



Глава I

ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИИ

1. ОБЩЕЕ ПОНЯТИЕ О ПСИХИКЕ

Психология — наука, изучающая психику человека. Под психикой понимаются наши чувства, представления, мысли, стремления, желания, хорошо знакомые каждому человеку по его собственному опыту. К психике относятся также интересы и способности человека, его темперамент и характер. Как протекают процессы восприятия, чувства, волевые процессы? Каковы законы памяти, воображения, мышления? Как развиваются способности и формируется характер человека? Вот вопросы, которыми занимается психология.

Человек является членом общества, и поэтому его психические свойства формируются под решающим влиянием общественных условий жизни. Именно в зависимости от условий жизни и деятельности человека в обществе развивается его психика, сознание. «...Сознание с самого начала есть общественный продукт и остается им, пока вообще существуют люди» (*Маркс*).

Классики марксизма-ленинизма — Маркс и Энгельс, Ленин и Сталин — указывают, что источником ощущений, представлений, мыслей является внешний, материальный мир, а психика, сознание человека, является отображением окружающего мира.

Психика есть одно из свойств материи, возникшее в процессе её развития. Неорганическая материя не обладает этим свойством, она не ощущает и не мыслит; и в пределах органического мира далеко не всякая материя обладает психикой. Потребовался длинный путь развития живой природы, чтобы прийти к материи ощущающей и мысля-

щей. Психика человека есть *особое свойство высокоорганизованной материи — свойство мозга*. Свойство это заключается в *отражении окружающей действительности*.

Отражение предметов реального мира мозгом человека не следует понимать как пассивное отражение, подобное отражению в зеркале. Человек не пассивно воспринимает мир, он *познаёт его в практической деятельности*, активно воздействуя на природу и на других людей. В этой активной деятельности и возникают наши ощущения и восприятия — образы тех материальных предметов и явлений, которые через посредство органов чувств действуют на наш мозг, отражаются в нём.

Современная наука о мозге даёт нам знание физиологических процессов, совершающихся в работающем мозгу. Исследования И. П. Павлова в области высшей нервной деятельности открыли те физиологические процессы, которые составляют основу отражения реального мира мозгом человека. Эти исследования сняли покровы тайны с так называемой «душевной» деятельности: на огромном материале экспериментальных фактов доказано, что психика определяется внешними воздействиями, условиями существования.

Учение И. П. Павлова о высшей нервной деятельности, как величайшее достижение современной науки о мозге, является естественно-научным фундаментом психологии.

Слово «психология» образовано из двух греческих слов: «псюхе» (душа) и «логос» (слово, учение), и значит «наука о душе».

По представлениям, возникшим ещё в древние времена и сохраняющимся до сего времени в религиозных верованиях и во взглядах некоторых буржуазных философов, душа — это нематериальное, бесплотное существо, живущее в теле человека и в момент смерти покидающее его. Согласно этим представлениям душа является носителем и причиной всей психической жизни человека: его чувств, мыслей, желаний. Такое понимание психики является *идеалистическим*.

Противоположное ему и единственно научное понимание психики — *материалистическое*. Мозг, а не бесплотная душа, есть орган нашей психической жизни, носитель всех наших психических процессов: мышления, чувств, воли. Отражательная деятельность мозга и составляет нашу психическую жизнь.

В течение тысячелетий в психологии велась борьба между материализмом и идеализмом. Ещё в древней Греции и Риме многие мыслители и учёные боролись с идеалистическим пониманием души и делали попытки дать материалистическое объяснение психической жизни. Эту борьбу продолжали передовые учёные и философы-материалисты нового времени. Ценный вклад в развитие материалистического понимания психической жизни внесли великие русские философы-материалисты — Герцен, Белинский, Чернышевский и Добролюбов. Важнейшее значение для борьбы за материалистическую психологию имели работы великого русского учёного, физиолога и психолога И. М. Сеченова.

Однако лишь в последнее время, на основе диалектического материализма, созданного трудами Маркса, Энгельса, Ленина, Сталина, стало возможным построение последовательно материалистической психологии.

