивое.



Когда мы выводим событие, например локомоцию из жизненного пространства, необходимо следовать трем принципам.

- Принцип связности (событие — всегда результат взаимодействия двух и более фактов).
- Принцип конкретности (эффект могут иметь только конкретные факты. Конкретный факт — это актуально существующий в жизненном пространстве факт).
- Принцип одновременности (лишь факты настоящего могут продуцировать поведение в настоящем).

## Временная перспектива.

Курт Левин поставил вопрос о существовании единиц психологического времени различного масштаба, обусловленного масштабами жизненных ситуаций, определяющих границы «психологического поля в данный момент». Это поле включает в себя не только настоящее положение индивида, но и его представления о своем прошлом и будущем — желания, страхи, мечты, планы и надежды.

Все части поля, несмотря на их хронологическую разновременность, субъективно переживаются как одновременные и в равной мере определяют поведение человека.

# Валентность.

Еще один конструкт, используемый Куртом Левиным для анализа психических феноменов и входящий в понятийный аппарат теории поля, это валентность. Под валентностью понимается свойство объекта притягивать или отталкивать. То есть речь идет о ценности региона для человека. Притягательный регион имеет положительную валентность, а отталкивающий — отрицательную. Есть регионы, которые имеют для человека нейтральную валентность.

Напряжение, существующее в психологическом пространстве человека, обуславливает силу, действующую на него и направленную в регион, который призван уровень напряжения понизить. Если на человека действуют несколько сил, то его локомоции направлены в сторону их результирующей.





# Гештальт-терапия Ф. Перлза

**Гештальт-терапия** - это экзистенциальный и экспериментальный подход в психотерапии и консультировании, который ставит своими целями расширение осознания человека и посредством этого достижение большей внутриличностной целостности, наполненности и осмысленности жизни, улучшение контакта с внешним миром в целом, и с окружающими людьми.

Теоретические открытия гештальтпсихологии к практике психотерапии применил Фритц Перлз. В 40е годы XX в. известный среди профессионалов своего времени психоаналитик Фритц Перлз задумался о создании собственной системы психотерапии. В то время его не устраивали многие положения современного ему психоанализа, в частности преимущественно интеллектуальный характер переработки проблем пациента, ориентация на прошлое, пассивная позиция пациента в процессе психоаналитического лечения

Человеческое поведение согласно теории гештальт-терапии подчиняется принципу формирования и разрушения гештальтов.

Здоровый организм функционирует на основе саморегуляции.

Насущная потребность возникает и начинает занимать доминирующее внимание организма - фигура появляется из фона.

Далее организм ищет во внешней среде объект, который способен удовлетворить эту доминирующую потребность, например, пищу при чувстве голода.

Сближение и адекватное взаимодействие с объектом (разжевывание и проглатывание пищи в данном примере) приводит к удовлетворению потребности - гештальт завершается и разрушается.

Контакт - базовое понятие гештальт - терапии.

Организм не может существовать в безвоздушном пространстве, также как в пространстве лишенном воды, растений и живых существ.

Человеческое существо не может развиваться в среде лишенной других людей.

Все основные потребности могут удовлетворяться только в контакте с окружающей средой.

Место, в котором организм встречается с окружающей средой, в гештальт-терапии называют границей контакта.

То насколько человек способен удовлетворять свои потребности, зависит от того, насколько гибко он может регулировать контактную границу.

Гештальт-терапия описывает типичные нарушения контактной границы, которые делают взаимодействие со средой, в том числе межличностное, неэффективным.

Осознавание - осведомленность о том, что происходит внутри организма и в его окружающей среде.

Оно включает как переживание восприятия стимулов внешнего мира, так и внутренних организмических процессов - ощущений, эмоций, а также мыслительной деятельности - идей, образов, воспоминаний и предвосхищений, т.е. охватывает многие уровни.

Именно осознание, в противоположность рациональному знанию, дает реальную информацию о потребностях организма и об окружающей среде.

Основная цель практики гештальт-терапии - это расширение осознания.

Огромное количество человеческих проблем связано с тем, что подлинное осознание реальности подменяется интеллектуальными и, зачастую, ложными представлениями о ней, например, о том, что можно ожидать от людей, как они относятся ко мне, что я должен хотеть и что должен делать.

Такие ложные представления заслоняют реальность и затрудняют удовлетворение потребностей организма - процесс формирования и разрушения гештальта нарушается.

Гештальт-терапия исходит из того, что если люди достигают ясного осознания внутренней и внешней реальности, то они способны самостоятельно разрешить все свои проблемы. Поэтому терапия не ставит своей целью изменение поведения,

Здесь-и-теперь - принцип, который означает, что актуальное для организма всегда происходит в настоящем, будь то восприятия, чувства, действия, мысли, фантазии о прошлом или будущем, все они находятся в настоящем моменте. Использование этого принципа позволяет интенсифицировать процесс осознания.



Ответственность - способность отвечать на происходящее и выбирать свои реакции.

Реальная ответственность связана с осознанием.

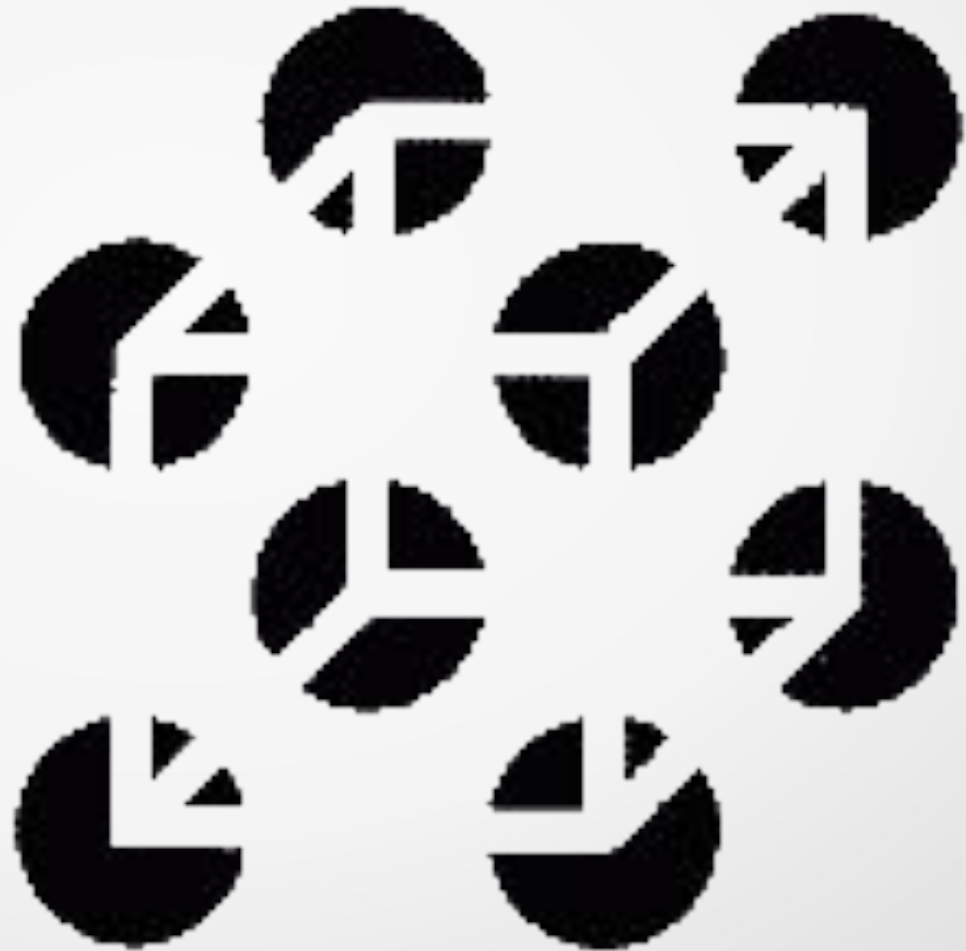
Чем в большей степени человек осознает реальность, тем в большей степени он способен отвечать за свою жизнь - за свои желания, действия, говоря словами Перлза, опираться на себя.