Психология изучает:

1. Психические процессы. Восприятие, запоминание, мышление, чувство, волевое решение — всё это различные виды психических процессов.

Чтобы разобраться в сложном потоке душевной жизни человека, необходимо прежде всего распределить все психические процессы на определённые группы, выделить отдельные области, или стороны, психики, иначе говоря, произвести классификацию психических процессов.

Наиболее общая и простая классификация основывается на различении трёх тесно связанных между собой сторон психической жизни: *познания, чувства и воли*.

Чтобы правильно понимать психическую жизнь человека, надо иметь в виду, что *познание, чувство и воля не существуют обособленно друг от друга*. Чувствуя, мы переживаем своё отношение к тому, что мы познаём или делаем; принимая волевое решение, мы исходим из определённых мыслей и чувств.

Психическая жизнь, несмотря на всю её сложность, изменчивость, кажущуюся иногда капризность и неустойчивость, подчинена, так же как и все другие явления действительности, определённым законам.

Психология имеет задачу *установить законы* психических процессов и тем самым *дать научное объяснение* этих процессов.

2. Психические свойства личности, т. е. наиболее существенные и устойчивые особенности, которые характеризуют каждого человека в отличие от других. К числу психических свойств личности относятся: интересы и склонности человека, его способности, его темперамент и характер.

Психология ставит перед собой задачу *изучить формирование и развитие психических свойств человека*. Как создаются интересы человека? Как развиваются его способности? Как формируется его характер? Исследование такого рода вопросов составляет одну из важнейших задач психологии.

2. ПСИХИКА И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Пока человек живёт, он так или иначе действует, в той или иной форме проявляет свою активность. Вся жизнь человека наполнена той или другой деятельностью.

Воздействуя на вещь, человек руководствуется имеющимся у него образом этой вещи — своим восприятием, представлением, понятием о ней. Если образ правилен, действие с вещью может привести к желаемому результату; если образ вещи ложен, оно приведёт к неудаче. Таким образом, проверка правильности, истинности тех образов действительности, которые доставляют наши ощущения и наше мышление, даётся практической деятельностью, практикой. Такого рода проверку человек далеко не всегда осуществляет личным опытом. Основное значение имеет общественно-историческая практика людей. Известно, что общественный опыт передаётся от поколения к поколению в виде орудий производства, в виде научных знаний и т. п.

Познание есть отражение реального мира, возникающее в процессе деятельности, практики; правильность его проверяется результатами этой деятельности.

Все психические процессы всегда протекают в какой-либо деятельности. Это относится не только к волевым и познавательным, но и к эмоциональным процессам. Человек всегда так или иначе действует, и в ходе своей деятельности он познаёт и чувствует.

Не надо, конечно, думать, что всякая деятельность проявляется во внешних движениях. Решая трудную задачу, человек может внешне сохранять полную неподвиж-

ность, и всё же мы скажем, что в данном случае он активен, что он выполняет определённую деятельность, имеющую свои цели и требующую от него немалых волевых усилий.

Психические процессы не могут быть поняты вне зависимости от деятельности человека как *личности*, т. е. члена общества, живущего и активно действующего среди других людей в известную историческую эпоху, в определённых общественных условиях.

Не только психические процессы возникают в деятельности человека, но и *психические свойства личности формируются в деятельности*.

Способности человека раскрываются в занятиях той или иной деятельностью; способности не только проявляются в деятельности, но они формируются, развиваются при этом. И свойства характера также формируются только в деятельности, в поступках. Чтобы выработать в себе настойчивость и упорство, нужно не бояться трудностей, систематически бороться с ними, преодолевать их. Жизнь человека, его практическая деятельность, формирует его психический облик. Не зная, как живёт и что делает человек, мы никогда не поймём, почему у него возникли те или другие интересы, развились те или другие способности, сложился тот или другой характер.

3. ОСНОВНЫЕ ЗАКОНЫ ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учение И. П. Павлова о высшей нервной деятельности раскрывает физиологические основы психики и обусловленность психики условиями существования. Как известно, И. П. Павлов, изучая физиологию высшей нервной деятельности, открыл законы, общие человеку и высшим животным. Кроме того, он исследовал специально человеческие механизмы высшей нервной деятельности. Научное объяснение психики человека невозможно без знания закономерностей высшей нервной деятельности.