Феноменологический подход в гештальт-терапии реализуется через то, что терапевт с уважением относится как к субъективному опыту клиента, так и к своему личному субъективному опыту.

Гештальт-терапевт не вкладывает какого-либо определенного значения в переживания и поведение клиента, в процессе осознания клиент сам обнаруживает их значение



# Цели гештальт-терапии

Главная цель гештальт-терапии - достижение возможно более полного осознания себя: своих чувств, потребностей, желаний, телесных процессов, своей мыслительной деятельности, а также насколько возможно полного осознания внешнего мира, прежде всего мира межличностных отношений.

Гештальт-терапия не стремится к немедленному изменению поведения и быстрому устранению симптомов.

Устранение симптомов или изменение поведения, достигнутое без достаточного осознания, не дает стойких результатов или приводит к возникновению новых проблем на месте старых.

В результате гештальт-терапии клиент приобретает способность сознательно выбирать свое поведение, используя различные аспекты своей личности, сделать свою жизнь более наполненной, избавиться от невротических и других болезненных симптомов. Он становится устойчивым к манипуляциям других людей и сам способен обходиться без манипуляций, другими словами, он научается стоять на собственных ногах.

# Практика гештальт-терапии

Гештальт-терапия является определенной психотерапевтической методологией, но не в коем случае не технологией.

С самого начала своего развития гештальт-терапия ассимилировала техники, почерпнутые из разных терапевтических систем.

Перлз активно использовал техники психодрамы, приспособив их для своих целей.

В дальнейшем гештальт-терапевты заимствовали техники телесной терапии, танцевальной терапии, различных видов арт-терапии (рисунок, музыкотерапия).

В гештальт-сеансе терапевт может использовать любые технические приемы, но использование техник подчиняется стратегическим целям гештальт-терапии

**В российской психологии можно выделить несколько основных особенностей, характеризующих её состояние на всем пути развития:**

- 1. Идеологические установки интеллигенции;**
- 2. Стремление к просвещению народных масс и тот факт, что развитие психологии в России направляется общественной ситуацией, а не университетскими кафедрами, как на Западе; Отсутствие развитого гражданского общества;**
- 3. Центрация на человеке отечественной науки, как следствие её социально-исторического развития;**
- 4. Центральными вопросами в научной проблематике были этические, а не познавательные вопросы, как на Западе.**

**Естественные и гуманитарные науки этого времени стремились создавать универсальные теории, причем каждая претендовала на открытие основных закономерностей развития общества и человека:**

- 1. Основы эволюционного направления в палеонтологии были заложены Ковалевским;**
- 2. Основы химии сформулировал Д.И. Менделеев;**
- 3. Основы нервной физиологии и психологии принадлежат И.М. Сеченову;**
- 4. Разработкой теории общественного прогресса занимались Михайловский и Лавров, значительное место в работах которых стояли и психологические проблемы.**

# Основные направления в отечественной психологии:

1. психофизиологическое и психиатрическое направления;
2. педагогическое направление;
3. философско-религиозное направление;
4. классическое направление, представленное работами университетских профессоров-психологов.

## Отличительные особенности отечественной психологии:

- 1.** Антропоцентризм и рассмотрение исторических и социальных изменений с точки зрения человека и его практической пользы.
- 2.** Ориентация науки на практическое применение.
- 3.** Упор на нравственные и этические проблемы в исследованиях человеческой природы и построении психологических концепций.
- 4.** Изучение исторических аспектов этических проблем человека.
- 5.** Сверхличностные элементы сознания понимались в ключе их нравственной составляющей.



## **Отечественная психология 19 века:**

1. не голое копирование, но творческая интерпретация достижений мировой психологии;
2. привнесение нравственных и этических идей;
3. идеи о роли культуры и слова.

## 20-30гг. Послеоктябрьский – предвоенный период.

В этот период были разработаны крупнейшие концепции советской психологии:

- доклад Корнилова «Психология и марксизм» - провозглашение задачи создания «марксистской психологии»
- культурно-историческая теория Выготского
- Субъектно-деятельностная психология Рубинштейна
- психология деятельности Леонтьева
- психология установки Узнадзе

## **Основные теоретические достижения советской психологии в 20-30 гг.:**

- 1 Психика как функция, свойство высокоорганизованной материи — человеческого мозга.
- 2 Эволюционно-стадиальный характер развития психики.
- 3 Признание человека в качестве активного деятеля в окружающей его среде.
- 4 Признание культурно-исторической обусловленности процесса развития психики.

## Развитие советской психологии в годы ВОВ и в послевоенный период.

Одним из основных направлений , являлось участие в работе по восстановлению утраченных или нарушенных психических функций в результате поражения мозга и периферической нервной системы как следствия военных травм. Лурия и нейропсихология.

Проблемы сознания, мышления, речи составляли ядро общепсихологических и психолого — педагогических исследований военных лет. Изучение сознания и вообще психики человека на основе деятельностного подхода проводилась также в работах Б.Г. Ананьева, П.И.Зинченко, С.Л.Рубинштейна, А.А.Смирнова, Б.М. Теплова и других ученых.

В работах А.Н.Леонтьева военных лет особое внимание уделялось исследованию генетического аспекта сознания, его развития в процессе фило-онтогенеза..

## «Павловская сессия» 4 июля 1950 г.

Главная задача сессии заключалась в том, чтобы «вскрыть недостатки, мешающие дальнейшему плодотворному развитию идей Павлова»

Психология была поставлена перед необходимостью совершить поворот к павловской физиологии, восстановить преемственность с сеченовскими идеями. Перестройка психологии на основе павловского учения способствовала более четкой разработке методологических оснований психологии, появлению новых психофизиологических подходов и теорий, определению специфических методов изучения психических явлений. В конечном итоге психологии удалось отстоять свою независимость от претензий физиологии высшей нервной деятельности.

## Развитие психологической науки в период со второй половины 60-х и до конца 80-х годов

Этот период в истории советской психологии характеризуется активным включением психологии в решение практических задач, расширением исследовательского проблемного поля и ростом прикладной ориентированности проводимых исследований, формированием новых научных направлений и усилением связи с другими науками, развитием комплексного подхода в познании психической реальности и разработкой системной методологии психологических исследований, укреплением организационной и материально-технической базы психологии, постановкой новых теоретических проблем и разработкой категориально-понятийного аппарата психологии.

# Система методологических принципов психологии

- **принцип диалектика — материалистического детерминизма** (причинная обусловленность любого психического явления объективным материальным миром),
- **принцип единства личности, сознания и деятельности** (сознание — личностно и деятельно, личность — сознательна и деятельна, деятельность — сознательна и личностна),
- **принцип отражения** (все психические явления суть результаты непосредственного или опосредствованного психического отражения, содержание которого детерминировано объективным миром),
- **принцип развития** (постепенное и скачкообразное усложнение психики как в процессуальном, так и содержательном аспектах),
- **принцип иерархичности психики** (все психические явления рассматриваются как ступени, включенные в иерархическую лестницу, где нижние ступени субординированы, т. е. подчинены и управляются высшими, а высшие, включая в себя низшие в измененном виде и опираясь на них, к ним не сводятся),
- **личностный принцип** (индивидуальный подход к человеку как личности и понимание ее как отражающей системы, определяющей все другие психические явления),
- **принцип единства теории, эксперимента и практики** (эксперимент, опираясь на теорию, проверяет и уточняет последнюю, и, вместе с ней, подтверждается практикой как высшим критерием истины).