Основным, наиболее универсальным принципом работы коры больших полушарий головного мозга является *принцип образования временных (условных) нервных связей*. Он заключается в следующем. Если одновременно действуют на животное два раздражителя: один — вызывающий безусловный рефлекс (например, пища), а другой — нейтральный, сам по себе не вызывающий у животного

безусловного рефлекса (например, звонок), то в коре возникают два очага возбуждения. Между этими очагами возбуждения устанавливается связь, укрепляющаяся при повторном совпадении этих двух раздражителей во времени. В результате образования такой связи нейтральный раздражитель вызывает такую же реакцию, какую в обычных условиях вызывает пища.

Временная (условная) связь — наиболее универсальное явление в работе коры головного мозга. Деятельность коры больших полушарий, состоящая в том, что многочисленные внешние раздражители сигнализируют о других важных для сохранения жизни организма явлениях, называется *сигнальной деятельностью*. В приведённом примере звонок является сигналом пищи.

Новые нервные связи, возникающие в мозгу, дают возможность ориентироваться в среде по признакам и свойствам окружающего мира. Если эти связи являются случайными, они не закрепляются, так как не будут повторяться.

В коре головного мозга наряду с процессами возбуждения имеют место процессы противоположного характера — *процессы торможения*. Деятельность коры в любой момент представляет собой сложную мозаику процессов возбуждения и торможения, связанных между собой *законом взаимной индукции* нервных процессов. Закон этот заключается в следующем. Если в каком-либо участке коры возникает возбуждение, то в связанных с ним участках коры развивается процесс торможения (отрицательная индукция), и наоборот, если в каком-либо участке имеется процесс торможения, то в соседних участках развивается процесс возбуждения (положительная индукция).

Экспериментально было показано, что возбуждение, возникшее в каком-нибудь участке, не остаётся на одном месте, а распространяется, иррадирует по коре. Одновременно возникает противоположный процесс — торможение, — который ограничивает и направляет в определённое русло процесс возбуждения, приводя к сосредоточению, концентрации возбуждения. При этом процесс торможения также способен распространяться по коре, иррадиировать, и собираться в одном пункте, концентрироваться.

Таким образом, наряду с *законом взаимной индукции* действует *закон иррадиации и концентрации нервных процессов*, определяющий движение процессов возбуждения и торможения в коре больших полушарий.

Частным случаем закона индукции является *внешнее торможение*, которое заключается в следующем. Допустим, что у животного выработан условный пищевой рефлекс на звонок, — тогда при действии звонка у собаки течёт слюна. Если во время действия звонка начнёт действовать какой-нибудь достаточно сильный новый раздражитель (например, в комнату войдёт посторонний человек), то условный рефлекс затормозится, слюна течь перестанет. Это объясняется тем, что возникновение нового очага возбуждения вызывает торможение других участков коры, вследствие чего тормозится и выработанный условный рефлекс.

Другую природу имеет *внутреннее*, или *условное*, *торможение*. Оно не является результатом посторонних раздражений. Примером внутреннего торможения может служить угасание условного рефлекса. Если условный раздражитель (звонки) несколько раз подряд даётся без подкрепления его безусловным раздражителем (пищей), то он перестаёт вызывать условный рефлекс. Образовавшаяся связь временно затормаживается. Если, однако, через некоторое время снова дать звонок, условный рефлекс возобновится. Это доказывает, что условная связь не разрушена, а лишь временно заторможена. Такое торможение имеет огромное значение, вызывая временное угасание рефлекса, который в данных условиях является бесполезным.

Каждая реакция организма животного происходит по принципу рефлекса, т. е. является ответом на внешние воздействия. Но определяется она не только тем, какой раздражитель падает на организм в данный момент, но и тем, каковы уже сложившиеся в коре системы связей.