## Особенности развития психологии в СССР в 60-80-е гг.:

1. расширение проблемного поля исследований;
  2. углубление междисциплинарных связей и формирование «стыковых» проблем, возникающих на пересечении проблематики разных психологических дисциплин;
  3. усиление связи с практикой и ее ориентирующей и направляющей роли в развитии научно-исследовательской деятельности;
  4. изменение проблематики психологических исследований под влиянием научно-технического прогресса: теории информации и кибернетики, освоения космоса, интенсификации инженерных разработок, появления новых технологий, автоматизированных систем управления и т. д.;
  5. развитие комплексных исследований в психологии.
- !!!системный подход

## **Психология во второй половине XX века**

Развитие психологии в этот период определялось идеями, которые были заложены еще в работах В.М. Бехтерева и Л.С. Выготского. Закладывались основы комплексного исследования человека, его психофизической природы, отношений с миром. Были открыты закономерности становления индивидуального стиля разной деятельности, выделены и описаны типы личности.

## Конец XX - начало XXI века

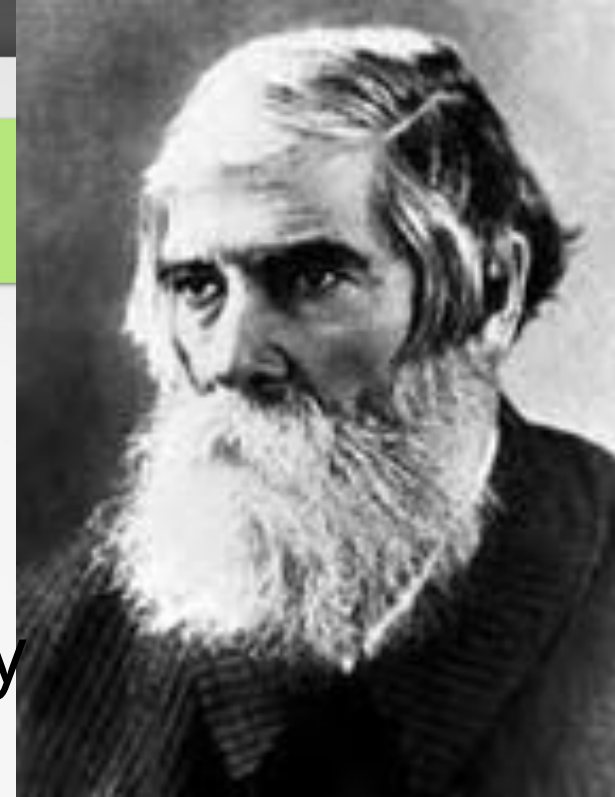
Психология вступила в фазу своего расцвета. Психология нынче - наука модная и, что более важно, очень востребованная. Нарастает количество желающих получить психологическое образование, психологи сегодня работают и в бизнесе, и в образовании, и в политике, и даже в правоохранительных органах. Одним из интересных направлений современной психологии является психология малых групп - исследование формальных и неформальных группировок, феноменов лидерства и групповой сплоченности. В последнее время новое значение приобрело исследование семьи как малой группы: выявление проблем возникновения и развития семьи, связанных с ее основными социально-психологическими функциями и задачами - рождением и воспитанием ребенка, экономической и эмоциональной поддержкой супругами друг друга и т.д.

Современная отечественная психология переживает новый этап, где тесно переплетаются практические и теоретические проблемы. Изменившаяся социальная ситуация привела к необходимости пересмотра некоторых методологических основ. Надежды на естественнонаучную психологию не оправдались, а это привело к возрождению её гуманитарной направленности. Ведущие отечественные научные школы свое значение сохранили и продолжают развиваться, но в модифицированном виде.

**На мой взгляд, смысл психологии как науки состоит в том, чтобы попытаться понять, возможно, самую сложную частицу мира - психику человека. Что нами движет? Почему мы радуемся и страдаем, почему ведем себя именно так, а не иначе? Что заставляет нас желать нового? Почему порой мы не властвуем над своим поведением? Какова роль психики в истории? И отсюда возникает главный вывод - для того, чтобы с пользой для людей толковать психологические законы, психология должна их изучать и открывать. В этом и состоит ее главная задача. В этом и состоит специфика психологии как науки, которая неисчерпаема и изменчива, как неисчерпаема и изменчива сама суть человека. Это положение и определяет всех проблем, тенденций и перспектив развития психологии в начале XXI века.**

## **Бехтерев Владимир Михайлович (1857–1927)**

Российский невролог, психиатр, психолог, физиолог и морфолог. Исследовал лечебное применение гипноза, в т. ч. при алкоголизме. Ему принадлежат работы по анатомии, физиологии и патологии нервной системы, социальной психологии. Организатор и руководитель Психоневрологического института и Института по изучению мозга и психической деятельности.



## **Сеченов Иван Михайлович (1829 – 1905)**

Русский физиолог, психолог, основоположник русской физиологической школы. Разработал естественнонаучную теорию психической регуляции поведения. Исследовал дыхательную функцию крови. Открыл явления центрального торможения. Создатель объективной теории поведения, заложил основы физиологии труда, возрастной, сравнительной и эволюционной физиологии.







# Алексей Алексеевич УХТОМСКИЙ (1875 – 1942)

— русский физиолог,  
создатель учения о доминанте

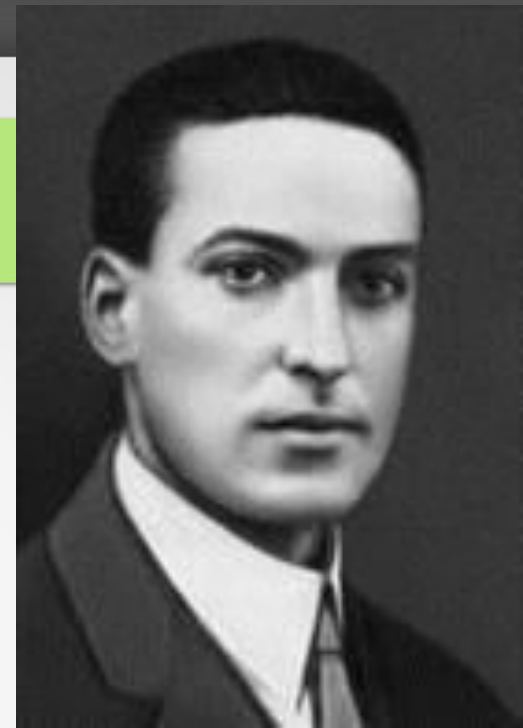


## Георгий Иванович Челпанов (1862 – 1936)

— русский философ и психолог, создатель первого в России института экспериментальной психологии при Московском университете (1914 г.). Популяризатор психологической науки и автор ряда учебников по психологии. Опирался в своих исследованиях на методы эмпирической интроспективной психологии сознания. Сторонник концепции психофизического параллелизма.

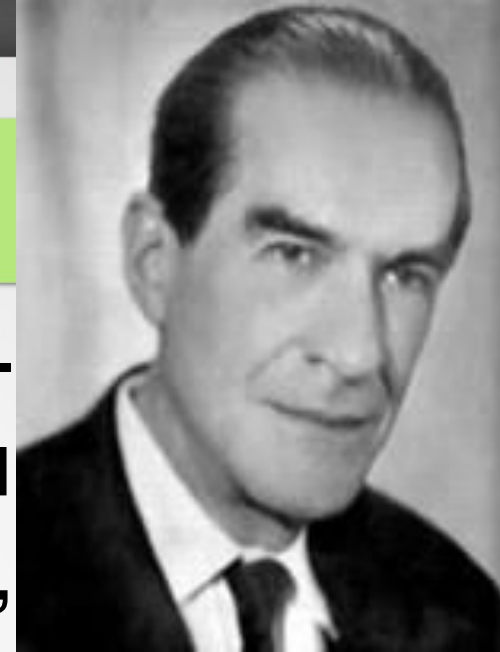
## **Выготский Лев Семенович (1896 – 1934)**

Советский психолог, разработал культурно-историческую теорию. Родился в семье служащего, окончил юридический факультет Московского университета и одновременно историко-философский факультет университета им. Шанявского. Работал в Московском государственном институте экспериментальной психологии. Основал Институт дефектологии.