В частности, при длительном повторении в одинаковой последовательности ряда условных рефлексов распределение очагов возбуждения и торможения в коре определённым образом закрепляется. В результате возникает определённая система рефлексов, которая воспроизводится легко, без усилий. Многочисленными экспериментами было показано, что если у собаки выработать несколько рефлексов на разные раздражители, повторяющиеся в определённом порядке достаточное число раз, то окажется, что после некоторого количества повторений животное воспроизведёт всю систему ответных реакций даже в случае, если раздражители будут значительно изменены (например, если на

месте положительного раздражителя окажется условный тормоз, и наоборот). Такая устойчивая система реакций называется динамическим стереотипом.

Динамический стереотип — это приспособление организма к одним и тем же, повторяющимся внешним воздействиям. В некоторых случаях, для того чтобы вызвать все эффекты данной системы рефлексов, не требуется даже соответствующего количества раздражителей. Достаточно дать сигнал, служащий началом системы раздражителей, чтобы все реакции последовали автоматически. Понятно, что подобная возможность будет иметь место только при достаточной прочности, закреплённости стереотипа. Если выработавшийся динамический стереотип перестаёт соответствовать изменившемуся порядку внешних раздражителей, то он перестраивается, изменяется в соответствии с новыми условиями.

4. МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Основными методами психологии являются наблюдение и эксперимент.

Важнейшей особенностью подлинно научной психологии является *объективное* изучение психики. «Неисчислимы выгоды и чрезвычайное могущество над собой получит человек,— говорил И. П. Павлов,— когда естествоиспытатель другого человека подвергнет такому же внешнему анализу, как должен он это делать со всяким объектом природы, когда человеческий ум посмотрит на себя не изнутри, а снаружи».

Мы знаем уже, что психика неразрывно связана с деятельностью, что она проявляется в действиях, поступках человека. Поэтому наблюдения за действиями людей и анализ их высказываний, речевых реакций дают возможность судить об их душевной жизни.

Работа психолога не может, конечно, ограничиваться непосредственным наблюдением за теми людьми, с которыми он может лично общаться. Материалы прямого наблюдения дополняются изучением продуктов деятельности и таких документов, как дневники, письма, воспоминания.

Очень велико в психологии значение эксперимента.

При экспериментах исследователь не дожидается случайного наступления интересующих его психических процессов, а сам создаёт условия, чтобы вызвать эти процессы у испытуемых. (Испытуемыми называются лица, над которыми производится психологический эксперимент.) С помощью специальных приборов и методов создаётся возможность измерять некоторые стороны психических процессов, например скорость восприятия, точность и прочность памяти и т. п. Повторяя при одинаковых условиях тот же эксперимент с разными людьми, можно установить индивидуальные особенности данного процесса у каждого из этих людей.

В эксперименте исследователь по собственному желанию меняет некоторые из условий, в которых протекает процесс, и наблюдает, к каким это приводит последствиям. Например, изменяя по очереди условия заучивания какого-нибудь материала (скажем, иностранных слов), можно выяснить, при каких из этих условий оно происходит быстрее, при каких бывает более прочным. Тем самым открывается возможность устанавливать *причину* явления и научиться им управлять.

Все психические процессы и свойства личности изучаются в процессе их становления, развития. При этом психологический анализ исходит из социальной обусловленности личности. Нельзя изучать психику человека, особенности его личности, не учитывая эпохи, в которой человек живёт, условий его жизни, его классовой принадлежности, его места в общественной жизни.

Научная психология стремится к раскрытию физиологической основы психических явлений. Наряду с изучением социальной обусловленности психики важнейшей задачей психологии является выяснение мозговых механизмов психики на основе учения И. П. Павлова о высшей нервной деятельности.

5. ЗНАЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИИ

Изучение человека составляет одну из важнейших задач науки, а среди наук о человеке психология занимает одно из первых мест.

Изучение психологии, наряду с другими науками, необходимо для выработки научного, материалистического мировоззрения. Известно, что идеалистическое учение о душе является опорой для всякого рода суеверий и предрассудков. Знание психологии, подлинно научное понимание физиологических основ психики, служит сильным оружием в борьбе с этими суевериями и предрассудками.