**Алексей Николаевич  
Леонтьев (1903 –1979)**

Выдающийся отечественный психолог. Разрабатывал культурно-историческую теорию, провел цикл экспериментальных исследований, раскрывающих механизм формирования высших психических функций (произвольное внимание, память). Работы посвящены проблемам развития психики, инженерной психологии, психологии восприятия, мышления и др.



## Рубинштейн Сергей Леонидович (1889 – 1960)

Психолог, философ. Основоположник деятельностного подхода в философии, психологии, педагогике. Автор оригинальной онтологии и философской антропологии, с позиций которых он принципиально по-новому разработал теории человека, свободы, субъекта и объекта, субъективного, идеального и объективного, психического и физиологического.





## Борис Михайлович Теплов (1896 – 1965)

— советский психолог, основатель школы дифференциальной психологии. Основываясь на учении И.П. Павлова о типах высшей нервной деятельности, предложил теорию индивидуальных различий человека. Занимался проблемой способностей, рассматривая связь природных задатков и прижизненного формирования.

## **Владимир Николаевич Мясищев (1894 – 1973)**

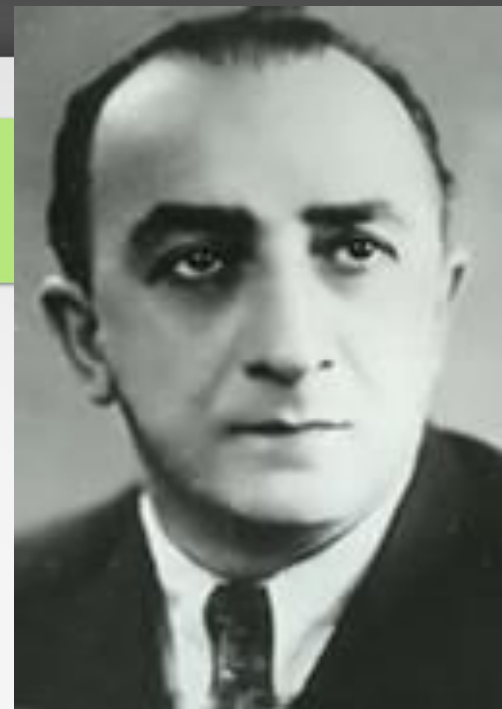
Видный отечественный психолог, психиатр, психотерапевт. Увлекался изобразительным искусством, литературой, музыкой, что способствовало формированию у него интереса к человеку, его мыслям, чувствам, душевным переживаниям. Разрабатывал научные проблемы психологии, медицинской психологии, психиатрии и психотерапии.





## **Ананьев Борис Герасимович (1907 –1972)**

Создатель теории антропологической психологии, организатор журнала «Вопросы психологии». По его инициативе и при активном участии в Ленинграде были открыты НИИ педагогики АПН РСФСР, Научно-исследовательский институт комплексных социальных исследований, отделение и факультет Психологии Ленинградского государственного университета (ныне СПбГУ).



## **Божович Лидия Ильинична (1908-1981)**

Российский психолог, главной областью исследований которой была педагогическая и детская психология. Она изучала познавательные интересы школьников, осуществляла дифференцированный подход к выявлению мотивов учебной деятельности, занималась анализом личностных конфликтов детей. В экспериментальном плане были исследованы функции самооценки, уровня притязаний в мотивационно-потребностной сфере ребенка.