Особенно велико значение психологии у нас, в СССР, в эпоху перехода от социализма к коммунизму. Советская психология призвана вооружать знаниями, помогающими бороться с пережитками капитализма в сознании людей, и разрешать задачи коммунистического воспитания нашей молодёжи.

Психология даёт возможность разбираться в психической жизни людей. Поэтому очень велико значение психологии для всякой работы, связанной с воздействием на людей и требующей умения учитывать их психическое состояние и понимать их индивидуальные особенности. А едва ли можно назвать хотя бы одну специальность, в которой человек не сталкивается с необходимостью понимать других людей, разбираться в них и воздействовать на них.

И. В. Сталин назвал писателей «инженерами человеческих душ». Вряд ли нужно доказывать, насколько полезно для писателя знать законы душевной жизни человека. В известной степени «инженерами человеческих душ» являются и представители других специальностей, в первую очередь педагоги. Для них знание психологии совершенно обязательно.

Необходимо указать также на значение психологии для изучения литературы и истории. Умение разбираться в психической жизни человека содействует более полному пониманию многих исторических и литературных фактов.

Изучение психологии помогает разбираться в своей психической жизни. Каждый человек знает по себе, как нелегко бывает иногда обозначить словом, описать своё собственное переживание. В то же время умение назвать, описать своё переживание очень ценно: оно даёт возможность осознать это переживание, понять его и благодаря этому до известной степени овладеть им.

Психология даёт возможность понимать самого себя, знать свои сильные и слабые стороны. А знать себя необходимо для самовоспитания, для работы над собой, над исправлением своих недостатков, над развитием своих способностей. Знать себя необходимо также для того, чтобы сознательно выбрать такую специальность, такую работу, в которой можно принести больше всего пользы родине и получить больше всего удовлетворения.

Знание психологии помогает правильно организовать умственную работу, в частности учебную работу. Какие приёмы заучивания являются наиболее экономными и ведут к лучшему усвоению знаний? Как организовать упражнения для выработки тех или других навыков? От чего зависит развитие наблюдательности, внимания, мышления? Все эти вопросы относятся к области психологических знаний.

Современная психология делится на ряд отраслей. Наряду с общей психологией, изучающей закономерности психической жизни взрослого нормального человека, важнейшими отраслями психологии являются: детская психология, изучающая психику ребёнка, и патопсихология (от греческого слова «патос» — страдание), имеющая своим предметом болезненные отклонения в психике людей. В психологической науке имеется ряд специальных отраслей, изучающих психическую жизнь в условиях определённых видов деятельности: психология труда, педагогическая психология, военная психология, психология искусства и др.

Вопросы для повторения

1. Какими вопросами занимается психология?
2. В чём заключается материалистическое понимание психики?
3. В чём отличие психических процессов от психических свойств личности?
4. Какова связь между психикой и деятельностью человека?
5. В чём заключается принцип образования временной (условной) нервной связи?
6. В чём различие между внешним и внутренним торможением?
7. Что такое динамический стереотип?
8. Какие требования предъявляются к наблюдению как методу изучения психической жизни людей?
9. В чём состоит значение эксперимента в психологии?
10. Какое значение имеет изучение психологии?





Глава II

РАЗВИТИЕ ПСИХИКИ

6. ОБЩЕЕ ПОНЯТИЕ О ВОЗНИКНОВЕНИИ И РАЗВИТИИ ПСИХИКИ

В основе материалистического мировоззрения лежит учение о развитии материи.

Определённым этапом в развитии материи является *возникновение жизни*, т. е. появление живой, или органической материи. Возникнув из неорганической материи, живая материя имеет в отличие от неживой свои особые свойства. Важнейшим из этих свойств является *раздражимость*, т. е. способность реагировать на внешние раздражения, приходить под влиянием воздействия среды в состояние деятельности. Живая материя — это материя раздражимая.

Дальнейший этап в развитии материи связан с возникновением у более высоких форм живой материи нового свойства — *чувствительности*, т. е. способности иметь ощущения, отражающие свойства предметов, воздействующих на организм.

Ощущения и составляют начальную форму психики.

Психика, таким образом, не является свойством всякой живой материи. Она есть свойство высших форм органической материи. Потребовался очень длинный путь развития, чтобы от материи только раздражимой прийти к материи ощущающей, от первого появления жизни на земле — к возникновению животных, обладающих психикой.

Психика возникла на определённой ступени развития животных.

Возможно, что ощущения возникли у животных, не имевших нервной системы. «Ощущение связано необходи-

мым образом не с нервами, а с некоторыми до сих пор не установленными точнее белковыми телами» (Энгельс). Несомненно, однако, что, начиная с кишечнополостных, психика становится функцией нервной системы, и дальнейшее развитие психики связано с развитием нервной системы. У позвоночных животных непосредственным носителем психики становится мозг. Таким образом, у высших животных и человека психика — продукт мозга, или, иначе говоря, мозг — орган психики.

Человек появился на земле, как высший продукт развития животного мира. Понятно, что и психика человека была подготовлена всем предшествующим ходом развития животных. Процесс возникновения и развития психики в животном мире составляет как бы предисторию человеческой психики. Изучение этого процесса позволяет понять, как подготавливалось появление человеческой психики и в чём состоит то новое и особенное, что характеризует её в отличие от психики животных.

Сознание человека является высшей ступенью развития психики. Решающее значение в переходе от форм психики, свойственных высшим животным, к человеческому сознанию имел труд. «...Труд создал самого человека» (Энгельс). *Труд создал и человеческое сознание.*

Гениальные работы И. В. Сталина по вопросам языкознания показали колоссальное значение для развития сознания звукового языка. «Звуковой язык, — указывает И. В. Сталин, — в истории человечества является одной из тех сил, которые помогли людям выделиться из животного мира, объединиться в общества, развить своё мышление, организовать общественное производство, вести успешную борьбу с силами природы и дойти до того прогресса, который мы имеем в настоящее время».

Конечно, сознание первобытных людей было ещё очень непохоже на сознание современного человека. Те особенности, которые мы наблюдаем в психике современных людей, не являются чем-то изначально присущим человеческой природе. Сознание человека развивалось в ходе исторического развития, на основе развития общественных условий жизни.

Длительный путь развития психики от возникновения её до сознания современного человека имеет качественно различные периоды: 1) *развитие психики у животных,*

управляемое *биологическими законами* изменчивости, наследственности и естественного отбора и подготовившее возникновение человеческого сознания, и 2) *историческое развитие человеческого сознания, для которого основное значение имеют законы общественно-исторические.*

7. УСЛОВИЯ ЖИЗНИ И ПСИХИКА ЖИВОТНЫХ

Развитие психики является составной частью общей эволюции животных. Животные приспособляются к изменениям среды не только соответствующими изменениями в строении тела, но и изменениями форм поведения.

Для успешного приспособления к среде важнейшее значение имеет гибкость, изменчивость поведения животного, способность быстро изменять своё поведение в ответ на изменение внешних условий. Изменчивость поведения стоит в связи с уровнем психического развития: чем выше последнее, тем более гибко и совершенно животное приспособляется к изменениям среды.

Следует различать, с одной стороны, формы поведения животных с преобладанием наследственных механизмов, так называемые инстинкты, с другой — формы поведения, вырабатывающиеся в индивидуальном опыте животного.

Физиологическую основу инстинкта составляют безусловные рефлексы. Инстинктивное поведение представляет собой не что иное, как *цепной рефлекс*, т. е. ряд последовательных рефлекторных движений, из которых каждое предыдущее является начальным толчком для каждого последующего. Необъяснимые на первый взгляд инстинктивные действия, выполняемые животными без специального научения, представляют собой системы безусловных рефлексов, закрепившихся в процессе развития вида. Постройка сот пчёлами или гнёзд птицами, перелёты птиц — примеры инстинктивных действий.

Сложные цепные рефлексы (инстинкты) вырабатываются в результате накопления в ряде предшествующих поколений тех свойств, которые приобретались животными данного вида под влиянием воздействий среды. Этим объясняется, что инстинкты хорошо приспособлены к обычным для данного вида условиям жизни: пчела строит свои соты так, что на наименьшем пространстве и с минимумом материала достигается наиболее возможная вместимость.